

**T.C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE**  
**AKADEMİK BAŞARI VE ERTELEMELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Danışman:**  
**Prof. Dr. ERDAL HAMARTA**

**Hazırlayan:**  
**Selçuk DUMAN**





BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin

Adı Soyadı *Selçuk DURMAN*

Numarası *118301051017*

Ana Bilim / Bilim Dalı *Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

Programı *Tezli Yüksek Lisans*

Tezin Adı *Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı ile Akademik*

*Başarı ve Kötülenmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin imzası

(İmza)

*Selçuk Durman*



## YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin  
Adı Soyadı Selçuk DUMAN  
Numarası 118301051017  
Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık  
Programı Tezli Yüksek Lisans  
Tez Danışmanı Prof. Dr. Erdal HANMARTI  
Tezin Adı Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımı ile Akademik Başarı ve Etkelenmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımı ile Akademik Başarı ve Etkelenmeleri  
Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Arasındaki İlişkinin İncelenmesi başlıklı bu çalışma 02.10.2016 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı	Danışman ve Üyeler	İmza
Prof. Dr.	Erdal Hanmartı	J. Hanmartı
Doç. Dr. Coşkun Arslan		Coşkun Arslan
Doç. Dr. Erhan Işık		e. ışık

## ÖNSÖZ

İnsanlık tarihi açısından bakıldığında internetin hayatımıza girişi henüz çok yeni olmasına rağmen çok kısa süre içerisinde internet, yaşamın her alanında vazgeçilmez unsurlardan biri olarak yerini almıştır. Her yaştan ve her sosyo-ekonomik alandan insanlar, interneti yalnızca bilgiye ulaşmak için değil, eğlenmek, sosyal ilişkiler oluşturmak, bankacılık ve finans işleri içinde kolaylıkla kullanmaktadır. İnternet, yapmamız gereken işlerin büyük bir hızla gerçekleştirmemize, uzaktaki yakınlarımızla yüz yüze iletişim kurmamıza imkân sağlamıştır. Özellikle, internetin insanlara yeni ve ideal bir kimlik vermesi, sınırsız ifade özgürlüğüne ortam sağlaması olanakları ile ergenlik dönemindeki bireylerin oldukça ilgisini çekmiştir.

Tüm bunların yanında internetin fazla ve takıntılı kullanımı yaşamımızda birtakım sorunlara da sebep olmaktadır. İnsanların internette geçirdikleri zamanı kontrol edememeleri; iş ve sosyal hayatlarında aksamalara ve problemler yaşamalarına yol açmaktadır. Bu da interneti hayatımızda problemlili bir hal almasına neden olmuştur.

Bu araştırmada da ergenlerin problemlili internet kullanımları ile onların akademik erteleme ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Bu araştırmanın her aşamasında desteğini esirgemeyen, zorlandığım her an yanımda bulduğum, araştırma verilerinin analizinde dahi destek veren; başarıları, kişiliği ve çalışma azmi ile örnek aldığım tez danışmanım sayın Prof. Dr. Erdal HARARTA' ya teşekkürlerimi sunarım.



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ



Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	SELÇUK DUMAN
	Numarası	118301051017
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	PROF. DR. ERDAL HAMARTA
	Tezin Adı	ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE AKADEMİK BAŞARI VE ERTELEMELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu araştırmada, ergenlerin problemleri internet kullanımı ile akademik başarı ve akademik ertelemeleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırma genel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Konya il merkezindeki liselerde eğitimlerine devam eden 392 (242 kız, 150 erkek) öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin problemleri internet kullanımlarını belirlemek amacıyla, "Problemleri İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ)-Ergen", akademik erteleme davranışlarını belirlemek amacıyla, "Akademik Erteleme Ölçeği" kullanılmıştır. Akademik başarılarını belirlemek amacıyla yılsonu başarı ortalamaları, kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla ise araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgiler Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde t testi, tek yönlü varyans analizi, Tukey testi ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda; ergenlerin problemleri internet kullanımı cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Erkek öğrencilerin problemleri internet kullanımı ve tüm alt boyutlarındaki puan ortalamaları, kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Okul türü değişkenine göre; Anadolu Lisesi öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları puan ortalamaları, diğer liselerdeki öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Anadolu Lisesi öğrencilerinin sosyal fayda-sosyal rahatlık puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanımı toplam puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Ergenlerin akademik erteleme puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüş, erkek öğrencilerin akademik ertelemeleri, kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Genel Lise ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamaları ise Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Ergenlerin akademik başarıları ile akademik erteleme puanları arasında da anlamlı düzeyde negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca ergenlerin problemlili internet kullanımı ile akademik başarıları arasında anlamlı düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür.



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ



Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	SELÇUK DUMAN
	Numarası	118301051017
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	PROF. DR. ERDAL HAMARTA
	Tezin İngilizce Adı	THE RESEARCH OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEMATIC INTERNET USE OF ADOLESCENTS AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AND PROCRASTINATION

## SUMMARY

In this research, the relation between adolescents' problematic internet use and academic achievement and academic procrastination have been studied.

Research has been completed by using general scanning model. Study group of this research are 392 students (242 female, 150 male) studying at high schools in Konya city center. To determine students' problematic internet usage, "Problematic Internet Use Scale (PiKO)-Adolescent" and to determine academic procrastination habits "Academic Procrastination Scale" have been used. To determine academic achievement, academic year success average and to determine personal data, "A Personal Information Form" developed by the researcher have been used. During the analysis of the data t test, one-way analysis of variance, tukey's test and multiple regression analysis have been used.

At the end of the research; problematic internet use of the adolescents differentiates significantly according to their gender variable. Male students' problematic internet use and their point average in sub-dimensions are significantly higher than female students.

According to school type variable; Anatolian High School students' point average of negative results of internet has been determined significantly higher than other high schools. Anatolian High School students' social benefits-social comfort point average has been determined significantly higher than Social Sciences High School students. Anatolian High School students' problematic internet use total points average has been determined significantly higher than Social Sciences High School students.

Academic procrastination points of adolescents have differentiated according to gender variable and male students' academic procrastinations have been determined significantly higher than female students. General High Schools and Social Sciences High School students' academic procrastination points' average have been determined significantly higher than Girls' Vocational High School.

A significant negative relation between adolescents' academic achievement and academic procrastination points has been determined. Also a significant negative relation between adolescents' problematic internet usage and academic achievement has been determined.

## İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK SAYFASI .....	ii
TEZ KABUL FORMU .....	iii
ÖNSÖZ .....	iv
ÖZET .....	v
SUMMARY .....	vii
KISALTMALAR .....	xi
ŞEKİLLER VE TABLOLAR.....	xii
BÖLÜM-1 .....	1
GİRİŞ .....	1
Araştırmanın Amacı.....	8
Alt Amaçlar .....	8
Sınırlılıklar .....	8
Tanımlar.....	9
Araştırmanın Önemi .....	10
BÖLÜM II .....	11
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI .....	11
İnternet.....	11
Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanımı .....	14
Sağlıklı ve Problemlİ İnternet Kullanımı.....	16
İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	25
ERTELEME .....	30
ERTELEMEYİ AÇIKLAYAN YAKLAŞIMLAR .....	33
Psikodinamik Yaklaşım .....	33
Davranışçı Yaklaşım .....	34
Bilişsel Yaklaşım .....	35
Psikoanalitik Yaklaşım.....	35
Biyolojik Yaklaşım .....	36
Varoluşçu Yaklaşım.....	36
ERTELEME DÖNGÜSÜ.....	37
ERTELEME DAVRANIŞ TÜRLERİ.....	39
ERTELEME DAVRANIŞININ NEDENLERİ.....	40
ERTELEME DAVRANIŞININ SONUÇLARI .....	42
AKADEMİK BAŞARI ve AKADEMİK ERTELEME.....	43

BÖLÜM III .....	47
YÖNTEM .....	47
Araştırmanın Modeli.....	47
Çalışma Grubu .....	47
Veri Toplama Araçları .....	47
Verilerin Toplanması Ve Analizi.....	49
Verilerin Toplanması.....	49
Verilerin Analizi .....	49
BÖLÜM IV .....	51
BULGULAR .....	51
BÖLÜM V .....	65
TARTIŞMA VE YORUM .....	65
BÖLÜM VI .....	71
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	71
KAYNAKÇA .....	74
EKLER .....	83
Ek-1: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen(PİKÖ-E).....	83
Ek-2 Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ) .....	84
Ek-3 Kişisel Bilgi Formu.....	85

## **KISALTMALAR**

**PİK:** Problemlı İnternet Kullanımı

## ŞEKİLLER VE TABLOLAR

<b>Tablo 1.</b> Dünya İnternet Kullanımı Ve Nüfus İstatistikleri.....	14
<b>Tablo 2.</b> Türkiye’de İnternetin Kullanım Sıklığı (2013).....	15
<b>Tablo 3.</b> Ergenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Akademik Erteleme Ve Problemlı İnternet Kullanımı Alt Boyutları Ve Pik Toplam Sonuçları.....	51
<b>Tablo 4.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Akademik Erteleme Puanlarına Ait Bulgular.....	52
<b>Tablo 5.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Akademik Erteleme Puanlarına Ait Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	53
<b>Tablo 6.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Akademik Erteleme Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları.....	54
<b>Tablo 7.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Bulgular.....	55
<b>Tablo 8.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	55
<b>Tablo 9.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları.....	56
<b>Tablo 10.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Bulgular.....	57
<b>Tablo 11.</b> Ergenlerin Okul Türü Değişkenine Göre Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	57
<b>Tablo 12.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları.....	58
<b>Tablo 13.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin Aşırı Kullanım Puanlarına Ait Bulgular.....	59

<b>Tablo 14.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Aşırı Kullanım Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	59
<b>Tablo 15.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımına Toplam Puanlarına Ait Bulgular.....	60
<b>Tablo 16.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı Toplam Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	60
<b>Tablo 17.</b> Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları.....	61
<b>Tablo 18.</b> Akademik Erteleme Ve Not Ortalaması Arasındaki İlişki.....	62
<b>Tablo 19.</b> Problemlı İnternet Kullanımı İle Not Ortalaması Arasındaki İlişki.....	62
<b>Tablo 20.</b> Problemlı İnternet Kullanımı İle Akademik Erteleme Arasındaki İlişki.....	63
<b>Tablo 21.</b> Problemlı İnternet Kullanımının Akademik Ertelemeyi Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	64
<b>Tablo 22.</b> Akademik Başarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	64

# BÖLÜM-1

## GİRİŞ

İnternet birçoğumuz için vazgeçilmez ihtiyaçlarımız arasında yerini çoktan almış vaziyettedir. Yakın zamanda insanoğlunun hayatına girmesine rağmen neredeyse tüm işlerimizde, eğlence hayatımızda, eğitimde ve yaşamın daha birçok alanında internet kullanımı hızla yayılmıştır. Artık internet sayesinde tüm işlerimizi daha kolay ve hızlı yapabilmekte, dilediğimiz ürüne, bilgiye, kişiye çabucak ulaşabilmekteyiz. İnternet kullanıcılarının sayısı ülkemizde ve dünyada büyük bir hızla artmaya devam etmektedir. İnternetin hayatımıza giriş hikâyesi ise şöyledir:

İnternet ilk olarak Amerikan Savunma Bakanlığı'nın askeri ve bilimsel araştırma mekânlarıyla arasında güvenli bir iletişim ağı kurulması girişimleriyle doğmuştur (Anderson, 2001). Türkiye'de ilk internet bağlantısı ODTÜ de gerçekleştirilmiştir. 1993 yılındaki bu bağlantının ardından, 1994 bu kez Ege Üniversitesinde internet kullanılmıştır (Çakır, 2007). O günlerden bu günlere internet hızlı bir şekilde yaygınlaşmaya başlamış ve birçok ilimize, ilçelere ve nihayet evlerimize kadar ulaşmıştır.

İnsanlar interneti kişisel tercihlerine göre çok farklı şekillerde kullanmaktadırlar (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003). İnternet gündelik yaşamımıza birçok kolaylık getirmiştir. Alışveriş, bilgiye kolayca ulaşabilme, bankacılık işlemleri gibi alanlarda hayatımıza yenilikler getirmiştir (Macionis ve Plummer 2006; Akt: Cansever, 2013). İnsanların tüm işlerini daha çabuk bitirmesini, birbirleriyle iletişimlerini, hızlı ve kolay hale dönüştürmesini sağlamıştır. Artık insanlar internet yardımıyla dilediği bilgiye çok kısa zamanda ulaşma imkânına sahip olmuşlardır (Özen ve ark., 2004; Akt: Kaya, 2011).

Yapılan son araştırmalar, Türk kullanıcıların interneti sohbet amaçlı kullanımında gerileme olmadığını, ancak oyun oynama konusunda az da olsa bir azalma olduğunu göstermektedir. Ayrıca, başlangıçta ekonomik/ticari faaliyetler konusunda interneti güvensiz bulan kullanıcıların giderek daha üst seviyede bu amaçlar için interneti kullandıkları görülmektedir (Işık, 2007). Aboujaoude'e (2010) göre internet kullanıcılarının birçoğu için www (World Wide Web), onların mutluluklarını artırabilen mükemmel bir olanaklar kaynağı olarak sunulmaktadır. Görüldüğü gibi internetin kullanılış şekli, kullanıcının yaşına, ilgi

alanlarına göre farklılık göstermektedir. İnternetin insanlara sunmuş olduğu bu olanaklar, internet kullanımının hem ülkemizde hem de dünya da hızla artmasına sebep olmuştur.

İnternet, karşıtlarını da yaratmıştır. Karşıtlar bu teknolojik gelişmeyi ve getirdiklerini sevmeyenlerdir. Karşıtların biraz nostaljik takıldıklarını da söyleyebiliriz. Karşıtlıkları geçmiş çağlara olan özlemleridir. Teknolojiye karşı duyulan bu hoşnutsuzluğa rağmen, internet artık egemen bir kültür olmuştur ve yarınımızı şekillendirmektedir (Ögel, 2012). Öyle ki hayatımızın vazgeçilmezleri arasında çoktan yerini almıştır. İnternet birçok kişi için temel ihtiyaçlar listesinde yerini almıştır. İnternete bu denli bağlı yahut bağımlı olmamızın sebepleri vardır ve bu sebepler gün geçtikçe daha da çoğalmaktadır.

İnternetin kullanım şekline baktığımızda internet sosyalleşme dönemine giren ergenlerin yaşamında önemli rol oynar. İnternet yoğun bir sosyalleşme dönemine giren lise öğrencilerinin yaşamında önemli rol oynayan bilgi, eğlence ve iletişim kaynağıdır (Ko ve ark., 2008; Akt: Yıldırım, 2010). İnternet ve sosyal medya sürekli olarak birlikte anılmaktadır. Bu algı internetin insanları sosyalleştirdiği ve onları yalnızlık duygusundan kurtardığı yanılgısına sebep oluyor. Ne yazık ki gerçek bu algıdan oldukça farklıdır. Yalnız insanlar interneti bir nevi kaçış yeri şeklinde görmektedirler fakat Morahan- Martin ve Schumacher'e (2003) göre, internet yalnızlık duygusunu körükleyebilir. Olumlu etkilerine rağmen, yalnız insanlar fazlaca internet kullanımı dolayısıyla doğacak olan meslekle ilgili, akademik ve sosyal bir takım sorunlara daha açık haldedirler. Yalnız insanlar internete yönelmeye daha meyillidirler. Yalnız insanlara internetteki sosyal etkileşim daha cazip gelebilir.

Ergenlik dönemindeki bireylerin sosyalleşme aracı olarak kullandığı internet onların aynı zamanda kimlik kazanımı ve gelişimi üzerinde de etkili olmaktadır. Erikson'un psikososyal gelişim kuramının beşinci evresi ergenlik dönemini anlatmaktadır. Erikson'a göre, ergenin en önemli sorununun kimlik kazanımıdır. Eğer bunu başaramazsa rol karmaşası yaşar (Arı, 2006). Kulaksızoğlu (2004), ergenliği insanda bedence, boyca büyümenin yanı sıra hormonal, cinsel açıdan, sosyal, duygusal olarak, kişisel ve zihinsel değişme ve gelişmelerin yaşandığı bir dönem olarak tanımlamıştır. Bu kimlik kazanımı sırasında ergenler internette fazlasıyla zaman geçirmektedir.

Ergenlik dönemindeki genç için, yetişkin olmak; bağımsız olmak, yaşamına istediği gibi yön verebilmek, kendi arkadaşlarını kendi giysilerini, eğlence etkinliklerini seçebilmek

demektir (Yavuzer, 2010). İnternet, ergenlerin bu bağımsız olma ve yaşamına yön verebilme isteğini fazlasıyla karşılayabilmektedir. İnternet onlar için kendilerini özgürce ifade edebildikleri alanlar haline dönüşmüş durumdadır. Ergenlik dönemindeki bu gençlere “net kuşağı” da denmektedir (Macionis ve Plummer 2006; Akt: Cansever, 2013).

İnternetin olumsuz sonuçlara neden olabileceğini belirten Lenhart, Rainie ve Lewis (2001) ergenlerin yaklaşık %25’in internette gerçekte olduklarından farklı özelliklerde iletişime girdiklerini belirlemişlerdir. Bu durum internetin ergenlerin kimlik gelişimlerinin önemli bir parçası haline geldiği ve kimlik gelişimlerini olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir (Zorbaz, 2013).

İnternet insanlara kendileriyle, kim olduklarıyla ilgili çok fazla geri bildirim vermektedir. Birçok insanla etkileşim halinde olunmasına ve farklı kimlikleri deneme imkânı sağlamaktadır. Bu da kişinin kimlik gelişimine hız katabilmektedir (Kennedy, 2006; Valkenburg ve Peter, 2008). Diğer taraftan kişiler internette ideal kimliklerini sergilemektedirler. Bu da ergenin kimlik algısını olduğundan çok daha şişkin hissetmesine sebep olabilmektedir (Ward III, 2000; Akt: Ceyhan, 2010).

Bazı araştırmacılar, genelde sosyal medyanın özelde facebook’un ergenlerin kendilerini açmasında kolaylaştırıcı bir rol oynadığını savunmaktadırlar. Diğer bir deyişle ergenler özel olarak niteledikleri durumlarını (örneğin cinsel yönelimlerini, politik görüşlerini vs.) medya üzerinden, yüz yüze ilişkilerden daha kolay bir biçimde paylaşabilmektedir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013). İnsanlar internet üzerinden edindikleri sahte veya gizlik kimlikleriyle birtakım toplumsal kuralların dışına çıkarak kendilerini özgürce ifade edebildikleri, değişik gruplara katılabildikleri birçok imkâna sahip olmaktadır (Güzel, 2006). Daha önceleri Messenger, günümüzde ise facebook ve twitter ergenlerin ilgisini fazlasıyla çekmektedir. Gençler bu sosyal ağlarda kendilerini özgürce ifade edebilmekte, sanal dahi olsa interneti bir sosyalleşme aracı olarak kullanmaktadırlar.

Son yıllarda ergenlerin internet üzerinde arkadaş bulma ve sürdürme olanakları artmıştır. Sosyal ağlar yeni ilişkiler kurma noktasında ön plana çıkmıştır (Valkenburg, Peter ve Schouten, 2006; Akt: Gürcan, 2010). Günümüzde facebook, twitter gibi sosyal ağlarla çok çabuk yeni arkadaşlıklar kurabilmektedirler.

Ergenler ülke sınırlarını hatta il sınırlarını aşmasalar da, internet aracılığı ile dünyaya açılabilen, sınırın çok ötesinde ilişkiler kurabilmekte, onlarla sanal ortamda ortak paylaşımlar yapabilmektedirler (Ögel, 2012). Ergenlik dönemindeki kişiler için arkadaş kurmak yeni anlamlar kazanmış durumdadır. Önceleri arkadaş edinebilmesi için fiziksel bir sosyalliğe ihtiyaç duyan insanlar, artık dışarı bile çıkmasına gerek kalmadan onlarca hatta yüzlerce kişiyle arkadaş olabiliyor ve sürekli bir iletişim halinde olabiliyorlar. İnternete her yerden erişim imkânı sağlayan cep telefonlarının, tablet bilgisayarların yaygınlaşmasıyla, internet kullanımının özellikle ergenlik dönemindeki bireyler arasında hızlı bir artışa sebep olduğunu gözlemlenmektedir. Ergenler, bulunduğu ortamda Wi-Fi (Wireless Fidelit) yani kablosuz bağlantı alanı olmasa da yeni geliştirilen 3G (3rd Generation) teknolojisi sayesinde, rahatlıkla internete bağlanabilmektedirler.

İnternet kullanımının artması ve yaygınlaşması neticesinde aşırı kullanım önemli bir sorun oluşturmaya başlamıştır (Cumurcu ve Kaya, 2004). İnternet kullanımının olumsuz etkilerinin en çok yaşadığı grup ergenlik dönemindekilerdir (Tahiroğlu ve ark., 2008; Akt: Yıldız, 2010). Ergenlik dönemindeki bireyler kişilik gelişimi ve psikolojik açıdan olgunlaşmanın ortasındadırlar. Bu da onların madde kullanımı, aşırı internet kullanımı gibi bağımlılık yapabilen unsurların zarar verici etkilerine maruz kalabilirler (Kaltiala-Heino ve ark. 2004; Akt: Ceyhan, 2008). Bu yüzden internete bağımlı hale gelmeleri de bu dönemde daha olası hale gelmektedir. Bazıları interneti ihtiyaç duydukları kadar kullanırken, diğerleri kendilerine bir sınırlama koyamazlar. Bu aşırı kullanım, onların işlerinde ve sosyal hayatlarında sorunlar yaşamalarına sebep olmaktadır (Caplan, 2002; Akt: Yıldız,2010). Sağlıklı internet kullanımı ise düşünsel, davranışsal herhangi bir rahatsızlık duymaksızın, uygun bir zaman diliminde, istedik amaca ulaşmak için internet kullanmaktır (Davis, 2001).

Nalva ve Anand'a (2003) göre internetin derslerle ilgili öğrencilerdeki verimliliği artırmak amacıyla okullarda kullanımının zorunlu hale gelmesiyle internet kullanımı başladı bu da öğrencileri patolojik internet kullanımına yönelten bir faktördür. İnternet kullanımı zorunlu bir hal almıştır. Tüm toplum için olduğu gibi Öğrenciler içinde okulda derslerinde, ödevlerinde bir vazgeçilmez konumundadır. Fakat bu durum bağımlılık düzeyine ulaştığında ise patolojik hale gelmiş onların akademik başarısını artırmak yerine akademik başarıya olumsuz etki etmeye başlamıştır.

Araştırma sonuçlarına göre okul hayatındaki ve mesleğindeki başarının düşmesi, uyku saatlerinin azalması, yemeklerin kalitesindeki düşüklük, ilgi duyduğu alanların sınırlanması ve hayatındaki diğer alanların ihmali ile problemlili internet kullanımı arasında bir ilişki vardır (Chou, Condrón, & Belland, 2005; Nalwa & Anand, 2003; Young, 1998b; Akt: Demetrovics, Szeredi ve Rozsa, 2008). Hinduja ve Patchin (2009), ergenlerin interneti hatalı kullanmaya başladığını ve bu hatalı kullanım sonucunda sosyal ilişkilerinde problemler, okul başarısında düşüklük, depresyon, stres gibi ruh sağlığında bozulmaların meydana geldiğini belirtmiştir (Peker, 2013). Karaca (2007), ergenlik dönemindeki bireylerin eğitim sürecinin ortasında olduğunu ve bilgiye çok daha kolay ulaşabileceklerini ve internet sayesinde bilgilerini geliştirebileceklerini belirtmiştir. İnternet bu yönden gençlerin bilgi açlığını doyurmaktadır fakat bununla birlikte ulaşılan bilginin doğruluğunun şüpheli olduğunu, bunda yanlış bir bilgi edinmeye ve sağlıksız bir eğitime sebep olacağını vurgulamıştır.

Zamanının büyük bir çoğunluğunu internet ortamında geçiren ergenler diğer önemli işleri aksatmaktadır. Önemli işler sıralamasını doğru yapamayan ergenler, bu işlere öncelik vermemektedirler. İnternet ergenlerin önemli işlerini ertelemelerine sebep olmaktadır. Bu da akademik başarılarının düşmesine ortam hazırlamaktadır. İnternete uzun süre bağlı kalan ergenler derslerine daha az vakit ayırmakta ve bu erteleme davranışları doğrudan akademik başarılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Davis, Flett ve Besser'e (2002) göre sosyal psikoloji alanında yapılan uyarlanmış birtakım araştırmalar gösteriyor ki son zamanlarda erteleme, problemliliinternet kullanımının ana sebebidir. Çevrimiçi harcanan süre problemlili internet kullanımına etkileyen etkenlerden sadece biridir. Problemlili internet kullanıcıların üretkenliklerindeki aksaklıklar, mesleki ve akademik başarısızlık gibi problemlerin nedenini açıklayabilir. Lavoie ve Pychyl, araştırmaya katılan 308 internet kullanıcısının %50'si interneti oyalanmak için kullandığını belirtmiştir.

Ergenlerin akademik olarak erteleme davranışı göstermesi, derslerdeki başarılarını da olumsuz etkileyebilmektedir. Akademik ertelemeye geçmeden önce, "erteleme" kavramını incelememiz gerekmektedir. Akpur'a (2005) göre yapılan gözlem ve çalışmalardan anlaşılan, tüm bireylerin potansiyel birikimlerini sorunları çözümede kullanmadıkları, bazen kaçınma ve geri çekilme eğiliminde olduklarıdır. Bir başka deyişle insan, olayları veya sorunları kontrol altına alıp değiştirebileceği potansiyele sahip olsa bile bu davranışları bazen gerçekleştirilmekte ve geri çekilmektedir (Ekinci, 2011).

Bir insanın hayatı boyunca “hiç ertelediğini” düşünmek oldukça zordur. Hiç ertelediğini ifade eden birisi bu konuyla ilgili ya yalan söylemekte ya da sosyal beğenirlik ölçüsünde cevap vererek erteleme davranışını inkâr etmektedir. Ertelemenin bu kadar evrensel ve yaygın oluşunun nedeni, insanların zayıf taraflarından biri olmasıdır (Senecal ve ark., 1995; Akt: Aydoğan, 2008).

Alan yazın incelendiğinde görülmüştür ki erteleme davranışının birçok türü vardır. Bu türlerden bir tanesi ise akademik erteledir. Rothblum ve ark. (1986) akademik erteleme davranışını; her zaman ya da çoğu zaman akademik görevlerin geciktirilmesi ve ertelenen akademik sorumluluklarla ilgili kişinin kaygılanması durumu olarak tanımlar (Çelikkaleli ve Akbay, 2013). Araştırmacılar problemlerle internet kullanımı sonucunda okulda başarısız olma, dersi kaçırma, sınavlara girmeme, sınavlarda başarısız olma gibi eğitim öğretim sürecinde de öğrenci üzerinde olumsuz etkileri bulunduğunu belirtmişlerdir (Griffiths, 2001; Young, 2004; Akt: Peker, 2013).

Davis, Flett ve Besser (2002), problemlerle internet kullanımıyla yalnızlık arasında ilişki olduğunu söylemişlerdir. Ayrıca erteleme davranışı ve akademik ve mesleki sorunlar ile de problemlerle internet kullanımının ilişkili olduğu bulunmuştur (Zorbaz, 2013). Öte yandan akademik başarı ise etkili olan bir diğer faktör olarak göze çarpmaktadır. Akademik başarı açısından, düşük akademik başarılı öğrenciler, yüksek akademik başarılı olanlara göre daha yüksek problemlerle internet kullanımına sahiptirler (Ceyhan ve Ceyhan, 2007b; Akt: Sarıkaya, 2011).

Ergenin, başarısının düşmesi, kendini değersiz görmesine ve başarılı olmak konusunda motivasyonunu düşmesine yol açar. Bu noktada ergen, internet oyunları ile elde edebileceği kolay bir başarıya yönelir. Dolayısıyla internet başında geçirilen fazla zaman hem başarısızlık düşüncesinden uzaklaşmak için hem de sanal da olsa oyunlar aracılığı ile başarıyı tatmak için ergene cazip gelmektedir. Bu durumda ergenin internet kullanırken elde ettiği sanal başarı yerine gerçek başarıyı yaşamaları için gerekli koşullar sağlanmalıdır. Bu koşullar, onun başarılı olmak konusunda inancını artırmaya yönelik çalışmalar ve motivasyon artırıcı teknikler ile sağlanabilir (Mossbarger, 2008; Şendağ ve Odabaşı, 2007; Yen, Chen ve Ko, 2007; Akt: Peker, 2013).

İnternetin eğitim ortamlarında doğru bir şekilde kullanımı oldukça önemlidir. İnternetle birlikte bilgiye duyduğumuz ihtiyacın karşılanması ve birçok kaynaktan faydalanmak suretiyle bilgiyi sentezleyebilmeye imkân sağlanmaktadır. Öğrencilerin interneti eğitim ortamlarında doğru şekilde kullanması önemini gittikçe arttırmaktadır (Yalçınalp ve Aşkar, 2003; Akt: Üstün, 2010). İnternetin doğru kullanılmasıyla akademik başarıya katkı sağladığını söyleyebiliriz belki ama aşırı, gereksiz ve amaç dışı kullanıldığında akademik başarının düşmesine sebep olabilir.

Akademik başarıyı birçok etken etkilemektedir. Öğrencilerin akademik başarılarının düşük olması hangi nedenden kaynaklanırsa kaynaklansın, öğrenci başarısızlığı eğitime yapılan harcamaların önemli bir bölümünün boşa gitmesine, toplumun ihtiyacı olan nitelikli insan gücünün yetişemeyeceği endişesine neden olmaktadır (Atılğan, 1998).

Daha önceki araştırmalarda akademik erteleme akademik başarı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur. Akademik erteleme davranışı %25 ile %50 arasında öğrencilerde yaygındır (Hayock, 1993) ve %70'e kadar üniversite öğrencileri yaşamaktadır (Ferrari ve ark., 1995). Özer (2005), 784 öğrenci üzerinde yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin %52'sinin akademik görevlerini ertelediklerini bulmuştur (Aydoğan, 2008).

Beswick, Rothblum ve Mann (1988) öğrencilerin akademik başarılarıyla akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada akademik başarı öğrencilerin psikoloji dersine ilişkin verilen dönem ödevinin taslağı, bu ödevden aldıkları not ve öğrencilerin psikoloji sınavından aldıkları sınav notu açısından değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin dönem ödevine ilişkin hazırladıkları taslaktan aldıkları not ile akademik erteleme davranışları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ( $r=-.26$ ), ödevden aldıkları not ile erteleme davranışları arasında negatif yönde anlamlı ilişki ( $r=-.21$ ) ve psikoloji dersi final sınavından aldıkları not ile akademik erteleme davranışları arasında yine negatif yönde anlamlı bir ilişki ( $r=-.30$ ) bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin erteleme davranışları ile akademik başarıları arasında olumsuz bir ilişki bulunmaktadır (Çakıcı, 2003, s.40). Bu araştırma ise bize ergenlik dönemindeki bireylerin problemleri internet kullanımı ile akademik erteleme ve akademik başarının ilişkisini ortaya koyacaktır.

## **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı, Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile akademik başarı ve akademik erteleme davranışları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının belirlenmesidir.

### **Alt Amaçlar**

1) Cinsiyet değişkenine göre

a) Ergenlerin problemleri internet kullanımları anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

b) Ergenlerin akademik erteleme puanları anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

2) Okul türü değişkenine göre;

a) Ergenlerin problemleri internet kullanımları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

b) Ergenlerin akademik erteleme puanları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3) Ergenlerin akademik başarıları ile akademik erteleme davranışları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4) Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile akademik başarıları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

5) Ergenlerin problemleri internet kullanımları akademik ertelemelerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

### **Sınırlılıklar**

Araştırma, Konya ilinde 2014–2015 Öğretim Yılı Güz Döneminde çeşitli liselerde öğrenim gören 10, 11 ve 12. sınıf öğrencilerden toplanan verilerle sınırlıdır.

Araştırmada incelenen problemleri internet kullanımı değişkenine ilişkin veriler, Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından geliştirilen ve 2009 yılında Ceyhan ve Ceyhan

(2009) tarafından ergenlere göre geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan 'Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği(PİKÖ) Ergen' in ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

Araştırmada incelenen Akademik erteleme davranışına ilişkin veriler, akıcı (2003) tarafından geliştirilen "Akademik Erteleme Ölçeği" nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

## **Tanımlar**

**Akademik Erteleme:** Akademik erteleme davranışını, bireyin yerine getirmesi gereken akademik görevlerini zamanında yapmamı ř olmasına bağlı olarak, yüksek düzeyde stres ya şayana kadar bu görevleri yapmaya başlamama olarak tanımlamaktadır (Senecal, Koestner ve Vallerand, 1995; Akt: Yıldırım, 2011, s.10).

**Problemlı İnternet Kullanımı:**Problemlı internet kullanımı bireyin internet kullanımını kontrol edememe yetersizliğinden dolayı yaşadığı rahatsızlık ve fonksiyonel bozulmayı ifade etmektedir (Shapira vd., 2003; Akt: Yılmaz, 2013, s.43).

**Akademik Başarı:**Lise öğrencilerinin yılsonu not ortalamalarıdır.

## Araştırmanın Önemi

İnterneti hayatımıza girmesinden sonra, vazgeçilmezlerimiz arasına girmesi fazla uzun sürmedi. Neredeyse hayatımızın her anında ve her alanında internete ihtiyaç duymaktayız. İnternet yalnızca, bilgi edinilen ve işlerde kullanılan bir araç olmanın dışında, sosyalleşme ve eğlence aracı olarak daha sık kullanılır hale gelmiştir. İnsanlar internet olmadan önce işlerini ve ilişkilerini nasıl yürüttüklerini hayal bile edemez hale gelmişlerdir. Birçok insan için bilgisayar ve internet temel ihtiyaçlar listesi içerisinde çoktan yerini almıştır. İnsanlar internetle birlikte kendilerini diledikleri şekilde ifade edebilecekleri mecralara sahip olmuşlardır. Gerçek hayatın sağlayamadığı kadar arkadaşla internet üzerinden ulaşabilmişlerdir. Kendilerini internette normal hayatta olduklarından daha değerli hissetmektedirler. Ayrıca internetteki ilişkilerinde normal hayatta olduklarında daha başarılı haldedirler. Çünkü internette idealize ettiği kimliğini yansıtabilmektedir. İnsanlar internet üzerinden kurdukları arkadaşlıklarda da daha rahattırlar. İnternetin göz dolduran çekiciliğinin yanında birçok olumsuz etkisi de söz konusudur. Dünya’da ve Türkiye’de yapılan araştırmalarda bu olumsuz özellikler ortaya konmuştur. Özellikle ortaöğretim öğrencisi ergenler arasında internet kullanımı hızla yayılmaktadır. Çok küçük yaşlarda internetle tanışma fırsatı bulan şimdiki ergenlik dönemindeki gençler için bu olumsuz etkilerin varlığından söz etmek elbette ki mümkündür. Bu tür internet kullanımı problemleri internet kullanımı olarak tanımlanmaktadır. Problemleri internet kullanımı insanların özellikle de sınavlara hazırlanmakta olan, akademik açıdan başarının önemli olduğu ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin hayatlarında önemli hasarlara sebep olabilmektedir. Ergenlik döneminin bu evresinde gençler aynı zamanda akademik çalışmalarının da en kritik olduğu bir dönemden geçmektedirler. Bu gençlerin lise hayatındaki akademik başarısı ve çalışma alışkanlığı üniversiteye giriş sınavındaki başarısını da doğrudan etkilemektedir. Bu sebeple öğrenciler zamanları etkili ve verimli şekilde kullanabilmelidirler.

Akademik erteleme davranışı ve akademik başarı arasında ise negatif bir ilişki vardır. Yapılan araştırmalarda akademik başarının akademik erteleme davranışından olumsuz etkilendiği doğrultusunda sonuçlara ulaşılmıştır. Bu çalışma, akademik erteleme davranışının, problematik internet kullanımından nasıl etkilendiğini ortaya koyacaktır. Elde edilen veriler alanda yapılan ve konuyla ilişkili diğer araştırmalara katkı sağlayacaktır.

## BÖLÜM II

Bu bölümde araştırmanın temel değişkenleri ile ilgili kavram ve kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Öncelikli olarak problemlı internet kullanımı ardından akademik erteleme ile ilgili açıklamalar bulunmaktadır.

### PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI

#### İnternet

İnternet, İngilizce inter (arasında) ve net (ağ) kavramlarından oluşmaktadır. Bilgisayar ağlarının birbirine bağlanması sonucu ortaya çıkan, herhangi bir sınırlaması ve yöneticisi olmayan uluslararası bilgi iletişim ağıdır (Turkcebilgi, 2014). WWW (ya da sadece Web) olarak kısaltılan World Wide Web (Dünya Çapında Ağ), büyük bir bilgi kütüphanesine benzemektedir. İnternet tüm dünyayı kapsayan bir bilgisayar ağıdır. Bilgiyi paylaşmak üzere birbirlerine bağlanmış milyonlarca bilgisayardan oluşmuştur (Kalbag, 2000). 1994'te, Web üzerinde işlem yapan Mosaic yazılımı piyasaya çıkmış ve kullanımı kolay olduğu için çok yaygınlaşmıştır (Çakır, 2007; Akt: Özer, 2013). Türkiye'ye internet 1993 yılında ilk kez gelmiştir. İlk olarak ise ODTÜ'de kullanılmıştır (Çakır, 2007).

1996 yılında Türk Telekomünikasyon şirketi TURNET (Ulusal İnternet Altyapı Ağı) ile yeni bir internet alt yapı sistemi oluşturmuştur (Özçağlayan, 1998). 1999 yılında ticari internet ağ yapısında yeni gelişmeler olmuş ve TURNET'in yerini TTNET adı ile daha gelişmiş bir internet alt yapısı almıştır (Alaçam, 2012). 2000'li yılların başında akademik kuruluşlar internet erişimini ULAKNET alt yapısı ile sağlarken internetin ticari amaçlı kullanımı ise TTNET alt yapısı ile sağlanmaya başlamıştır (Arısoy, 2009; Akt: Yılmaz, 2013).

İnternet, bilgi toplumunun kazandığı yeni ve sosyo-ekonomik, kültürel ve siyasi boyutları olan bir alettir (Yurtsan, 1996; Akt: Çağır, 2010). İnternet; bireysel, grupla ve çoklu iletişimi bir arada barındırmasının yanında, maliyeti düşük, dünya çapında birden çok kişiyle iletişime olanak sağlaması, küresel metin temelli, kişilerarası iletişime izin vermesi gibi birçok özelliğiyle, diğer iletişim araçlarından farklıdır (Timisi, 2003; Akt: Çağır, 2010). Bu da onu daha tercih edilir hale getirmiştir ve hızla yaygınlaşmasında önemli rol oynamıştır.

İnterneti, gençler bir iletişim ve sosyal ilişki kurma aracı olarak görmektedirler. Gençler gün geçtikçe internete daha fazla giriş yaptığından, araştırmacılar çevrimiçi olmanın birey üzerindeki sosyal açıdan ve psikolojik açıdan etkilerini araştırmaya giriştiler (Ybarra,

2004). Şehir yaşamında sosyal ağlar kolayca kurulamamaktadır. Yapılan araştırmalarda bu ihtiyaç duyulan sosyalliğin internet aracılığıyla çok daha kolay kurulduğu ortaya konmuştur. İnternet, insanların duygu ve düşüncelerini özgürce ve çekinmeden ifade edebilmelerini, kendilerini abartarak anlatabildikleri, ayrıca diğer insanları rahatça gözetleyebildikleri, başka insanların hayatlarını takip edebildikleri bir ortam oluşturmaktadır. Bu da insanları daha bağımlı hale getirmiştir. Ayrıca internet üzerinden tüm bilgilere, istediğimiz kişilere, oyunlara sınır tanımadan hızlıca ulaşılabilmesi de interneti daha da çekici kılmaktadır (Yalçın, 2014).

İnternet ile ilgili birçok farklı tanımlama yapılmıştır.

Gibson ve Ward' a (2000) göre internet;

- a) Çok fazla bilgiyi depolar ve gönderebilir seviyededir.
- b) Veri transferinde harcanacak zamanı büyük oranda azaltır.
- c) Farklı formattaki verilerin gerek görsel gerekse de sesli olarak taşıyabilir,
- d) Aynı anda ve karşılıklı iletişime imkân sağlar.
- e) Mesajların alınması ve gönderilmesinde bireysel kontrolün ön plana çıkması gücün belli merkezde toplanmasını engellemektedir (Tutkun, 2009).

Sırabaşı'na (2003) göre ise internet, kişilerin dünya üzerinde birbirleri ile çok geniş amaç ile ve içerikte iletişim kurmalarını, bilgi alış verişinde bulunmalarını sağlayan ortak iletişim alt yapısıdır. Bu bağlamda internet adını taşıyan bilgisayar ağı hemen tüm ülkelerde kayıtlı üyesi bulunan olağanüstü kapsamı olan uluslararası iletişim şebekesidir. İnternet günümüzde kurulum ve kullanım kolaylığının yanı sıra açık bir iletişim ağı olması nedeniyle kitle iletişimin en önemli sırasına geçmiş bulunmaktadır.

Çağımızın en hızlı büyüyen ve yaygınlaşan medyası internet, insanlık tarihi açısından yeni bir dönüm noktasını simgelemektedir, çünkü insanlık tarihinin bugüne kadar ki bilgi ve kültür birikiminin çok daha fazlası şu son 30 yılda üretilmiştir (Nakilcioğlu, 2007). İnternet, insanlara gerçek hayatta elde edemedikleri güvenli ve eğlenceli sosyal hayatı sağlayan, hem iletişim kurma hem de eğlenmek için kullanabilecekleri bir araç sunmuştur (Morahan-Martin, 1999, sf. 431; Akt: Martin ve Schumacher, 2003). İnternet üzerinden kurulan iletişim kişinin gerçek kimliğini saklamasına imkân sağlar fakat bu doğru iletişim kurulmasını engelleyebilir.

Çünkü iletişimde asıl önemli olan sözsüz ifadeler ve fiziksel özellikler yer almamaktadır (Bargh ve MacKenna, 2004; Akt: Peker, 2013).

Birçok insan hayatlarındaki baskı ve sıkıntılardan uzaklaşmak için İnternete yönelmiştir. Çevrimiçi ortamda kabul görebilecekleri ve teknik yeteneklerinin itibar sağlayacağı bir dünya bulmuşlardır (Martin ve Schumacher, 2003). Kişilerin interneti kullandıkları aktiviteler oldukça çeşitlidir (sohbet odaları, e-posta göndermek, dosya göndermeler, 'sörf yapma', birden fazla oyuncuyla çevrimiçi oyunlar, vb.). Bu aktivitelerden bazılarının (özellikle interaktif olanlar) bu duruma yatkın kişilerde "bağımlılığa" ya da "aşırı" internet kullanımına zemin hazırlaması olasıdır (Griffiths, 1995, 1996, 1997; Turkle, 1995; Akt: Shapira, Lessing, Goldsmith, ve ark., 2003).

Teknolojiyle ilgili gerçekleşen her yenilik, insanlığın yaşamını büyük bir ölçüde etkiler. Ülkemizin internetle tanışmaya başlamasıyla birlikte birçok şey gibi iletişim biçimimizde de birçok değişim meydana gelmiştir. Özellikle 2000 yılından sonra toplumumuzdaki bilgisayar okur-yazarlık seviyesi hızla artmıştır. En başta merak ile başlayan internet kullanımı, artık bir ihtiyaç haline gelmiştir (Celep ve Çetin, 2000; Oral, 2005; Akt: Gökteş ve Kayri, 2014). Bu internete girmeye olan ihtiyaç ise giderek artan bir şekilde fazlalaşmaktadır. Bu da tüm dünya da ve ülkemizde internet kullanıcıların sayısını beklenenin çok üzerinde artmasına sebep olmaktadır.

## Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanımı

**Tablo 1. DÜNYA İNTERNET KULLANIMI VE NÜFUS İSTATİSTİKLERİ**

30 KASIM 2015

Dünya Bölgeleri	Nüfus 2015 verileri	İnternet Kullanıcıları (31 Aralık,2000)	İnternet Kullanıcıları (sonVeriler)	Nüfuz etme (% Nüfus)	Gelişme 2000- 2015	% olarak kullanıcı lar
Afrika	1.158.355.663	4.514.400	<b>330.965.359</b>	28.6 %	7,231.3%	9.8 %
Asya	4.032.466.882	114.304.000	<b>1.622.084.293</b>	40.2 %	1,319.1%	48.2 %
Avrupa	821.555.904	105.096.093	<b>604.147.280</b>	73.5 %	474.9%	18.0 %
Orta Doğu	236.137.235	3.284.800	<b>123.172.132</b>	52.2 %	3,649.8%	3.7 %
Kuzey Amerika	357.178.284	108.096.800	<b>313.867.363</b>	87.9 %	190.4%	9.3 %
LatinAmeri ka	617.049.712	18.068.919	<b>344.824.199</b>	55.9 %	1,808.4%	10.2 %
Avustralya	37.158.563	7.620.480	<b>27.200.530</b>	73.2 %	256.9%	0.8 %
<b>TOPLAM</b>	<b>7.259.902.243</b>	<b>360.985.492</b>	<b>3.366.261.156</b>	<b>46.4 %</b>	<b>832.5%</b>	<b>100.0 %</b>

Kaynak: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>

Yukarıdaki tablo 30 Kasım 2015 verilerine göre Dünya’da internet kullanıcı sayıları verilmektedir. Tablo incelendiğinde internet kullanıcı sayısı hızla artmaktadır. 2000 verilerine göre kıyasla tüm dünyada internet kullanıcılarındaki artış yaklaşık yüzde 832 olarak gerçekleşmiştir. Dünya üzerinde en fazla internet kullanıcısının olduğu bölge yaklaşık 1.6 milyar kullanıcıyla Asya, en az internet kullanıcısının olduğu bölge ise Avustralya’dır. İnternet kullanıcı sayısının nüfusa oranına baktığımızda yüzde 87,9 ile Kuzey Amerika ilk sıradaki bölgedir. Son sırada ise yüzde 28,6 ile Afrika yer almaktadır. Dünya da 2015 verileri itibarı ile internet kullanıcı sayısı yaklaşık 3,3 milyara ulaşmıştır.

Ülkemizde de durum pek farklı değildir. 2014 istatistiklerine göre Çin dünya da en fazla internet kullanıcısının sahip ülkedir. Çin’i, Amerika, Japonya ve Hindistan takip ediyor. Türkiye’de ise internet kullanımı hızla yaygınlaşıyor. 2014’te Türkiye internet kullanıcısı sayısı bakımında Dünya sıralamasında 35 milyon kişiyle on ikinci sırada yer alıyor (TUİK, 2014).

TÜİK verileri Türkiye’de internetin hayatımızdaki yerinde ortaya koymuştur. Türkiye’de 2013 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ve İnternet kullanım oranları sırasıyla %49,9 ve %48,9’dur. Bu oranlar 2012 yılında sırasıyla %48,7 ve %47,4 idi.

**Tablo 2. TÜRKİYE’DE İNTERNETİN KULLANIM SIKLIĞI (2013)**

	Türkiye			Kent			Kır		
	Toplam	Erkek	Kadın	Toplam	Erkek	Kadın	Toplam	Erkek	Kadın
Hemen her gün	67,1	69,2	63,9	69,8	72,6	65,7	54,2	55,1	52,1
Haftada en az bir defa	23,2	22,4	24,6	21,8	20,7	23,5	30,0	29,4	31,4
Ayda en az bir defa	8,0	7,1	9,3	7,0	5,8	8,6	12,7	12,4	13,4
Ayda bir defadan az (iki- üç ayda bir)	1,7	1,3	2,3	1,4	0,9	2,2	3,0	3,0	3,1

\* Ocak-Mart 2013

\*\* 16-74 yaş grubu

Kaynak: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13569>

Bilgisayar ve İnternet kullanım oranları 16-74 yaş grubundaki erkeklerde %60,2 ve %59,3 iken, kadınlarda %39,8 ve %38,7’dir. Bilgisayar ve İnternet kullanımı kentsel yerlerde %59 ve %58, kırsal yerlerde ise %29,5 ve %28,6’dır (TÜİK, 2014).

TÜİK’in 2013 yılı Araştırma sonuçlarına göre en fazla internet kullanıcısı 16-24 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Bu da bu araştırmanın ergenlere yönelik yapılmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

İnternetin yeni ve popüler kullanım şekillerinden biri de internet üzerinden alışveriş yapılmasıdır. TÜİK’in araştırması sonucunda 2013 yılı itibarı ile her dört kişiden biri internet üzerinden alışveriş yapmıştır.

2013 yılının ilk üç ayında İnternet kullanan bireylerin ev ve işyeri dışında İnternete kablosuz olarak bağlanmak için %41,1’i cep telefonu veya akıllı telefon kullanırken, %17,1’i taşınabilir bilgisayar (dizüstü, notebook, tablet vb.) kullanmıştır.

Yine TÜİK 2013 yılında yaptığı araştırmasına göre, Türkiye’de internetin kullanım sıklığına baktığımızda ise; Son üç ay içerisinde kullanıcıların yaklaşık yüzde 67’si hemen her gün interneti kullandıklarını belirtmişlerdir.

### **Sağlıklı ve Problemlı İnternet Kullanımı**

İnternet ortaya çıktığı zamandan bu yana toplumların ve kültürlerin üzerinde büyük bir etki alanına kavuşmuştur. İnternet üzerinden kolayca alışveriş yapılmakta, bilgi çok hızlı bir şekilde yaygınlaşmaktadır. İnternetin gelişmesiyle birlikte birtakım olumlu etkilerin yanında, hayatımıza yeni sorunlar getirdi. Suç ve suçlu kavramlarına yeni tanımlar geldi, bireyin yalnızlaşmasına ve birtakım güvenlik açıklarına da yol açmıştır (Demir, 2006).

Davis’e (2001) göre “sağlıklı internet kullanımı” düşünsel, davranışsal herhangi bir rahatsızlık duymaksızın, uygun bir zaman diliminde, istedik amaca ulaşmak için internet kullanmaktır (Özcan ve Buzlu, 2005). Bireyin interneti kimliğinin bir parçası olarak görmesi yerine kendisine işlerinde yardımcı bir alet olarak görmesi ve bireyin internette kurulan iletişim ile gerçek hayatta kurulan iletişimin farklı olduğunu ayırt edebilmesi” olarak tanımlamaktadır (Yılmaz, 2013). İnternet kullanımının önüne geçememek, sürekli olarak interneti düşünmek ve internete ulaşamama anında semptomların ortaya çıkması ise “sağlıksız internet kullanımı”nın karakteristik özellikleri olarak ele alınabilir (Young, 1999; Akt: Davis, 2001; Akt: Sırakaya, 2011). Takıntılı bir biçimde internet hakkında düşünmek, isteği kontrol etme ve dürtüyü kontrol etmede düşüş, internet kullanımını engelleyememek ve yoksunluk gibi belirtiler interneti sağlıksız kullanımın en belirgin özellikleridir (Young, 1999: Akt: Davis, 2001). Problemlı internet kullanımıyla mental bozukluklar arasında ise bir ilişkinin olup olmadığı bilinmiyor (Stein, 1997; Akt:Shapira ve Goldsmith, Keck ve ark.,2000).

Suler (1999) ise, sağlıklı internet kullanan birey, internet ile gerçek dünya etkinliklerini bağdaştırabilir. Sağlıksız internet kullanımıysa, genellikle gerçek hayattan tamamen soyutlanmış ‘çevrimiçi’ bir hayat ile sonuçlanır(Peker, 2013). Bu sebeple problemlı internet kullanımında çevirim içi geçirilen zamanın bir işlevselliği yoktur fakat kişinin hayatında internet kullanımından kaynaklanan sorunlar vardır (Morahan-Martina ve Schumacher, 2000).

İnternetin kullanımını ve popülarlığı arttııkça, aşırı kullanımı gibi sorunla kendini göstermeye başladı. Bu aşırı kullanım insanların yaşamlarını olumsuz yönde etkilemeye başlamıştır. Bununla ilgili araştırmalara bakıldığında, bu aşırı kullanımın sonucu olarak problemlili internet kullanımını ve internet bağımlılığı gibi sorunların yaygınlaştığı görölmektedir (Griffiths, 2000; Kandell, 1998; Tsai ve Lin, 2003; Akt: Peker, 2013).

Araştırmalara göre internet üzerinden yeni insanlarla tanışmak, alışveriş yapmak, filmler izlemek, şarkı dinlemek ve oyun oynamak eğlenme amaçlı kullanımının (Ceyhan ve Ceyhan, 2007; Choi, 2001; Kim ve Davis, 2009; Live Chung, 2006; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Oğuz, Zayim, Özel ve Saka, 2008; Weitzman, 2000) problemlili internet kullanımının önemli yordayıcıları olduğunu göstermektedir (Ceyhan, 2010).

Caplan ve ark.'na (2009) göre, PİK kişinin çevirim dışı hayatını yönetmesinde zorluklarla sonuçlanmış olan bilişsel, duygusal ve davranışsal semptomlardan oluşan çok boyutlu bir sendromdur (Caplan, 2002, 2003, 2005a, 2005b; Davis, 2001; Davis et al., 2002; Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Araştırmacılar, konusu, doğası, etiyojisi ve PİK in etkileri üzerinde hala bir uzlaşuya varamamasına rağmen; Literatür bize, PİK in belirtilerinin; uyumsuz ruh durumları, aşırı internet kullanımı, çevirim içi sosyal etkileşimin tercih edilmesi, internet ile zihinsel olarak meşgul olmak ve internet kullanımına bağılı olumsuz sonuçlar gibi bir internet kullanımını içerdığını söylemektedir (Caplan, 2005a, 2005b). Aşırı internet kullanımının bireylerde zarar verici bir davranış olması nedeniyle "patolojik" ya da "problemlili" olarak tanımlanmaya başlamıştır (Morahan-Martin ve Schumacher 2000; Akt: Sarıkaya, 2011). İnternete erişim imkânlarının her geçen gün artması ile insanların problemlili internet kullanım potansiyeli de artmaktadır (Kandell, 1998; Akt: Yılmaz, 2013). İnternet aşırı kullanıldığında kişilerin okul hayatı, ailesiyle olan ilişkileri, kişisel sağılığı, uyku problemleri gibi birçok probleme sebep olabileceğı gibi zaman kaybı sebebiyle çalışmamıza ve asıl işlerimizi aksatmamıza da yol açacaktır (Gürcan, 2010).

Chou, Condron ve Belland'a (2005) göre interneti daha çok lise ve üniversite öğrencileri kullanmaktadır. Lisede ve üniversitelerde interneti hiç kullanmayan öğrencilerin bile, ödevlerle ilgili öğretmenlerine daha kolay ulaşmak, ders takibini yapmak, birtakım araştırmalar yapmak için interneti daha çok kullanmak durumunda kalmıştır. Önce akademik açıdan kullanılan internet kullanım amaçları giderek farklılıklar göstermiştir. Böylece internet

öğrencilerin hayatlarının bir parçası haline gelmiştir. İnternetin bu derece yaygınlaşması aşırı kullanıma da yol açmıştır (Tutkun, 2009).

Araştırmalara göre, problemlili internet kullanımı, insanların davranışlarında olumsuz etkilere neden olan aşırı internet kullanımı olarak tanımlanmakta ve günümüz bilgi toplumunda oldukça yaygınlaşmıştır (Young, 1998; Akt: Çağır, 2010). Problemlili internet kullanımı kavramı, bireylerin internet kullanımından dolayı yaşamlarının aile ve iş gibi önemli boyutlarında yaşanan bozulmalar, sürekli olarak kullanımı kontrol etmede yaşanan başarısızlık ve kompulsif kullanım ile tanımlanmaktadır (Kim & Davis, 2009). Bu çerçevede, problemlili internet kullanımı, sosyal, akademik, mesleki, finansal ve bedensel alanlarda olumsuz sonuçlara yol açan bilişsel ve davranışsal semptomların meydana getirdiği çok boyutlu bir sendrom (Caplan, 2002, 2003; Davis, 2001; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Young, 1998) olduğu için bir çok değişkenle ilişkisini ortaya koymak amacıyla araştırmalar yapılmıştır (Ceyhan, 2010).

Genel olarak problemlili internet kullanımı, sıkıntıya ve günlük yaşamda işleyiş bozukluklarına neden olan internet kullanımının kişi tarafından kontrol edilememesidir (Shapira et al.,2000; Akt: Shapira ve ark., 2003). Aşırı internet kullanımına hangi ismin verileceği noktasında farklı görüşler bulunmaktadır. “internet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı” ve “problemlili internet kullanımı” bu anlamda sıkça kullanılan terimlerdir.

‘İnternet bağımlılığı’ terimi araştırmacılar arasında tartışmalara ve fikir ayrılıklarına neden olmuştur ve araştırmacılar birbirinden farklı olarak patolojik internet kullanımı, İnternete bağıllık ve problemlili internet kullanımı kavramlarını önermişlerdir (Davis ve ark., 2002). Bu konuda tam bir görüş kararlılığı yoktur. Bu kavramların tamamı internet kullanımı isteğinin engellenememesi, kişinin internete girmediğinde geçirdiği zamanın önemsiz hale gelmesi, internete giremediğinde aşırı sinirli tavırlar ve kişinin işinde sosyal ve aile hayatındaki bozulmaları kapsayacak şekilde istenmedik durumları tanımlamaktadır (Griffiths, 1995;1996; 2000; Akt: Peker, 2013).

Buna göre alan yazında problemlili internet kullanımının tanımlanması ve isimlendirilmesi konusunda kavramsal farklılıklar yaşandığı gözlenmektedir (Ceyhan, 2008; Akt: Zorbaz, 2013). Young (1996), Beard ve Wolf (2001), Tsai ve Lin (2003), Kim ve diğerleri (2006), J. Y. Yen, Ko, C.F. Yen, Wu ve Yang (2007), Khazaal ve diğerleri (2008), Arısoy (2009a),

Kayri ve Gönüç (2009), Widyanto, Griffiths ve Brunnsden (2011) ve Leung ve Lee (2012) gibi bazı araştırmacılar tarafından İnternet Bağımlılığı olarak adlandırırken, Morahan-Martin ve Schumacher (2000), Davis (2001), Gönül (2002) gibi bazı araştırmacılar tarafından Patolojik İnternet Kullanımı ve Anderson (2001) tarafından İnternet Bağıllığı olarak adlandırılmıştır. Ayrıca Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla ve McElroy (2000), Caplan (2002), Yellowlees ve Marks (2007), E. Ceyhan, A. A. Ceyhan ve Gürcan (2007), Çağır ve Gürgan (2010), Odacı ve Berber-Çelik (2011), Derbyshire ve diğeri (2013) gibi bazı araştırmacılar da Problemlili İnternet Kullanımı şeklinde adlandırmaktadırlar (Özer, 2013, s.12).

İnternet ile ilgili problemler tanımlanırken birbirinden farklı kavramlar kullanılmaktadır. Bu durumun sebebi problem tanımlanırken duyuşsal açıdan, davranışsal ya da bilişsel bileşenlerden biriyle açıklanmaya çalışılmasından kaynaklanıyor (Davis, 2001; Akt: Özer, 2013). Temelde tüm bu kavramlar benzer olarak kullanılmakta olup, çıkış noktası olarak aşırı ve problemlili internet kullanımı kapsamında ele alınabilmektedir (Beard ve Wolf, 2001; Ceyhan, Ceyhan, ve Gürcan, 2007; Akt: Peker, 2013).

Bu tezde internetin sağlıksız biçimde kullanımını belirten kavram olarak “problemlili internet kullanımı” tercih edilmektedir. Problemlili internet kullanımı kavramının tercih edilme nedeni ise “internet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı” ve “kompulsif internet kullanımı” gibi kavramların çağrıştırdığı anlamların Rehberlik ve Psikolojik Danışma alanının dışında olması ve bu kavramların daha çok klinik araştırmalarda kullanılmakta olmasıdır (Alaçam, 2012; Ceyhan, 2011; Akt: Yılmaz, 2013).

Problemlili internet kullanımı bütün yaş gruplarından, sosyal, ekonomik ve eğitim seviyesindeki bireylerde görülebilir İnternetin problemlili kullanılması durumu, her yaşta, tüm sosyo-ekonomik gruplarda ve her eğitim seviyesindeki bireylerde görülebilir (Beard ve ark., 2001). Araştırmacılar bilgi ve iletişim teknolojilerinin aşırı bir şekilde kullanılması ve ergenlerin yaşamlarını olumsuz bir biçimde etkilemesi durumunu problemlili internet kullanımı/internet bağımlılığı olarak ifade etmişlerdir (Ceyhan, 2008; Davis, 2001; Griffiths, 1999; Young, 1996; Akt: Peker, 2013).

PİK'in diğeri belirtileri arasında çevrimdışıyken internet hakkında düşünmek, çevrimiçi olacağı zamanı beklemek, İnternete girmek ve İnternetteki faklı harcamalar için yüksek miktarda para harcamak vardır (Young, 1996; Akt: DiNicola, 2004). Buradan hareketle şöyle

bir tanımlama yapılabilir. Shapira ve ark.'a (2003) göre, Problemlili internet kullanımı genel olarak bireyin internet kullanımını kontrol edememe yetersizliğinden dolayı yaşadığı rahatsızlık ve fonksiyonel bozulmayı ifade etmektedir (Yılmaz, 2013). Bir başka tanımlamada ise Caplan'a (2005) göre, Problemlili internet kullanımı, sosyal, akademik/mesleki olumsuz sonuçlar doğuran bilişsel ve davranışsal belirtilerden meydana gelmiş, çok boyutlu bir sendromdur (Akt: Zorbaz, 2013).

Araştırmalara göre aşırı internet kullanımı insanların davranışlarında fazlaca soruna sebep olabilmekte ve çağdaş toplumlarda oldukça yaygınlaşmaktadır (Kandell, 1998; Tsai ve Lin, 2003; Young, 1998; Akt: Peker, 2013). Young, problemlili internet kullanımının daha ziyade bir dürtü kontrol bozukluğuna benzediğini ileri sürmüştür (Young, 1998a,b; Young ve Rogers, 1998) ve DSM-IV'teki patolojik kumar oynama kriterlerini referans alarak yeni kriterler oluşturmuştur. Young (1998), DSM-IV'teki tanılardan 'internet kullanımının patolojik doğasına en uygun olan kavramın'Patolojik Kumar Oynama' olduğunu ve bu sebeple de kullandığı kavramsal yaklaşımda bunu temel aldığı belirtmiştir. Patolojik kumar oynamaya dayanan kriterleri kullanarak sekiz soruluk bir tanı anketi oluşturmuştur. Katılımcılar beş ya da daha fazla soruya evet cevabı verdiklerinde "Bağımlı" olarak sınıflandırılırlar (Young, 1998; Akt: Shapira ve ark., 2003).

Davis'e (2000) göre, kişi "Sadece internette bana saygı duyuluyor.", "Çevrimdışıyken kimse beni sevmiyor.", "İnternet benim tek arkadaşım." ve "Çevrimdışıyken insanlar bana kötü davranıyor." diye düşünebilir. Bu ya hep, ya hiç düşüncesi kişinin internete bağlılığını besleyen 'uyumsuz düşünce bozukluğu' olarak görülür (Davis, 2000). Bu düşünce bozuklukları, İnternetle bağdaştırılan bir uyarıcının mevcut olduğu durumlarda otomatik olarak harekete geçer. Yani bir sohbet odasına giriş yapar yapmaz kişi otomatik olarak (düşünmeden) bu düşünceleri harekete geçirir (DiNicola, 2004). Öte yandan Davis (2001), problemlili internet kullanımını bir psikiyatrik durum olarak değerlendirmiştir (Sarıkaya, 2011). Davis'e (2002) göre problemlili internet kullanımı (PİK), uyumsuz düşünce ve patolojik davranışları içeren bir psikiyatrik durumdur (Özcan ve Buzlu, 2005).

Davis (2000) sonraları kendi modelini ortaya koymuştur. Bu modelde spesifik PİK ve genel PİK olmak üzere iki farklı aşırı kullanımda söz etmektedir (DiNicola, 2004). Spesifik PİK kişinin İnterneti patolojik olarak çevrimiçi seks ya da kumar gibi belli bir amaç için

kullanması durumunu ifade ederken, genel PİK ise daha genel bir davranış halini açıklar (Davis, 2001).

Spesifik PİK İnternetin sadece bir yönüyle alakalıdır, internetteki diğer fonksiyonlarından tümüyle ayrı bir şekilde ortaya çıkmıştır. Çevrimiçi seks materyalleri/hizmetleri, çevrimiçi açık arttırma servisleri, çevrimiçi stok takibi ve çevrimiçi kumar oyunlarının aşırı kullanımını (suistimal edilmesi) içermektedir (Davis, 2001). Genel patolojik internet kullanımı, aşırı İnternet kullanmanın genel, çok boyutlu durumudur. Bu genel PİK'e sahip biri genel olarak İnternette belirgin bir amacı olmaksızın zaman geçirir (DiNicola, 2004).

Shapira ve diğerleri (2000), göre problemlili internet kullanımı; kontrol edilemeyen, rahatsız edici, fazlaca zaman harcanan, sosyal ve mesleki yahut maddi açıdan sorunlara sebep olan, yalnızca hipomanik ve manik semptomlar anında bulunmayan şekilde tanımlanır (Özer, 2013).

Caplan (2002) Davis'in modeli üzerinden bir çalışma yürüttü ve problemlili internet kullanımının yedi ögesini saptadı:

- a) Duygu durumundaki değişiklikler,
- b) Çevrimiçi ortamda faydalanılabilecek sosyal alanların farkına varma,
- c) İnternet kullanımından ileri gelen olumsuz neticeler,
- d) Takıntılı internet kullanımı,
- e) Çevrimiçi geçirilen zamanın fazlalığı,
- f) İnternette uzak kalındığında ortaya çıkan geri çekilme semptomları ve
- g) Çevrimiçi ortamda elde edilen sosyal kontrol (Akt: Demetrovics ve ark.,

2008).

Shapira, Lessing ve ark.'ın (2003) problemlili internet kullanımı için tanı ölçütleri:

A. Aşağıdakilerden en az biriyle ortaya çıkan internet kullanımıyla ilgili zihinsel uğraşı vardır.

1. İnternet kullanımını denetim altına alma çabalarının sonuçsuz kalması
2. Planlandığından daha uzun süre internet kullanımı

B. İnternet kullanımı veya aşırı zihinsel uğraşı iş, sosyal yaşantı veya diğer önemli alanlarda işlev kaybına ya da klinik belirtilere yol açmaktadır.

C. Aşırı internet kullanımı hipomani ya da mani epizodları sırasında ortaya çıkmaz ve başka bir Eksen I bozukluğu ile daha iyi açıklanamaz (Tutgun, 2009).

Goldberg'in problemlili internet kullanımı için tanı ölçütleri:

İlk olarak Goldberg (1996) "madde bağımlılığı" kriterlerini uyarlayarak problemlili internet kullanımı tanımlamıştır.

On iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zamanda ortaya çıkan aşağıdakilerden üç'ü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı problemlili internet kullanımı olarak tanımlanmaktadır.

1. Aşağıdakilerden biri ile tanımlandığı üzere tolerans gelişmiş olması,

- a) İstenilen etkiyi sağlamak için belirgin olarak artmış miktarlarda internet kullanım süresi
- b) Sürekli olarak aynı miktarda internet kullanması ile belirgin olarak azalmış etki sağlanması

2. Aşağıdakilerden biri ile tanımlandığı üzere yoksunluk gelişmiş olması:

Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, soysal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşaması

- a) Psikomotor kışkırtma
- b) Bunaltı
- c) İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
- d) İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma
- e) İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma
- f) Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma

3. İnternet kullanımını çoğu kez tasarlandığından daha uzun süreler alır.

4. İnternet kullanımını bırakmak ya da denetim altına almak için sürekli bir istek ya da boşa çıkan çabalar vardır.

5. İnterneti kullanmak ya da etkilerinden kurtulmak için çok fazla zaman harcama

6. İnternet kullanımını yüzünden önemli toplumsal, mesleki etkinlikler ya da boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır ya da azaltılır.

7. İnternet kullanımının neden olmuş ya da alevlendirmiş olabileceği, sürekli olarak var olan ya da yineleyici bir biçimde ortaya çıkan fizik ya da psikolojik bir sorunun olduğu bilinmesine karşın aşırı olarak devam eder (Akt: Öztürk, Odabaşoğlu, Eraslan, Genç, Kalyoncu, 2007; Akt: Peker, 2013).

Suler'ın Sekiz Faktörlü PİK'i

Suler (1999) göre, sağlıklı internet kullanımı ile problemlili internet kullanımı arasındaki farklar, 8 faktör üzerinde incelenebilir.

Kişinin internetle olan ilişkisinin yapısını belirleyebilmek için 8 faktör aşağıdaki gibidir:

1. Çevrimiçi aktiviteyle elde edilen ihtiyaçların sayısı ve çeşidi. kullanıcıların, fiziksel, kişisel, kişilerarası ya da manevi ihtiyaçlarını İnternet yoluyla karşılama eğilimindedir. Kişi ihtiyaçlarını bu şekilde karşıladıkça, İnternet hayatında daha önemli hale gelir.

2. Karşılanmamış ihtiyaçların sonucu oluşan yoksunluk hissinin derecesi. Kullanıcı, altta yatan ihtiyaçlarını bastırdıkça ya da inkar ettikçe bu ihtiyaçları karşılamak için başka yollar arar . İnternet, ihtiyaçların gerçek dünyaya oranla daha genellikle daha kolay karşılanabildiği bir ortamdır.

3. Çevrimiçi etkinliğin türü. Etkinlik türünün ne kadar fazla belirgin özelliğivarsa, kişi interneti o denli fazla sayıda ihtiyacını karşılamak için kullanır. Farklı internet faaliyetleri farklı ihtiyaçları karşılayabilir. Daha nitelikli ortamlarlar daha geniş kapsamlı ihtiyaçlara karşılık verebilir ve sonuç olarak daha da çekici olabilirler.

4. İnternetin, kişinin günlük yaşantısındaki işleyişe etkisi. Kişi fiziksel sağlığı, iş performansı ve birebir ilişkiler bakımından etkilenmiş olabilir. İnterneti kullanımına bağlı olarak zarar gören alanların miktarı ve şiddeti, problemin ciddiyetini ortaya koyar.

5. Kişisel sıkıntılar. Patolojik İnternet Kullanımının uyarıcı işaretleri arasında kullanıcının İnternet kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan depresyon, öfke, hayal kırıklığı, suçluluk ve yabancılaşma duygularıdır.

6. İhtiyaçların farkında olmak. Kişi, bastırılmış ihtiyaçlarını İnternet yoluyla karşılamaya çalıştığı zaman aslında ihtiyaç duyduğu boşalma aktivitesini tam anlamıyla yerine getiremez. Çünkü bu etkinlik, karşılanmamış asıl ihtiyaçlara yönelik olmadıkça sürekli tekrar edilmek zorunda kalınacaktır. Kullanıcının altta yatan ihtiyaçlar üzerinde durması bir bakıma kişinin bilinçli olarak bu ihtiyaçların ne gerektirdiğinin farkına varması ile internet kullanımından kaynaklanan problemleri ve yoksunluğu çözmektedir.

7. Tecrübe ve dâhil olma evresi. İnternet kullanıcıları deneyim edindikçe, internet aktivitelerinin gerçek hayattaki ihtiyaçlarını karşılamadığını anlarlar ve internetin cezbedici etkisi geçer. Deneyim genellikle kullanıcıların aşırı katılım gerektiren aktivitelerden kaçınmaları konusunda yardımcı olur.

8. Gerçek ile sanal yaşam arasında denge ve bütünleşme. İnternetin sağlıklı kullanımı, internet ile gerçek hayat aktivitelerini birleştirir. Patolojik İnternet Kullanımı, genelde gerçek dünyadan tamamen soyutlanmış bir online hayatla sonuçlanır hatta gerçek dünyadan gelmesi muhtemel müdahalelerin önüne geçilmeye çalışılır (Suler,1999).

## İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Wang ve ark. (2003) e göre internet bağımlılığının tanımlanması ve teşhis edilmesinde kullanılan kriterler birçok psikoloğun dikkatini çekmektedir. İnsanların neden nasıl internete bağımlı hale geldiklerini açıklayan araştırmaların yapılması acil olarak nitelenen konular arasındadır. İlk kez psikiyatrist Ivan Goldberg tarafından kullanılan bir terim olan "internet tiryakiliği" ya da "internet bağımlılığı" orijinalinde kişisel yaşamda bireylerin aşırı internet kullanımının olumsuz etkilerini tanımlamak için tasarlanmıştır. İnternet bağımlılığında da alkol bağımlılığına benzer olarak, bağımlı kişilerin alışıldığı şekilde kendilerini maddenin etkisine maruz bırakması şeklinde gerçekleşmektedir. İnternet bağımlılığı kimyasal bağımlılıktan farklı olarak davranışlar üzerinde gerçekleşmektedir. Burada insan-makine etkileşimi ile aktif bir bağımlılıktan söz edilmektedir (Lengel, 2004: 159; Akt: Işık, 2007).

İnternetin problemlili kullanımına ilişkin ilk araştırmaların Amerika ve Batı Avrupa ülkelerinde başladığı görülmektedir. İnternetin insan doğasına olumsuz etkilerini ilk araştıran araştırmacılardan biri olan Goldberg (1996) internetin problemlili kullanımına işaret eden kavram olarak internet bağımlılığını tercih etmektedir. Goldberg meslektaşlarına şaka yapmak amacıyla DSM IV'te bulunan alkol bağımlılığı tanı ölçütlerini internet bağımlılığı tanı ölçütleri olarak düzenlemiş ve e-posta ile meslektaşlarına göndermiştir. E-postayı okuyan meslektaşlarının bir kısmı Goldberg'e kendilerinin internete bağımlı hale geldiklerini ve bu ölçütlerden bazılarının kendilerine uygun olduğunu belirtmişlerdir (Kirallo, 2005; Akt: Yılmaz, 2013).

İnternet bağımlılığını, patolojik veya problemlili internet kullanımını tanılamada birçok araştırmacı, kişilerin internette harcadıkları zamanın önemli bir kriter olduğu görüşündedirler ve bazı araştırmacılar tarafından bununla ilgili ölçekler geliştirilmiştir (Davis, 2002; Akt: Özcan, Buzlu, 2005). İnternet bağımlılığı kavramı alan yazında oldukça popüler bir kavramdır ancak internet bağımlılığı kavramının, internetin sebep olduğu sorunların temelini yeterli bir şekilde yansıtılabildiği konusunda tartışmalar vardır (Ceyhan, 2011; Akt: Zorbaz, 2013).

Aşırı internet kullanımı ile tutkudan doğan (içsel bir kontrol edememe durumu) kullanımı birbiriyle yakından bağlantılı olmasına karşın davranışsal bağlantılar ve içeriksel farklar ile ayrılmaktadır (Caplan, 2005). Bağımlılık (addiction) genel anlamda ilaç almayı içerir

ve resmi anlamda bağımlılık tanımı ilaç alma konusuna yönelmiştir. Bu genel tanımlamalara rağmen diğer bazı davranışların da (örneğin kumar, alkol, bilgisayar oyunları oynama) bağımlılık sebep olabileceği düşüncesi giderek artmaktadır (Griffiths, 1999; Akt: Işık, 2007). Grohol'e (2005) göre, patolojik internet kullanımı bir bağımlılık değildir. Bu görüşüne gerekçe olarak ise, bağımlılığın ortaya çıkabilmesi için bir ödül elde edilmesi gerekliliğini vurgulayarak, internet kullanımında ise sosyalizasyonun söz konusu olduğunu belirtmiştir. İnternetin sosyalleştiriyor oluşu ve sunduğu yeni bilgiler insanlara çekici gelmektedir fakat zamanla bu cazibe unsurlarının söndüğünü ve yerini bir denge haline bıraktığını belirtmiştir. Buradan sonra birey için çekicilik hala devam ediyor, sönmüyorsa patolojik kullanımdan söz edilebilir (Sırakaya, 2011).

Young (2007) ise internet bağımlılığını; kullanıcının internet kullanımını, kontrol becerisini, ilişkisel, mesleki ve sosyal becerisini problemlere sebep olacak derecede etkileyen yeni ve genellikle tanınmamış klinik bir bozukluk olarak tanımlamaktadır (Zorbaz, 2013).

Gönül (2002), "İnternet bağımlılığı" teriminin, internetin patolojik boyutlarda kullanımını yeterince tanımlayamadığını belirtmiştir. Bunun yerine patolojik internet kullanımı (PİK) kavramını kullanmayı tercih etmiştir. İnternetin kendine has özellikleri sunduğu imkânlar bağımlılık geliştirmemize sebep olmaktadır. Ayrıca daha önce başka bağımlılıkları olan kişiler, aynı bağımlılığı internete de yansıtabilirler (Gönül, 2002; Akt: Işık, 2007).

#### İnternet Bağımlılığı Tanı ölçütleri:

1. İnternet takıntısı (sürekli olarak önceki ve sonraki çevrimiçi aktivite hakkında düşünmek)
2. İnterneti sürekli artan bir şekilde doyum sağlayabilmek amacıyla kullanmak
3. İnternet kullanımı kontrol altında tutmak yahut engellemek konusundaki girişimlerin başarısız olması
4. İnterneti kullanmayı bıraktığı anda tedirgin, sıkılgan, mutsuz ve alıngan psikolojik durum
5. Planlanandan çok çevrimiçi olmak

6. İnternet kullanımının sebep olduğu kişisel ilişkiler, iş, eğitim yahut kariyer fırsatlarını tehlikeye sokmak ya da bu riski göze almak

7. İnterneti ne düzeyde ve ne kadar kullandığı konusunda ailesine, terapistine ya da başka insanlara yalan söylemek

8. Kaygı, depresyon gibi problemlerinden kaçabilmek için yine internete kullanımına yönelmek (Young, 1996: 238; Akt: Kurtaran, 2008).

Her ne kadar bu ölçek İnternet bağımlılığını ölçmede kullanılsa da, yapısal geçerliği ve klinik açıdan uygulanabilirliğine karar vermek için daha fazla araştırma yapılmalıdır. İnternet teriminin tüm çevrimiçi faaliyetleri kapsadığı unutulmamalıdır (Young, 1996).

Young' un kriterlerihakkında bir takım sorunlar vardır. Bazı kriterler, (İnternetle ne kadar meşgul olduğu, rahatsızlık hissi, aksilik, depresiflik ya da aşırı hassasiyet, vb.) denek tarafından kabul edilmeyebilir ve bu da teşhisin doğruluğunu etkileyebilir. Aynı şekilde deneğin ifadesi çarpıtılmış olabilir ve kendi kendine rapor edilmiş bilgiler doğru olmayabilir (Beard ve Wolf, 2001).

Beard ve Wolf'un (2001) internet bağımlılığı için tanı ölçütleri:

Aşağıdaki durumlar daha öncesinde mutlaka görülmeli:

1. Zihinde sürekli interneti düşünme (bir önceki yahut bir sonraki çevrimiçi aktiviteyi beklemek)
2. Sürekli daha fazla internete bağlı kalma ihtiyacının artması
3. İnterneti kullanımını azaltma konusundaki girişimlerde başarısız olma
4. İnternet kullanımı azaldığında yoksunluk belirtilerinin görülmesi
5. Başlangıçtan daha fazla internete bağlı kalma

Aşağıdaki durumlardan ise en az birinin gerçekleşiyor olması:

1. Aşırı internet kullanımında kaynaklanan okul veya işle ilgili sorunlar yaşanması
2. İnternete daha fazla bağlanabilmek için çevresindeki kişilere (aile, terapist vb.) yalan söyleme
3. İnternete bağlandığı sürede umutsuzluk, kaygı, suçluluk, depresyon gibi bir takım duygusal değişikliklerin görülmesi (Çağır, 2010).

Goldbergise ilk defa internet bağımlılığını tanımlarken madde bağımlılığı kriterlerini kullanmıştır (Gönül, 2002).

Goldberg'in (1999) DSM-IV'te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerinden yola çıkarak hazırladığı internet bağımlılığı tanı ölçütleri aşağıda verilmiştir:

1. Aşağıdaki durumlardan biriyle tanımlanan tolerans gelişimi:

a. Elde edilmek istenen hazzın alınabilmesi belirgin internet kullanımındaki artış

b. sürekli aynı sürede kullanım halinde alınan haz oranında azalma

2. Aşağıda tanımlandığı gibi yoksunluk gelişiminin görülmesi:

Yoğun ve uzun süreli kullanımlarda aşağıdaki belirtilerden en az iki tanesinin birkaç gün içerisinde görülmesi (bu süre bir ay içerisinde olabilir) ve bu belirtilerden dolayı kişinin iş ve sosyal yaşamında ya da işlevsel alanlarda sorunlar yaşaması.

a) Psikomotor ajitasyon

b) Bunaltı

c) Takıntılı bir şekilde internette neler olduğunu düşünme

d) İnternet ilgili hayaller ve fanteziler kurma

e) İstemli yahut istemsiz bir şekilde gerçekleştirilen tuşlara basma hareketleri

f) Bu sıkıntılı halden kurtulmak için yine internet yahut benzer olan servislere bağlanma

3. Planlanandan daha uzun süre internete bağlı kalınması.

4. İnterneti kullanmayı bırakmak yahut kontrol altına almak adına yapılan başarısız denemeler.

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayırmak (kitap almak, yeni web tarayıcıları ve programlar denemek, dosyaları düzenlemek vb.).

6. İnternet kullanımından dolayı önemli birtakım mesleki, toplumsal etkinliklerin ya da boş zaman değerlendirme etkinliklerinin bırakılması ya da bunlara ayrılan sürenin azaltılması.

7. İnternet kullanımının sebep olduğu uykusuzluk randevulara geç kalma gibi problemlere rağmen aşırı olarak internet kullanımına devam ediyor olması (Tutgun, 2009).

Sonuç olarak DSM-IV-TR'dürtü kontrol bozukluğu için aşağıdaki kriterler belirlenmiştir.

- a) Aklın İnternetle veya internetle ilişkili bir aktiviteyle ilgili olması,
- b) Arzu edilen heyecanı tekrar hissedebilmek adına İnternette gitgide artan zaman harcama isteği
- c) Defalarca tekrarlanan İnternet kullanımını kontrol etme, zamanı azaltma, bırakma yahut belirli bir içerikten uzak durma girişimleri,
- d) İnternet kullanımını azaltıldığı yahut kesildiği durumlarda görülen huzursuzluk ve agresif davranışlar gibi yoksunluk semptomları,
- e) İnternetin, istenmeyen duyguları geçiştirmek yahut sorunlardan uzaklaşmak adına bir araç gibi kullanmak,
- f) İnternette kalınan süreyle ilgili aileye, başkalarına, patronuna yahut terapisteye yalan söylemek,
- g) Çevrimiçi ortamda yasadışı faaliyetlerde bulunmak (yasadışı içerikler indirmek),
- h) İnternette vakit geçirirken bir ilişkiyi, bir iş veya bir eğitim fırsatını kaçırmak veya tehlikeye atmak,
- i) İnternette harcama süreyle yahut internette gerçekleştirilen aktivite dolayısıyla suçluluk duymak (D'Nicola, 2004).

## ERTELEME

Erteleme (procratination) terimi ileri bir tarihi işaret eden bir ön ek olan pro ve “yarına ait” anlamına gelen crastinus kelimelerinden oluşmaktadır (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Desimone (1993) yakın ya da uzak ileri bir tarihe bırakmak anlamına gelen İngilizcedeki procrastination kelimesiyle birçok endüstri öncesi toplumda karşılığı olabilecek bir sözcük bulunmadığını belirtmektedir (Akt. Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Türkçede de kelimeyi tam olarak karşılayacak bir terim olmamakla birlikte ‘erteleme’, ‘ağırdan alma’, ‘geciktirme’ gibi sözcüklerin kullanıldığı görülmektedir (Ulukaya, 2012).

Latince metinlerde erteleme sözcüğünün, özellikle Romalıların askeri yapılanmaya önem veren kültürel özelliklerine paralel biçimde daha çok askeri metinlerde oldukça sık kullanıldığı görülmektedir. Romalıların erteleme ifadesini kullanma biçimi, askeri uzlaşmazlıkların çözümünde gerekli sabrın gösterilmesi gibi yargıları (kararları) ertelemenin akıllıca ve gerekli olduğu görüşünü yansıtır biçimdedir. Dolayısıyla erteleme, harekete geçmeden önce daha sofistike kararların alınması gereken ve yeteri kadar öngörüye sahip olunmayan durumlarda dürtüsellikten kaçınmayı içeren durumlar için kullanılmıştır (Ferrari ve diğerleri, 1995; Akt: Çakıcı, 2003)

İngilizcedeki ilk kayıtlı kullanımı 1548 yılında gerçekleştirilmiş olan “erteleme” doğrudan Latince bir kelime olan “Procrastinatus” kelimesinden gelmektedir, ileri hareketi işaret eden “pro” zamirinden ve yarın anlamına gelen “crastinus” kelimelerinin birleşiminden oluşmuştur (Merriam Webster’s Collegiate Dictionary, 1993). Erteleme davranışı, kaçınma isteği ve bu etkinliği daha sonra gerçekleştirileceğine dair verilen sözler, geciktirme sonucunda kendini haklı göstermek için bahaneler bulma şeklinde tanımlanabilir (Ellis ve Knaus, 2002; Akt: Kandemir, 2010). Erteleme, bireyin yapması gerekli olan işlerden dikkatini bilinçli olarak başka yöne yönlendirerek, bazı etkinliklerle kendini oyalaması etmesinin anlamına gelen bilerek görevden kaçınma durumudur (Davis ve Ark., 2002).

Erteleme, insanlık tarihinde medeniyet ile birlikte başlar ve 2,5 milyon yıllık ilk klan deneyimi ile ortaya çıkar. En başta küçük gruplar halinde yaşayan insanların içlerinde birinin grup için gerekli olan bir şeyi daha sonra yapmak üzere geciktirmesi sonucu bu davranışla karşılaşmıştır. Medeniyet büyüdükçe, kültürel istekler ve dolayısı ile erteleme de

çoğalmıştır. Tarihte ertelemeyi ilk bahseden Hammurabi'dir. Bu nedenle erteleme davranışının antik Mısır'da ortaya konulan doğal insani bir eğilim olduğundan söz edilebilir (Knaus, 2000; Akt: Aydoğan, 2008). İlk çağlarda insanların dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı grup halinde yaşamaya başlamasından sonraki süreçte, grup üyelerinden bir kısmının işlerini savaştırmalarına kadar gittiği söylenebilir. Hatta Babil kralı Hammurabi kanunlarında erteleme karşıtı söylemler olduğu ileri sürülmektedir (Knaus, 2002; Akt: Kağan, 2010).

Erteleme eğilimi, bireyin daha önce yapmaya karar verdiği önemli bir işi, mantıklı bir gerekçesi olmadan ertelemesi şeklinde tanımlanır (Grecco, 1984; Akt: Balkız, Duru, 2010). Milgram ve Tenne (2000) ise erteleme kavramını, bir kişilik özelliği olarak ya da davranışsal olarak geciktirmeye yatkınlık ve bununla ilgili olarak görevleri yapmaktan ya da kararları vermekten kaçınma olarak tanımlamaktadır (Akt: Yıldırım, 2011). Ayrıca Erteleme davranışı, ertelemeye yönelik davranışsal bir eğilim yahut bir kişilik özelliği olarak da tanımlanmaktadır (Milgram, Mey-Tal, & Levison, 1998; Akt: Balkız, Duru, 2007).

Dryden (2000), ertelemeyi, bugün yapılması faydalı olacak olan bir işin yarına bırakılması olarak tanımlamıştır. Ertelemenin üç önemli özelliğini ön plana çıkarmıştır:

- a) yapmamızın yararlı olacağı bir işin olması,
- b) önemli olan belirli bir sürede eylemi gerçekleştiriyor olmamız,
- c) bu işin gelecekteki bir zamana bırakılması (Aydoğan, 2008).

Erteleme, bir işin tamamlanmasının geciktirilmesinden dolayı insanların mutsuzluk duyması (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995; Milgram, 1991), ya da öznel rahatsızlık hissedinceye kadar bir görevi ya da işi geciktirmesi durumudur (Burka ve Yuen, 1983; Akt: Kağan, 2010). Senecal, Koestner ve Vallerand (1995) ise erteleme davranışını kişinin yapması gerekli olan işi geciktirmesi ve istenen süre içinde o işi gerçekleştirmediği yaşanan güdülenme düşüklüğü şeklinde tanımlarken (Akbay, 2009), Lay (1986) ertelemeyi, gereken hedeflere ulaşmayı erteleme eğilimi ve bireyin niyet ettiklerini yapabilmeyi erteliyor olması olarak tanımlar (Çakıcı, 2003).

Modern yaşamın temel sorunlarından bir olarak görülen erteleme davranışı, özellikle teknoloji ve sanayinin gelişmiş olduğu, planlı ve programlı olmanın önemli olduğu ülkelerde

ortaya çıkan bir olgudur. Bir toplumda sanayileşmenin ilerlemesine paralel olarak ertelemenin de arttığı ileri sürülmektedir (Milgram, 1991; Akt: Kandemir, 2010). Bu konu, günlük ve akademik yaşam üzerindeki önemli etkilerine ve görülme sıklığına rağmen dünyada son 25-30 yıldır araştırılmaya başlanmıştır. Araştırmacılar ertelemenin tanımı üzerinde bir fikir birliğine varamamışlardır. Ancak yapılan çeşitli tanımların ortak noktası; yapılması yararlı olan işi geciktirerek (Flett, Blankstein, Hewitt, Koledin, 1992; Dryden, 2000) yetersiz bir ürün elde edilmesi ve yetersizlik, suçluluk (Binder, 2000; Knaus, 2000), gibi hislerle açığa çıkan duygusal karmaşanın yaşanmasıdır (Sağıröğlü, 2011).

Steel'e (2002) göre, ertelemecilik konusu üzerinde hala ele alınması gereken dört nokta bulunmaktadır. Bunlar;

- 1) Ertelemeciliğin tanımının belirsiz olması,
- 2) Yapıcı ve yıkıcı sonuçlarına ilişkin tartışmalar da göz önüne alındığında, performansa etkisi belirsiz olması,
- 3) Ertelemeciliğin düzeltilmesi konusunda gelişmelerin varlığına rağmen hala sorunlar devam etmesi,
- 4) Kapsamlı bir şekilde kabul edilmiş bir ertelemecilik kuramı bulunmamasıdır (Kandemir, 2010).

Araştırmalar kronik ve akademik ertelemeyle, öz-düzenleme (Senecal ve diğ., 1995), görevden kaçma (Blunt, 1998), öz-yeterlilik ve anksiyete (Haycock, McCarthy ve Skay, 1998), motivasyon, zaman yönetimi, çalışmaya ve öğrenmeye yönelik olumsuz tutum, konsantre olma güçlüğü, akademik başarı (Balkıs, Duru, Buluş ve Duru, 2006), benlik saygısı (Aydoğan,2008), beş faktör modeli (Watson,2001), mükemmeliyetçilik (Flett ve diğ.,1992; Ferrari, Johnson ve McCown,1995), kontrol odağı, görev zorluğu (Janssen ve Carton,1999), özdenetim (Lay,1997) ve cinsiyet (Kachgal, Hansen ve Nutter, 2001) arasındaki ilişkilerin incelendiğini göstermektedir (Doğan, Kürüm ve Kazak, 2014, s.2) .

Milgram (1991), ertelemeyle ilgili sistematik bir tanım sunmuştur. Erteleme için gerekli olan 4 önemli hususa ayrıca duygusal ve davranışsal bileşeni vurgulamaktadır (Aydoğan, 2008).

Bunlar:

- 1- Bir davranışın geciktirilmesi,
- 2- Bir ürünün standartların altında ortaya çıkması,
- 3- Önemli olarak algılanan bir görev olması,
- 4- Duygusal karmaşa ile sonuçlanmasıdır(Kağan, 2010).

Erteleme davranışı gösteren kişilerin, erteleme sebebi onların tembel olduğundan yahut güdülenme sorunu yaşamalarında kaynaklanmamaktadır. Ertelenen davranışla ilgilenmemeleri ve etkili bir şekilde meşgul olmamaları ve bunun yerine televizyon izlemek, internette gezinmek gibi başka bir takım etkinlikleri tercih etmektedirler (Schouwenburg, 2004; Akt: Kağan, 2009).

Bir insanın hayatı boyunca “hiç ertelediğini” düşünmek oldukça zordur. Hiç ertelediğini ifade eden birisi bu konuyla ilgili ya yalan söylemekte ya da sosyal beğenirlik ölçüsünde cevap vererek erteleme davranışını inkâr etmektedir. Ertelemenin bu kadar evrensel ve yaygın oluşunun nedeni, insanların zayıf taraflarından biri olmasıdır (Senecal ve ark., 1995; Akt: Aydoğan, 2008).

Hergecikme bir erteleme davranışı değildir. Bazı ertelemeler stratejik anlamda çözümün bir parçası olabilir. Gerçek bir erteleme davranışı giderek artan bir kaygıya sebep olmaktadır. Erteleme davranışı yetersizlik duygusu ve birtakım beceri eksiklikleriyle birleştiğinde ise depresyon, obsesif-kompulsif bozukluklar gibi çok daha ciddi psikolojik rahatsızlıklara sebep olabilir (Knaus, 2000; Akt: Deniz, Traş ve Aydoğan, 2009).

## **ERTELEMİYİ AÇIKLAYAN YAKLAŞIMLAR**

### **Psikodinamik Yaklaşım**

Sommer (1990), erteleme davranışını otorite figürüne karşı gizli başkaldırıyı ifade eden bir davranış olarak tanımlamaktadır. Sommer (1990), öğrencilerin erteleme davranışının sadece tek taraflı taleplerin yoğun olduğu öğretmen öğrenci ilişkisinde otoriteye karşı bir başkaldırı olarak görülebileceğini önermektedir. Bu bakış açısına göre akademik erteleme davranışı, öğretmen öğrenci ilişkisi üzerine aktarılan ebeveyn çocuk ilişkisinin bilinç dışı transferi olarak görülmektedir (Balkıs ve Duru, 2007).

Psikodinamik kuramcılar erteleme davranışının gelişiminde ailenin etkisine ve özellikle ebeveynlerin rolüne vurgu yapmaktadırlar. Örneğin erteleme yöneliminin kaynağının, ebeveynlerin çocuklar için gerçekçi olmayan amaçlar koyması, aşırı başarıya zorlama ve daha sonra sevgisini verme ve bu amaçlara ulaşma üzerine koşullandırılan onaylama üzerine kurulan hatalı çocuk yetiştirme olduğunu belirtmektedir. Buna göre, bu tutum içinde büyüyen bir çocuğun başarısız olduğu zaman endişeli ve değersiz olduğunu hissetmesi kaçınılmazdır. Yaşamın ileriki dönemlerinde bir yetişkin olarak kendi becerilerini ve değerini değerlendirmesini sağlayan bir görev ile karşılaştığında erteleme yolu ile birey erken çocukluk yaşantılarını yeniden yürürlüğe koyup bu duyguları tekrar yaşayacaktır (Missildine, 1963: 15; Akt: Arslan, 2013).

Bilim öncesi dönemlerde yaşamış filozoflardan beri öne sürülen bir sav ertelemeye hatalı çocuk yetiştirme uygulamalarının neden olduğudur (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Psikoanalitik yaklaşımda da bu sav benimsenmiştir. Benzer olarak Psikodinamik kuramcılar ertelemeyi bireyin çocukluk yıllarındaki yetiştirilme stiline göre açıklamaktadırlar (MacIntyre, 1964). Dolayısıyla ertelemenin ana-baba tutumuna karşı doğrudan söylenmeyen duyguları ifade etmenin sembolik bir yolu olduğu belirtilmektedir (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995; Akt: Ulukaya, 2012).

### **Davranışçı Yaklaşım**

Alan yazına bakıldığında davranışçı kuramların aynı zamanda öğrenme kuramları olarak da değerlendirildikleri görülmektedir. Davranışçı bakış açısından erteleme davranışı, ödül-ceza ve pekiştirme süreçleriyle ilişkili görünmektedir. Davranışçı yaklaşımda, erteleme ile ilişkili davranışlar bir tepki olarak değerlendirmektedir. Yanlış pekiştirilme sonucu erteleme ile ilişkili davranışların görülme sıklığı artmaktadır. Özetle, erteleme ile ilişkili davranışlara klasik davranışçı yaklaşım, öğrenilmiş davranışlar olarak bakma eğilimindedir (Briody, 1980; Akt: Balkıs ve Duru, 2007).

Kağan'a (2010) göre, davranışçı kuramda erteleyen öğrencilerin, muhtemelen başarılı ertelemecilik geçmişleri vardır. Yani erteleme yapan birey birtakım olumlu sonuçlarla karşılaşmış ve bu da onun erteleme davranışını pekiştirmiştir (Kandemir, 2010; Akt: Tanrıkulu, 2013).

## **Bilişsel Yaklaşım**

Ertelemenin bilişsel boyutunda ise araştırmacılar ertelemenin, kişinin niyetleriyle, amaçlarıyla ya da öncelikleriyle performansı arasında bir uyumsuzluk olması gerektiğini belirtmektedir (Blunt ve Pychyl, 1998; Ferrari, 1993; Lay, 1986, Lay ve Burns, 1991; Senecal ve ark., 1997). Lay (1986), kişinin önceliği daha az olan bir işi önceliği daha fazla olan bir işten önce yapıyorsa bu kişinin ertelemeci olduğunu; hatta bu durumda önceliği az olan işe daha fazla zaman ayrılarak yapılmasının, önceliği daha fazla olan işe yani ertelenen iş için bir bahane ya da mazeret olarak kullanıldığını belirtmektedir (Çakıcı, 2003).

Bilişsel yaklaşımçı kuramcılar, erteleme davranışıyla ilişkili olan pek çok kavramdan söz etmektedirler. Bu etkenlerden bazıları, mantıksız inançlar, özsaygı, anlam yüklemeler ve mükemmeliyetçi yapıdır (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995; Akt: Akbay, 2009).

## **Psikoanalitik Yaklaşım**

Erteleme kavramı birçok kuram tarafından açıklanmaya çalışılmıştır. Psikoanalitik kurama göre erteleme bireyin çatışma durumunda yaptığı bir tür kaçınma tepkisidir. Birey özellikle tehdit olarak algıladığı durumlara ilişkin egonun bir savunma mekanizması olarak kaçınma davranışı sergilemektedir. (Freud, 1953; Akt.: Ferrari vd. 1995; Akt: Düşmez, 2013). Kaçınma kavramı, özellikle belirli görevlerle ilgili, Freud tarafından tartışılmıştır. Freud kaygının, ego ya da bir uyarıcı sinyal olduğuna işaret etmektedir. Ego kaygıyı fark ettiği zaman, geniş bir şekilde çeşitli savunmalar kurmaktadır. Freud'un savunma ve görevden kaçınma bilgileri, egoyu tehdit etmesinden dolayı görevin tamamlanamadığına işaret etmektedir (Ferrari ve ark., 1995; Akt: Aydoğan, 2008).

Erteleme davranışı Freud için, egonun kullandığı savunma mekanizmalarından biridir. Buna göre birtakım nevrotik özellikler gösteren insanların günlük yaşam sorunlarıyla karşılaştıklarında bu sorunla uğraşıp çözmeye çalışmaktan ziyade, onlardan kaçınmaya çalışırlar. İnsanlar bu kaçınma davranışını gerçekleştirirler ve böylelikle kişi yetersizlik durumlarıyla yüzleşmesini geciktirmiş olur (Gençtan, 1995; Akt: Tanrıkulu, 2013).

### **Biyolojik Yaklaşım**

Ferrari ve ark. (1995), erteleme davranışının bireyde stres ve stresin sebep olabileceği hormonal farklılıklara yol açabileceğini fakat bununla birlikte erteleme davranışının genetik özelliklerle ilişkili olabileceğini de vurgulamışlardır. Strub'a (1989) göre nöro-psikoloji hakkında çok az şey bilinmesine rağmen, belirsiz ve kesin olmamakla birlikte beynin ön lobunda gerçekleşen zedelenmeler ve hasarların erteleme davranışına sebep olabileceği düşünülmektedir (Yorulmaz, 2003).

### **Varoluşçu Yaklaşım**

Varoluşçu yaklaşımda, erteleme davranışı; öz-farkındalık, özgürlük ve sorumluluk kavramlarıyla ilgili olduğu görülmektedir. Öz-farkındalığa sahip olmayan bir birey davranışlarının sorumluluğunu almayacaktır dolayısıyla yapması gereken bir işi ya da davranışı, erteleme durumunda bırakacaktır. Böylelikle, erteleme davranışı içerisinde bulunan kişinin özgürlüğünü de kısıtlanmış olacaktır. Öz-farkındalığa sahip olmayan birey, içinde bulunduğu anın farkında değildir. Yani kişi, "şimdi ve burada" içerisinde değildir. Şimdi ve burada, yaşanan anın farkında olmayı, geçmişte ya da gelecekte değil, o anda yaşamayı ifade etmektedir. Varoluşçu yaklaşımda, kişide değişim olması için davranışının sorumluluğunu alması gerekir. İnsanın gerçekleştirdiği davranışı sahiplenmesi, onun geçmişle barışık olduğu anlamına gelir. Kendisiyle barışık olan insan ise özgün, biricik olduğunu hisseder. Sürekli olarak erteleme davranışı sergileyen bir birey kendisiyle barışık değildir (Aydoğan, 2008).

## ERTELEME DÖNGÜSÜ

Erteleme davranışı sürecinde kişilerin duygu, düşünce ve davranış boyutunda nasıl bir döngüye girdiklerini açıklamak, erteleme olgusunu anlamak açısından önemlidir. Burka ve Yuen (1983) bu sürece erteleme döngüsü (the cycle of procrastination) adını vermektedir. Bu süreçte bireysel farklılıklardan kaynaklı çeşitliliklerin olduğunu belirten Burka ve Yuen (1983), erteleme döngüsünün çok kısa sürebileceği gibi haftalar hatta aylara da uzayabileceğine dikkat çekmektedir. Burka ve Yuen'in (1983) yedi aşamada açıkladıkları erteleme döngüsü aşağıda yer almaktadır (Çakıcı, 2003).

### 1. "Bu kez işe erken başlayacağım!"

Bu aşamada kişi işe başlarken, bu kez diğerlerinden farklı olarak planlı bir şekilde çalışacağına inanır. Çalışmaya başlarken isteksiz halleri görmezden gelir ve önemsemez.

### 2. "Bir an önce işe başlamalıyım!"

Kişi henüz işe başlamamıştır ve artık kaygılanmaya ve üzerinde yoğun bir baskı hissetmeye başlar.

### 3. "Ya işe başlamazsam?"

Bu aşamadaki biri yapması gereken işe hiç başlayamayacağı şeklinde düşüncelere kapılır ve aşağıdaki gibi düşüncelerle ertelemeye tepkiler verebilir.

- "Daha önce başlamalıydım" Bunu söyleyenler genel olarak suçluluk duygusu içindedirler.
- "Elimden geleni yapıyorum fakat olmuyor" Erteleme davranışı sergileyenlerin en sık yaşadığı durumlardan biridir. Öncelikle yapması gereken işlerden ziyade, daha az önemli olan işlerin yapılması ve asıl yapılması gerekene bir türlü başlanmaması durumudur.
- "Hiçbir şeyden zevk almıyorum" Yapması gereken işler yerine eğlenip, daha fazla keyif aldığı işleri, aktiviteleri tercih eden kişi, ertelenen asıl işin henüz yapılmamış olması sebebiyle suçluluk duygusu ve kaygıları içerisinde, o an yaptığı etkinlikten de keyif almayacaktır.

- “Umarım hiç kimse öğrenmez” Kişi henüz işe başlamadığını kimsenin öğrenmesini istemeyecektir. Ertelemeci olduklarının bilinmesi onları utandırdığı için, bunu gizlemek adına çok yoğunmuş izlenimi vermeye çalışırlar yahut işe başlamış ve ilerleme kaydetmiş gibi davranırlar. Bununla birlikte ertelemelerini haklı çıkarmak adına mazeretler üretirler.

#### 4. “Hala zaman var”

Erteleme davranışı gösteren kişiler bu aşamada hala yapacağı işe çalışması için yeterince zamanın olduğunu düşünürler.

#### 5. “Bende bir sorun var!”

Kişi bu aşamada kendisinde cesaret, şans ve zeka gibi konularda eksik, sorunlu olduğunu düşünmeye başlar. Bu özelliklerin sanki kendisi dışında herkeste olduğu gibi bir algıya kapılabilir.

#### 6. “Son seçim!”

Bu aşamada kişi bir seçim yapma evresine gelmiştir. Ya işi tamamen bırakacak yahut tamamlayacaktır. Eğer işi tamamlamanın imkânsız olduğunu düşünmeye başlarsa, işi bitirmekten vazgeçer yahut işi tamamlamak için kalan süre ne kadar azalsa da işi bitirmeyi seçebilir. Bu aşamada işe başladığında, aslında işin o kadar zor olmadığını ve neden daha önce başlamadığını düşünmeye başlar. İş o an çok sıkıcı ve yorucu dahi olsa, çalışılmaya başlanması kişinin içini rahatlatacaktır.

#### 7. “Bir daha asla ertelemeyeceğim!”

Eğer bitirilmesi gereken iş tamamlanmışsa kişi kendini huzurlu hisseder. Bu sürenin tekrar yaşanmasının düşüncesi bile kişiye katlanılmaz gelir. Bir daha ki sefere bu erteleme döngüsüne asla girmeyeceğine karardır. Erkenden çalışmaya başlanması ve planlı çalışılması konusunda kararlar alınır fakat erteleme eğilimde olan bir çok kişi için bu döngü defalarca tekrarlanabilir (Sarioğlu, 2011). Sonuç olarak, erteleme döngüsü bu davranışın bir daha asla tekrar edilmeyeceği sözleriyle son bulur. Tüm bu içtenlik ve kararlılığa karşın, erteleme

davranışı gösteren pek çok kişi kendini tekrar ve tekrar aynı döngü içinde bulur (Çakıcı, 2003).

## **ERTELEME DAVRANIŞ TÜRLERİ**

Ellis ve Knaus'a (1977) göre erteleme davranışı 5 boyutta incelenebilir;

a) Genel erteleme: Düzenlemeden ve zamanı doğru kullanamama durumundan dolayı gün içinde yerine getirmemiz gereken sorumlulukların gerçekleştirmekte güçlük,

b) Akademik erteleme: Dönem sonu ödevlerinin, ev ödevlerinin yahut sınavlara hazırlık için çalışmaların son ana bırakılması,

c) Karar vermeyi erteleme: Zamanında karar verme yetersizliği,

d) Nevrotik erteleme: Hayatımızın önemli kararlarını verirken yaşanan erteleme,

e) Takıntılı ya da işlevsel olmayan ertelemek: Kişide hem davranışsal yönden hem de karar verirken erteleme eğiliminin aynı anda olması durumu (Yıldırım, 2011).

Bu erteleme eğilimlerinden ilk ikisinin bireye çok daha fazla zarar vereceği düşünülmektedir. Ayrıca kişinin etrafındaki durumlarla baş etmesinde bir takım çaresizlik ve yetersizlik duygularını yaşamasına da yol açabilmektedir (Milgram, Tal ve Levison, 1998; Akt: Ekinci, 2011).

Yapılan araştırmalara bakıldığında erteleme davranışını ikiye ayırabileceğimiz vurgulanmaktadır. Bunlardan ilki; daha çok duruma bağlı olan akademik erteleme davranışıdır. İkincisi ise; daha çok kişilik özelliği olarak düşünülen kronik ertelemedir (Milgram ve diğ., 1988; Akt: Aydoğan ve Özbay, 2012). Kişilik özelliği olan erteleme türü daha çok kararları, rutin işleri erteleme şeklinde gerçekleşir, durumsal erteleme ise daha çok akademik ertelemenin içinde bulunduğu sınıftır (Ferrari ve Pcyhyl, 2000; Vestervelt, 2000; Akt: Çakıcı 2003; Akt: Tanrikulu, 2013).

## ERTELEME DAVRANIŞININ NEDENLERİ

Günlük hayatta yapmamızın gerekli olduğunu düşündüğümüz birçok iş vardır. Kimi zaman bu işleri erteleriz. Herkesin erteleme sebepleri birbirinde farklı olsa da Emmett (2004), işlerimizi ertelemenin 6 temel sebebi olduğunu belirtmiştir. Bu sebeplerden en çok öne çıkanı ise yapılması gereken işin sevilmemesidir. Buna rağmen hoşumuza gitmeyen birçok işi yapmak zorunda kalabiliriz. Erteleme davranışı göstermemizin sebeplerinden biri de yapılacak olan işin yapılması için verilen sürenin uzun olmasının yol açtığı motive olma, güdülenme eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Sınavlara hazırlanmak için henüz haftalarca vaktin olması, günler sonrasına hazırlanılması gereken bir okuma ödevini erteleme sebeplerimiz bu gruba girmektedir. Emmett' e göre bir diğer sebep ise mükemmeliyetçi anlayış tarzımızdır. En iyisini yapma isteği, yapılan işin hatasız olması arzusu işlerin ertelenmesine vesile olabilmektedir. Ayrıca başarı korkusu ve değişim korkusu da erteleme davranışına sebep olabilmektedir. Kişi ya başarılı olamayacağından ya da başarılı olduktan sonra bu konumunu koruyamayacağından korkabilir. İnsanlar yapacağı işlerin yaşamına getireceği değişimden de korkup, erteleme davranışı sergileyebilir. Bir başka yönden, işlerin yoğunluğu yahut fazla iş yükü olması ve bireyin bu iş yükünün altından kalkamaması da erteleme sebeplerinden biri olabilmektedir (Emmett, 2004; Akt: Akdoğan, 2013).

Ertelemenin bu karmaşık yapısı alan yazında pek çok değişkenle ilişkili bulunmasında da kendini göstermektedir. Mükemmeliyetçilik (Flett, Blankstein, Hewwit ve Koledin, 1992), ana-baba tutumları (Ferrari ve Olivette, 1993; 1994), öz-kontrol (Van Eerde, 2000), benliğin bir alt boyutu olarak genel benlik saygısı (Pychyl, Coplan ve Reid, 2002), öz-kimlik (Lay, 2004), akademik uyum (Strage ve Brandt, 1999), akademik başarı (Weiss ve Schwarz, 1996) ertelemeyle ilişkili bulunan değişkenlerden birkaçıdır (Ulukaya, 2012). Bunlara ek olarak güdülenme eksikliği, mükemmeliyetçilik, kötü zaman yönetimi ve organizasyon becerileri gibi ertelemeye katkıda bulunan pek çok değişik faktör literatürde belirtilmiştir (Burka ve Yuen, 1991; Milgram ve Marshevsky, 1995; Rothblum, Solomon ve Murakami, 1986; Solomon ve Rothblum, 1984; Akt: Kandemir, 2010).

Yapılan araştırmalarda erteleme davranışı, sorumluluk, öz yeterlilik, başarı güdüsü ve akademik ortalama ile negatif ilişkilidir. Başarısızlık korkusu, işten çıkarma ve mükemmeliyetçilik ile pozitif anlamda ilişkili olduğu görülmüştür (van Eerde, 2003; Steel,

2007). Benzer şekilde, başka araştırmalarda da erteleme ile umut (Alexander ve Onwuegbuzie, 2007; Jackson, Wais, Lundquist ve Hooper, 2003; Uzun Özer, 2009); başarı amaç yönelimi (Gibson, 2006; Howell ve Watson, 2007; Howell ve Buro, 2008; Nien ve Duda, 2008; Zamanpour, 2000); öz saygı (Aydoğan, 2008; Beck, Koons ve Milgrim, 2000; Ferrari, 2000; Kandemir, 2010) ve dışsal denetim odağı (Deniz, Traş ve Aydoğan, 2009) arasında negatif yönde ilişkiler bulunduğu ortaya konulmuştur (Özer ve Altun, 2011).

Literatür incelendiğinde akademik erteleme davranışının sebepleri arasında zaman yönetiminin de etkili olduğu görüşlerine rastlanmaktadır (Balkıs, 2006). Kişinin vaktini etkin bir biçimde yönetebiliyor olması, yapması gereken işleri öncelik sırasına koyabilmesi, verimli, etkili bir şekilde çalışabilme alışkanlığının olmaması durumlarıyla alakalı olduğunu görmekteyiz (Akdoğan, 2013).

Amaçlara ulaşmada, vakti verimli kullanma gayreti olarak bilinen, zaman yönetiminde önemli olan, mevcut zamanda nelerin yapılabileceğinin planlayabilmektir. Zaman yönetimi kuramının öncüsü Macan (1994), zaman yönetimi eğitim programlarında 3 tip zaman yönetimi davranışına yer vermiştir. Bunlar:

1. Hedefleri ve öncelikleri belirleme
2. Zaman yönetiminin teknikleri
3. Değişim için düzenleme-organizasyon planlama

Literatürde, erteleme eğilimi ile zaman yönetimini birlikte düşünün çalışmaları olduğu gibi zaman yönetimi probleminden daha öte olarak bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlardan oluştuğuna işaret eden çalışmaları da bulunmaktadır (Ferrari, Johnson, McCown, 1995 akt: Aydoğan, 2008; Solomon ve Rothblum, 1984; Rothblum, Solomon, Murakami, 1986; Akt: Sarıloğlu, 2011). Erteleme davranışı yalnızca zaman yönetimiyle ilgili değildir. Bu bir zamanı yönetebilme probleminden ziyade bilişsel, duygusal ve davranışsal bölümlerden oluşan karışık bir durumdur (Solomon ve Rothblum, 1984; Rothblum, Solomon, Murakami, 1986; Ferrari, Johnson ve McCown, 1995; Akt: Aydoğan ve Özbay, 2012). Yapılan çalışmaları bakıldığında erteleme davranışının nedenlerinin, kişinin zamanı etkili kullanabilmesi, önceliklerini belirleyebilmesi, verimli çalışma alışkanlıkları gibi becerilerle alakalı olduğu

görülmüştür. Diğer olası nedenlere bakıldığında ise, kişisel özellikler ve kişinin kendisine ve etrafına yüklediği hataları anlamlarla alakalıdır (Arslan, 2013).

Solomon ve Rothblum (1984) e göre erteleme davranışının öğrenciler için geçerli olan iki önemli sebebi bulunmaktadır: başarısızlık korkusu (ki buna da değerlendirme anksiyete, mükemmeliyetçilik ve düşük güven de dahil) ve ödev sevmeme (Çetin, 2009). Yine öğrenciler üzerinde etkili olabilecek bir başka erteleme sebebinin de öğrenilmiş çaresizliklerimiz olduğu söylenebilir. Ekinci'ye (2011) göre, Alan yazın çalışmalarında erteleme davranışının başka bir nedeni de kişinin yaptığı işlerde sürekli başarısız olacağına yönelik kötümser düşünceleri, kaygıları ve korkularıdır. Bu noktada öğrenilmiş çaresizlik düzeyinin erteleme davranışı üzerinde etkililiği önem arz etmektedir.

Erteleme davranışın sebeplerinin tamamını toparlayacak olursak, şöyle bir sıralama yapabiliriz: Kişinin zamanını etkili bir biçimde kullanamaması, önceliklerini belirleyememesi, verimli çalışma alışkanlıklarını edinmemiş olması, kişinin kişilik özelliklerinin yanı sıra kendisine ve çevresine yüklediği hatalı bilişsel anlamlar, bireyin kendini yönetebilme, otokontrol ile ilgili beceri eksiklikleri (Balkıs, 2007).

## **ERTELEME DAVRANIŞININ SONUÇLARI**

Erteleme davranışı birçok olumsuz sonucu da beraberinde getirmektedir. Yapılacak işleri, gündelik sorumlulukları ertelemenin olumsuz sonuçlarını hayatımızda kolaylıkla gözlemekteyiz. Erteleme davranışının fiziksel, somut sonuçlarının yanı sıra birçok insan psikolojisini olumsuz etkileyen sonuçları da vardır.

Erteleme davranışı en başta kişiyi akademik olarak da etkileyecektir. Erteleme davranışı neticesinde bireyler akademik açıdan geride kalacaktır. Erteleme davranışı kişinin sınavlarda düşük not almasına, ödevlerini yetiştirememesine yani akademik açıdan gelişimin engellenmesine sebep olacaktır (Semb, Glick ve Spencer, 1979; Akt: Akbay, 2009).

Erteleme davranışının içsel sonuçları; kızgınlık, pişmanlık, çaresizlik ve kendini suçlamayı içerebilir. Dışsal sonuçları ise akademik ve işte ilerlemeyi yavaşlatabilir, fırsatların kaçınmasına neden olabilir ve kişiler arası ilişkilerin gerginleşmesine neden olabilecek kadar daha pahalıya mal olabilir (Burka ve Yuen, 1983; Akt: Aydoğan, 2008).

Ertelemenin bir başka olumsuz sonucu ise kişinin sağlığını olumsuz yönde etkilemesidir. Tice ve Baumeister, (1997) üniversitedeki öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmada okulun başlama zamanlarında erteleme davranışı sergileyen öğrencilerle, sergilemeyenlerin sağlık durumlarının benzer olduğunu gözlemlemiştir. Yılsonuna gelindiğinde ise erteleme davranışı sergileyen öğrencilerin, erteleme yapmayanlara oranla daha çok stres belirtisi görülmüştür (Burka ve Yuen, 1983; Akt: Kağan, 2010).

Ertelemenin hayatımıza yönelik birçok olumsuz etkisinden söz etmek mümkündür. Yukarıda da görüldüğü üzere erteleme günlük hayatımızda, akademik kariyerimizde, ilişkilerimizde bizi etkilemektedir. Bazen ertelediğimiz şey, çok daha önemli olabilir. Örneğin ileride seçeceğimiz mesleğin kararını verirken yahut sağlığımızla ilgili sıkıntı yaşadığımız anlarda doktora başvurmakta erteleme davranışı sergileyebiliriz. Yahut gündelik hayatımızda küçük ve önemsiz gibi görünen, odamızı toplamak bir yakınımız, akrabamızın aranması gibi konularda da ertelemeler yapabiliriz. Hangi konuda erteleme yaşarsak yaşayalım sonuç aynı olacaktır. Ertelelediğimiz işler, yapmamız gereken diğer işleri de etkiler ve bu ertelenen işlerin birikmesiyle içinden çıkılmaz bir duruma dönüşebilir (mc.metu.edu.tr, 2009; Akt: Çetin, 2009).

## **AKADEMİK BAŞARI ve AKADEMİK ERTELEME**

Başarı, istenen sonuca ulaşma, güdülen amaca erişme, isteneni elde etme olarak tanımlanabilir. Eğitim açısından düşündüğümüzde başarı; program hedefleriyle tutarlı davranışlar bütünüdür. Başka bir deyişle, bir öğrenci programdaki hedef davranışları sergilemesi halinde başarılı sayılabilir. Okul başarısı, öğrencinin bulunduğu okul, sınıf ve derse göre belirlenmiş sonuçlara ulaşmada göstermiş olduğu ilerlemedir (Demirtaş ve Güneş 2002; Akt: Nartgün ve Çakır, 2014). Eğitim sistemi içerisinde başarı ölçütü sınavlardan alınan puanlara göre belirlenmektedir. Yılsonunda karnedeki notlar öğrencilerin okul yaşantısındaki temel akademik başarı kriteridir.

Akademik başarı akademik erteleme ile yakından ilişkilidir. Akademik başarıdan önce başarının tanımını inceleyelim. Başarı; tam olarak tanımlanmamakla birlikte, bireyin hedeflemiş olduğu amaçlarının gerçekleşme durumundan doğan doyumdur. Baltas'a göre başarılı olmasını bilen kimse; kendini tanımalı, zamanı iyi kullanmalı, amaçlarını

Belirleyebilmeli, dinlemeli ve gözlemeli, susmasını bilmeli ve yardım isteyebilmelidir. Başarısızlık ise bireyin gelişim düzeyinin ve yeteneklerinin altında performans göstermesidir. Okul başarısı öğrencilerin öğrenim gördüğü okul, sınıf ve derse göre ulaşılması gereken sonuçlara ne kadar yaklaştığıdır. Okul başarısını etkileyen özellikler ise; duygusal özellikler, benlik algısı, motivasyon, zihinsel faktörler, sınav kaygısı, ebeveyn tutumları, okul- öğretmen tutumları ve ders çalışma yöntemidir (Tatoğlu, 2006).

Erteleme davranışı farklı birtakım psikiyatrik sendromlarla ilişkilidir (Ferrari, Johnson ve McCown, 1995). Bu da ciddi anlamda akademik açıdan başarısızlıklar ve bireyin ilişkilerinde önemli sorunların yaşanmasına sebep olmaktadır (Sweitzer, 1999; Akt: Yiğit ve Dilmaç, 2011). Araştırmalara bakıldığında görünen şu ki; erteleme davranışı yaşamın birçok alanında bizleri etkilemektedir. Özellikle akademik yönden olumsuz sonuçları farklı düzeylerde sorunlara neden olabilmektedir (Çetin, 2009).

Akademik erteleme, akademik göreve başlama ya da tamamlamayı bir sonraki güne bırakmada irrasyonel bir eğilim olarak tanımlanmaktadır (Senecal ve diğ., 2003; Akt: Yıldırım, 2011). Solomon ve Rothblum'a (1984) göre, akademik erteleme davranışı iki aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama, akademik sorumlulukların her zaman veya hemen hemen her zaman geciktirilmesi şeklinde nitelendirilir. İkinci aşama ise, her an yahut neredeyse her an akademik görevlerin ertelenmesinden kaynaklanan kaygı yaşanması durumudur (Akdemir, 2013).

Akademik erteleme aynı zamanda kişilerin sahip oldukları duygusal zekayla da ilişkilidir. Yani bireyin kendisinin ya da başkalarının duygularını anlayabilme, sezme ve bu duyguları yönetme-yönlendirebilme becerisiyle ilişkili olabilir. Akademik erteleme aynı zamanda duygusal açıdan da bireye yıpratmaktadır (Beck et al., 2000). Öğrencilerin akademik açıdan başarısız olmasına sebep olan erteleme davranışı, psikolojik açıdan olumsuz sonuçlara neden olabilir ve bu insan ilişkilerine yansiyabilir (Knaus, 2000; Akt: Deniz, Traş ve Aydoğan, 2009). İnsan ilişkilerine yansıtılan bu duygusal yıpranma ve psikolojik durum, kişinin ilişkilerinin de bozulmasına sebep olabilir.

Akademik erteleme, özellikle okullarda öğrencilerden beklenen sınavlara hazırlanma, ödev yapma, akademik danışmanla yapılacak toplantıyı ve projeleri tamamlama gibi alanlarda görülen bir sorundur (Dryden, 2000,; Johnson ve ark., 1995; Milgram, Mey- Tal, ve

Levison, 1998; Roberts, 2000; Akt: Kağan, 2009). Erteleme davranışıyla ilgili yapılan araştırmalarda, öğrenciler arasında erteleme davranışının çok yaygın olduğu tespit edilmiştir. Ellis ve Knaus (1977), üniversite öğrencilerinin yaklaşık % 95'inin, Solomon ve Rothblum (1984) % 46'sının, Potts (1987) yaklaşık olarak % 75'inin kendilerini erteleme davranışına sahip olarak algıladıklarını rapor etmektedirler (Balkıs ve Duru, 2007, s.352).

Alan yazınındaki çalışmalar, akademik erteleme davranışının; etkili olmayan öğrenme stratejileri (Chissom ve Iran-Nejad, 1992), düşük not ortalaması, sıkılma, ödev yapmada zorlanma, plansız çalışma alışkanlığı (Lay, 1986; Senecél, Koestner ve Vallenard, 1995), gerçekçi olmayan mazeretler, kaygı, başarısızlık korkusu, depresyon, rasyonel olmayan düşünme, düşük benlik saygısı (Ferrari ve Beck, 1999; Ferrari, Johnson ve McCown, 1995; Solomon ve Rothblum, 1984), düşük öz yeterlilik, düşük öz kontrol ve doyumunu erteleyememe ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Haycock, McCarthy, ve Skay, 1998; Akt: Balkıs, Duru, Buluş ve Duru, 2006, s.60).

Literatür incelendiğinde, akademik erteleme eğiliminin, hazırlık ya da uygulama yoksunluğundan, düşük çabadan, elverişsiz performans durumlarından ileri geldiği belirtilmektedir (Balkıs, 2006; Senecal, Julien ve Guay, 2003; Siriois, 2003; Akt: Kandemir, 2010). Tüm bunların yanında literatür incelendiğinde benlik saygısının düşüklüğü yahut yüksekliği de akademik erteleme davranışını etkilemektedir (Kandemir, 2012). Sonuç olarak erteleme davranışı sergileyen öğrencilerin, akademik yönden başarısızlık yaşaması (Burka ve Yuen, 1983; Ferrari ve diğerleri, 1995; Knaus, 1998), zor sayılabilecek derslerinden geride kalması (Rothblum, Solomon ve Murakami, 1986), okula devamsızlık yapmasına hatta okulu bırakmasına kadar varan istenmeyen durumlara neden olmaktadır (Knaus, 1998; Akt: Aydemir, 2010).

Akademik erteleme, üç davranışsal tepkinin bir sonucu olarak tanımlanmıştır.

Bunlar:

- 1- Planlarında ya da davranışlarında dakik olamama,
- 2- Plan - davranış uyumsuzluğu,

3- Rekabete dayalı etkinliklerin tercih edilmesidir. Bunun yanında akademik erteleme, görevleri ya zaman zaman ya da genellikle geciktirmek ve bundan dolayı kaygı yaşamaktır (Ferrari ve diğerleri, 1995; Akt: Kağan, 2010).

Araştırmalar göre, erteleme davranışı ile akademik başarı arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır (Beswick, Rothblum ve Mann, 1988, Fritzsche, Young ve Hickson, 2003, Orpen, 1998, Tice ve Baumeister, 1997; Akt: Balkıs ve Ark. , 2006). Klassen (2010), negatif etkili erteleme davranışı gösteren öğrencilerin, öğrenmeleri kendine özgü düzenleme öz yeterliliklerinin düşük olduğu ve zamanı etkili kullanamadıkları, bu durumun sonucu olarak akademik performanslarının olumsuz etkilendiği belirlenmiştir (Düşmez, 2013). Literatüre bakıldığında, oldukça fazla sayıdaki akademik araştırmalar, akademik erteleme davranışının akademik performansa olumsuz etkisini ortaya koymuştur (McCown, 1986; Rothblum, Solomon, ve Murakami, 1986; Tice ve Baumeister, 1997; Wesley, 1994; Akt: Akdoğan, 2013).

Fatimah ve ark.'ın (2011) yapmış olduğu araştırmaya göre başarısızlık korkusuyla akademik erteleme davranışı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Kandemir, 2012). Başarılı olmak isteyen kişi yapacağı işe başlarken bir korku yaşayabilmektedir. Bu korku yapacağı işin ve çalışmalarının neticesinde başarısız olma ihtimalinden kaynaklanmaktadır. Bu bir risk unsurudur. Eğer işe hiç başlamaz ise başarısız olma ihtimali ve riskiyle de yüzleşmek zorunda kalmayacaktır. Kişi akademik anlamda başarısız olmaksızın çalışmayı ve sorumluluklarını ertelemeyi tercih etmektedir. Aynı zaman bu erteleme davranışı ise akademik başarının daha da düşmesine sebep olacaktır.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

#### Araştırmanın Modeli

Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, problemlili internet kullanımının akademik erteleme davranışı ve akademik başarı arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca araştırmada problemlili internet kullanımı ve alt boyutları( internetin aşırı kullanımı, sosyal fayda-sosyal rahatlık ve internetin olumsuz sonuçları), akademik erteleme davranışının okul türü ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmada akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkide incelenmiştir.

#### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma evreni Konya İl Merkezindeki orta öğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerdir. Araştırma grubu 2013–2014 yılları arasında Konya ilinin Karatay, Selçuklu ve Meram ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı eğitim öğretim kurumlarına devam etmekte olan öğrenciler arasından tesadüfî seçilerek oluşturulmuştur. Çalışma bu ilçelerde bulunan Anadolu Lisesi, Genel Lise, Kız Meslek Lisesi, İmam Hatip Lisesi ve Sosyal Bilimler Lisesi de öğrenim gören 10, 11 ve 12. Sınıf öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan 392 kişiden 140 (%35,7) ı 10.sınıf, 211 (%53,8) i 11. Sınıf, 41 (%10,5) i de 11. Sınıf öğrencileridir. Çalışma grubunu oluşturan 392 kişiden 242 (%61) si kız, 150 (%38) si erkek öğrencilerdir. Araştırmaya katılan 392 kişiden 1 (%0,3) i 14 yaşında, 54 (%13,8) ü 15 yaşında, 125 (%31,9) i 16 yaşında, 167 (%42,6) si 17 yaşında, 40 (%10,2) ı 18 yaşında, 3 (%0,8) ü 19 yaşında ve 2 (%0,5) si 20 yaşındadır.

#### Veri Toplama Araçları

Araştırmada; öğrencilerin erteleme eğilimlerini belirlemek amacıyla Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen “Akademik Erteleme Ölçeği” belirlenmiştir. Problemlili internet kullanımını ölçmek için “Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği- (PİKÖ) Ergen” kullanılmıştır. Öğrencilerin akademik başarısını ise dönem sonu not ortalamalarına bakılarak

belirlenecektir. Öğrencilerin kişisel bilgilerine ulaşmak için ise “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

### ***Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği- (PİKÖ) Ergen***

Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği ilk olarak üniversite öğrencilerine yönelik olarak Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Ceyhan ve Ceyhan (2009) tarafından 33 maddeden oluşan ölçeğin ergenler için geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda 27 maddeden oluşan ve 5’li likert tipinde bir ölçek elde edilmiştir. Ölçekten en düşük 27, en yüksek 135 puan alınabilmektedir. Ölçekten elde edilen puanların yükselmesi ergenlerin problemlı internet kullanımlarının arttığını, problemlı internet kullanımına sahip olabileceklerini ve internet bağımlılığı eğilimi gösterebileceklerini göstermektedir (Ceyhan & Ceyhan, 2014). Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği-Ergen’nin yapı geçerliliği için faktör analizi yapılmış, güvenilirlik için de iç tutarlık katsayısı Cronbach-Alfa ve madde toplam korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Ölçeğin ergen formunun açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, ergenlerde ölçeğin internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık olmak üzere üç alt faktörden oluştuğunu göstermiştir. 27 maddeden oluşan üç faktörlü yapı, toplam varyansın % 49,35’ini açıklamıştır. Ölçeğin tamamı için iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha$ ) .93 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları ise internetin olumsuz sonuçları için .93, aşırı kullanım için .76 ve sosyal fayda/sosyal rahatlık için .78 olarak elde edilmiştir (Ceyhan ve Ceyhan, 2014).

### ***Akademik Erteleme Ölçeği***

Öğrencilerin akademik erteleme davranışlarını belirlemek amacıyla, Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen “Akademik Erteleme Ölçeği” kullanılmıştır. Akademik Erteleme Ölçeği, öğrencilerin öğrenim yaşantılarında yapmakla sorumlu oldukları görevleri içeren ( ders çalışma, sınavlara hazırlanma, proje hazırlama gibi ) 12 olumsuz, 7 olumlu olmak üzere 19 ifadeden oluşmaktadır. Bu ölçekte yer alan ifadelere verilen tepkiler “beni hiç yansıtmıyor”, “beni çok az yansıtmıyor”, “beni biraz yansıtmıyor”, “beni çoğunlukla yansıtmıyor”, “beni tamamen yansıtmıyor” biçiminde olmak üzere beş basamaklı Likert tipinde n derecelendirilmektedir. Akademik erteleme ölçeğinin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin birinci faktörü için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .89, ikinci faktörü için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .84’dür. Spearman Brown iki yarım test güvenilirliği, 10

maddelik birinci yarım test için .87, 9 maddelik ikinci yarım test için .86 olmak üzere toplam .85 olarak hesaplanmıştır. Akademik Erteleme Ölçeğinin 65 lise öğrencisine on yedi gün ara ile uygulanmasından hesaplanan test-tekrar korelasyon katsayısı .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı birinci faktör için .80 , ikinci faktör için .82 olarak hesaplanmıştır (Çakıcı, 2003).

### ***Akademik Başarının Belirlenmesi***

Araştırmada ergenlerin akademik başarısını belirlemek için yılsonu notları kullanılmıştır.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Kişisel bilgi formu öğrencilerin cinsiyet, sınıf, okul türü, günlük internet kullanım süresi gibi değişkenleri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

## **Verilerin Toplanması Ve Analizi**

### **Verilerin Toplanması**

Tesadüfi olarak belirlenen örneklem grubundaki liselerin 10, 11 ve 12. sınıflarına “Kişisel Bilgi Formu”, “Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği” ve “Akademik Erteleme ölçeği” birlikte uygulanmıştır. Veri toplama sürecinde katılımcılardan kimliklerini belli edecek bilgiler kesinlikle istenmemiştir. Ölçekler uygulanmadan önce, ölçeklerle ilgili gerekli bilgiler verilmiş öğrencilerin ölçekleri tamamlayabilmesi için gerekli süre tanınmıştır. Uygulama yaklaşık 25-30 dakika sürmüştür. Uygulama sırasında herhangi bir problem yaşanmamıştır.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmaya katılan 467 öğrenciden alınan veriler incelenmiştir. Uygulama çalışmaları tamamlandıktan sonra ölçeği eksik veya hatalı doldurmuş olduğu belirlenen 75 öğrencinin verileri değerlendirmenin dışında tutulmuştur. Çalışma 392 öğrenciden alınan veri üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri “cinsiyet ve okul türü” dür. Araştırma kapsamında toplanan verilerin çözümlenmesi “SPSS 17.0” paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin

analizinde t testi, tek yönlü varyans analizi, Tukey testi, pearson momentler çarpım korelasyon tekniği ve çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın temel değişkenlerine bağ olarak elde edilen bulgular verilmiştir.

#### 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Bulgular

**Tablo 3. Ergenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Akademik Erteleme Ve Problemlİ İnternet Kullanımı Alt Boyutları Ve Pik Toplam Sonuçları**

	Cinsiyet	N	X	S	Sd	t	P
<b>Akademik Erteleme</b>	Kız	242	49.21	14.32	390	-4.86	0.000
	Erkek	150	56.44	14.27			
<b>İnternetin Olumsuz Sonuçları</b>	Kız	242	29.94	14.69	390	-3.48	0.001
	Erkek	150	35.51	16.42			
<b>Sosyal Fayda</b>	Kız	242	18.43	8.19	390	-3.95	0.000
<b>Sosyal Rahatlık</b>	Erkek	150	22.05	9.71			
<b>Aşırı Kullanım</b>	Kız	242	13.14	5.53	390	-3.09	0.002
	Erkek	150	14.90	5.35			
<b>Pik Toplam</b>	Kız	242	61.52	25.66	390	-3.92	0.000
	Erkek	150	72.47	28.67			

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin akademik erteleme davranışları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t testi ile incelenmiştir. Yapılan karşılaştırma sonucunda ( $t_{(390)} = -4.86, p=0.000, p<.05$ ) erkek öğrencilerin akademik ertelemeleri ( $X=56.44$ ), kız öğrencilere ( $X=49.21$ ) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Öğrencilerin internetin olumsuz sonuçlarından aldıkları puanlar da cinsiyete göre farklılık göstermektedir, ( $t_{(390)} = -3.48, p=0.001, p<.05$ ) erkek öğrencilerin internetin olumsuz sonuçları ( $X=35.51$ ), kız öğrencilere ( $X=29.94$ ) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Öğrencilerin problematik internet kullanımına ilişkin sosyal fayda ve sosyal rahatlık alt boyutundan aldıkları puanlar ile cinsiyet arasında da anlamlı bir farklılık görülmektedir ( $t_{(390)} = -3.95, p=0.000, p<.05$ ). Erkek öğrencilerin problematik internet kullanımındaki sosyal

fayda ve sosyal rahatlık puanları ( $X=22.05$ ), kız öğrencilere ( $X=18.43$ ) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Öğrencilerin aşırı internet kullanımları da cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir,  $t_{(390)} = -3.09$ ,  $p=0.002$ ,  $p<.05$ . Erkek öğrencilerin aşırı internet kullanımı puanları ( $X=14.90$ ), kız öğrencilere ( $X=13.14$ ) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Öğrencilerin aşırı internet kullanımları da cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir,  $t_{(390)} = -3.92$ ,  $p=0.000$ ,  $p<.05$ . Erkek öğrencilerin problemleri internet kullanımı toplam puanları ( $X=72.47$ ), kız öğrencilere ( $X=61.52$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir.

## 2. Okul Türü Değişkenine İlişkin Bulgular

**Tablo 4: Okul Türü Değişkenine Göre Akademik Erteleme Puanlarına Ait Bulgular**

OKUL TÜRÜ	N	X	Ss
Anadolu Lisesi	75	52.62	13.93
Kız meslek Lisesi	82	47.06	14.06
Genel Lise	61	54.50	13.08
Sosyal Bilimler	97	54.89	15.36
İmam Hatip Lisesi	77	50.90	15.40

Tablo 4 incelendiğinde akademik ertelemede Anadolu Lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 52.62, Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin 47.06, Genel Lise öğrencilerinin 54.50, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin 54.89, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin 50.90 olarak gözlenmiştir.

Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış. Sonuçlar tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.Okul Türü Değişkenine Göre Akademik Erteleme Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

<b>Varyans Kaynağı</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p- Değeri</b>
<b>Gruplar Arasında</b>	3319.016	4	829.754	3.94	.004
<b>Gruplar İçinde</b>	81390.820	387	210.312		
<b>Toplam</b>	84709.837	391			

Tablo 5 incelendiğinde okul türü değişkenine göre ergenlerin akademik erteleme puanlarına ilişkin elde edilen 3.94 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuca göre lise türü değişkenine göre öğrencilerin akademik erteleme puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 6. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Akademik Erteleme Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları**

(I)OKUL TÜRÜ	(J)OKUL TÜRÜ	Ortalamlar arası fark(I-J)	Standart hata	P
<b>Anadolu Lisesi</b>	<b>KIZ meslek Lisesi</b>	5.56	2.31	.117
	<b>Genel Lise</b>	-1.88	2.50	.944
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	-2.27	2.22	.847
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	1.71	2.35	.949
<b>Kız Meslek Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-5.56	2.31	.117
	<b>Genel Lise</b>	-7.44*	2.45	.021
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	-7.83*	2.17	.003
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-3.84	2.30	.452
<b>Genel Lise</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	1.88	2.50	.944
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	7.44*	2.45	.021
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	-.38	2.36	1.000
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	3.59	2.48	.597
<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	2.27	2.22	.847
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	7.83*	2.17	.003
	<b>Genel Lise</b>	.38	2.36	1.000
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	3.98	2.21	.374
<b>İmam Hatip Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-1.71	2.35	.949
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	3.84	2.30	.452
	<b>Genel Lise</b>	-3.59	2.48	.597
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	-3.98	2.21	.374

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre akademik ertelemedeki farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey testi sonucuna göre Genel Lise ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamaları Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

**Tablo 7. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Bulgular**

Okul türü	N	X	Ss
Anadolu Lisesi	75	38.77	15.72
Kız meslek Lisesi	82	31.10	16.89
Genel Lise	61	31.01	12.84
Sosyal Bilimler Lisesi	97	28.11	12.01
İmam Hatip Lisesi	77	32.41	18.09

Tablo 7 incelendiğinde problemlı internet kullanımının internetin olumsuz sonuçları alt boyutunda Anadolu Lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 38.77, Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin 31.10, Genel Lise öğrencilerinin 31.01, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin 28.11, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin 32.41 olarak gözlenmiştir.

Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış. Sonuçlar tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 8. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	5041.108	4	1260.277	5.41	.000
Gruplar İçinde	90066.596	387	232.730		
Toplam	95107.704	391			

Tablo 8 incelendiğinde okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımı internetin olumsuz sonuçları alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 5.41 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuca göre lise türü değişkenine göre lise öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 9’da verilmiştir.

**Tablo 9. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin İnternetin Olumsuz Sonuçları Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları**

<b>(I)OKUL TÜRÜ</b>	<b>(J)OKUL TÜRÜ</b>	<b>Ortalamalar arası fark(I-J)</b>	<b>Standart hata</b>	<b>p</b>
	<b>KIZ meslek Lisesi</b>	7.66*	2.43	.015
	<b>Genel Lise</b>	7.75*	2.63	.028
<b>Anadolu Lisesi</b>	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	10.65*	2.34	.000
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	6.35	2.47	.078
	<b>Anadolu Lisesi</b>	-7.66*	2.43	.015
<b>Kız Meslek Lisesi</b>	<b>Genel Lise</b>	.093	2.57	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	2.99	2.28	.686
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-1.30	2.42	.983
	<b>Anadolu Lisesi</b>	-7.75*	2.63	.028
<b>Genel Lise</b>	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-.093	2.57	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	2.90	2.49	.772
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-1.39	2.61	.984
	<b>Anadolu Lisesi</b>	-10.65*	2.34	.000
<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-2.99	2.28	.686
	<b>Genel Lise</b>	-2.90	2.49	.772
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-4.30	2.32	.348
	<b>Anadolu Lisesi</b>	-6.35	2.47	.078
<b>İmam Hatip Lisesi</b>	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	1.30	2.42	.983
	<b>Genel Lise</b>	1.39	2.61	.984
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	4.30	2.32	.348

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre problemleri internet kullanımı internetin olumsuz sonuçları boyutunda farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey

testi sonucuna göre Anadolu Lisesi öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları puan ortalamaları, Kız Meslek Lisesi, Genel Lise, Sosyal Bilimler Lisesi ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

**Tablo 10. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlİ İnternet Kullanımına İlişkin Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Bulgular**

Okul türü	N	X	Ss
Anadolu Lisesi	75	23.09	8.55
Kız meslek Lisesi	82	20.41	9.04
Genel Lise	61	19.24	8.05
Sosyal Bilimler	97	17.44	8.54
İmam Hatip	77	19.44	9.65

Tablo 10 incelendiğinde problemlİ internet kullanımının sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda Anadolu Lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 23.09, Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin 20.41, Genel Lise öğrencilerinin 19.24, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin 17.44, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin 19.44 olarak gözlenmiştir.

Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış. Sonuçlar tablo 11’de verilmiştir.

**Tablo 11. Ergenlerin Okul Türü Değişkenine Göre Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	1411.655	4	352.914	4.54	.001
Gruplar İçinde	30034.486	387	77.608		
Toplam	31446.140	391			

Tablo 11 incelendiğinde okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımını sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 4.54 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 12. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Sosyal Fayda Sosyal Rahatlık Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları**

(I)OKUL TÜRÜ	(J)OKUL TÜRÜ	Ortalamalar arası fark(I-J)	Standart hata	P
<b>Anadolu Lisesi</b>	<b>Kız meslek Lisesi</b>	2.67	1.40	.317
	<b>Genel Lise</b>	3.84	1.51	.086
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	5.65*	1.35	.000
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	3.65	1.42	.081
<b>Kız Meslek Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-2.67	1.40	.317
	<b>Genel Lise</b>	1.16	1.48	.935
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	2.97	1.32	.164
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	.97	1.39	.957
<b>Genel Lise</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-3.84	1.51	.086
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-1.16	1.48	.935
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	1.80	1.43	.721
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-.19	1.51	1.000
<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-5.65*	1.35	.000
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-2.97	1.32	.164
	<b>Genel Lise</b>	-1.80	1.43	.721
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-1.99	1.34	.572
<b>İmam Hatip Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-3.65	1.42	.081
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-.97	1.39	.957
	<b>Genel Lise</b>	.19	1.51	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	1.99	1.34	.572

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre problemleri internet kullanımını sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey testi sonucuna göre Anadolu Lisesi öğrencilerinin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

**Tablo 13. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımına İlişkin Aşırı Kullanım Puanlarına Ait Bulgular**

Okul türü	N	X	Ss
Anadolu Lisesi	75	14.73	5.70
Kız Meslek Lisesi	82	13.53	5.89
Genel Lise	61	14.54	5.84
Sosyal Bilimler Lisesi	97	13.20	4.90
İmam Hatip Lisesi	77	13.44	5.42

Tablo 13 incelendiğinde problemleri internet kullanımının sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda Anadolu Lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 14.73, Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin 13.53, Genel Lise öğrencilerinin 14.54, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin 13.20, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin 13.44 olarak gözlenmiştir.

Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 14’de verilmiştir.

**Tablo 14. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Aşırı Kullanım Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	148.432	4	37.108	1.21	.304
Gruplar İçinde	11813.068	387	30.525		
Toplam	11961.500	391			

Tablo 14 incelendiğinde okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımını aşırı kullanım alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 1.21 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre lise türü değişkenine göre lise öğrencilerinin aşırı kullanım sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

**Tablo 15. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımına Toplam Puanlarına Ait Bulgular**

Okul türü	N	X	Ss
Anadolu Lisesi	75	76.60	26.60
Kız Meslek Lisesi	82	65.06	29.01
Genel Lise	61	64.80	24.05
Sosyal Bilimler Lisesi	97	58.76	23.25
İmam Hatip Lisesi	77	65.29	30.65

Tablo 15 incelendiğinde problemleri internet kullanımında Anadolu Lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 76.60, Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin 65.06, Genel Lise öğrencilerinin 64.80, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin 58.76, İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin 65.29 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış. Sonuçlar Tablo 16'da verilmiştir.

**Tablo 16. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımı Toplam Puanlarına Ait Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	13673.558	4	3418.390	4.74	.001
Gruplar İçinde	278650.011	387	720.026		
Toplam	292323.569	391			

Tablo 16 incelendiğinde okul türü değişkenine göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımını sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 4.74 F

değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 17’de verilmiştir.

**Tablo 17. Okul Türü Değişkenine Göre Ergenlerin Problemlİ İnternet Kullanımı Puanlarına Ait Tukey Testi Bulguları**

(I)OKUL TÜRÜ	(J)OKUL TÜRÜ	Ortalamalar arası fark(I-J)	Standart hata	P
<b>Anadolu Lisesi</b>	<b>Kız meslek Lisesi</b>	11.53	4.28	.057
	<b>Genel Lise</b>	11.79	4.62	.082
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	17.83*	4.12	.000
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	11.30	4.35	.073
<b>Kız Meslek Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-11.53	4.28	.057
	<b>Genel Lise</b>	.25	4.53	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	6.29	4.02	.521
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-.23	4.25	1.000
<b>Genel Lise</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-11.79	4.62	.082
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-.25	4.53	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	6.04	4.38	.642
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-.49	4.59	1.000
<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-17.83*	4.12	.000
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	-6.29	4.02	.521
	<b>Genel Lise</b>	-6.04	4.38	.642
	<b>İmam Hatip Lisesi</b>	-6.53	4.09	.501
<b>İmam Hatip Lisesi</b>	<b>Anadolu Lisesi</b>	-11.30	4.35	.073
	<b>Kız Meslek Lisesi</b>	.23	4.25	1.000
	<b>Genel Lise</b>	.49	4.59	1.000
	<b>Sosyal Bilimler Lisesi</b>	6.53	4.09	.501

Ergenlerin okul türü değişkenine göre problemlİ internet kullanımı puanlarında farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey testi sonucuna göre Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlİ internet kullanımı puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi

öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

### 3. Ergenlerin Akademik Erteleme Puanları İle Not Ortalaması Arasındaki İlişki

**Tablo 18. Akademik Erteleme Ve Not Ortalaması Arasındaki İlişki**

		<b>Not Ortalaması</b>
<b>Akademik Erteleme</b>	R	-.281**
	P	.000

Tablo 18 incelendiğinde ergenlerin akademik erteleme ile not ortalaması arasındaki ilişkinin incelenmesinde pearson momentler çarpım korelasyon tekniği kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin akademik erteleme toplam puanları ile not ortalamaları arasında ( $r=-.281$ ,  $p<.001$ ) negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

### 4. Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı İle Not Ortalamaları Arasındaki İlişki

**Tablo 19. Problemlı İnternet Kullanımı İle Not Ortalaması Arasındaki İlişki**

		<b>Not Ortalaması</b>
<b>İnternetin olumsuz sonuçları</b>	R	-.406**
	P	.000
<b>Sosyal fayda sosyal rahatlık</b>	R	-.433**
	P	.000
<b>Aşırı kullanım</b>	R	-.329**
	P	.000
<b>PİK toplam</b>	R	-.440**
	P	.000

Tablo 19 incelendiğinde ergenlerin problemlı internet kullanımı ile not ortalaması arasındaki ilişkinin incelenmesinde pearson momentler çarpım korelasyon tekniği

kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin not ortalamaları ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin internetin olumsuz sonuçları ( $r=-.406$ ,  $p<.001$ ), sosyal fayda sosyal rahatlık ( $r=-.433$ ,  $p<.001$ ), aşırı kullanım ( $r=-.329$ ,  $p<.001$ ) alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında ( $r=-.440$ ,  $p<.001$ ) negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

## 5. Ergenlerin Problemlili İnternet Kullanımı İle Akademik Ertelemeleri Arasındaki İlişki

**Tablo 20. Problemlili İnternet Kullanımı İle Akademik Erteleme Arasındaki İlişki**

		Akademik Erteleme
<b>İnternetin olumsuz sonuçları</b>	R	.565**
	P	.000
<b>Sosyal fayda sosyal rahatlık</b>	R	.479**
	P	.000
<b>Aşırı kullanım</b>	R	.548**
	P	.000
<b>PİK toplam</b>	R	.590**
	P	.000

Tablo 20 incelendiğinde ergenlerin problemlili internet kullanımı ile akademik erteleme arasındaki ilişkinin incelenmesinde pearson momentler çarpım korelasyon tekniği kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin akademik erteleme puanları ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin internetin olumsuz sonuçları ( $r=.565$ ,  $p<.001$ ), sosyal fayda sosyal rahatlık ( $r=.479$ ,  $p<.001$ ), aşırı kullanım ( $r=.548$ ,  $p<.001$ ) alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında ( $r=.590$ ,  $p<.001$ ) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

**Tablo 21. Problemlı İnternet Kullanımının Akademik Ertelemeyi Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	R	R <sup>2</sup>	F	B	Standart Hata <sub>B</sub>	β	T	p
Sabit	.604	.365	74.287	29.781	1.689		17.629	.000
İnternetin Olumsuz Sonuçları				.286	.067	.303	4.282	.000
Sosyal Fayda-Sosyal Rahatlık				.131	.102	.080	1.286	.199
Aşırı Kullanım				.754	.155	.283	4.861	.000

Tablo 21 incelendiğinde problemlı internet kullanımı ile akademik erteleme arasında önemli düzeyde ilişki olduğu görülmektedir (R=.604, R<sup>2</sup>=.365, F=74.287, p<.05). Problemlı internet kullanımı bütün olarak akademik ertelemedeki toplam varyansın yaklaşık %37'sini açıklamaktadır. Akademik ertelemenin önemli yordayıcılarının internetin olumsuz sonuçları (β=.303, p<.05) ve interneti aşırı kullanım (β=.283, p<.05) olduğu görülmüştür.

**Tablo 22. Akademik Başarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	R	R <sup>2</sup>	F	B	Standart Hata <sub>B</sub>	β	T	p
Sabit	.451	.203	33.029	83.497	1.444		57.840	.000
İnternetin Olumsuz Sonuçları				-.115	.057	-.160	-2.022	.044
Sosyal Fayda-Sosyal Rahatlık				-.360	.087	-.288	-4.136	.000
Aşırı Kullanım				-.084	.133	-.042	-.636	.525

Tablo 22 incelendiğinde problemlı internet kullanımı ile akademik başarı arasında önemli düzeyde ilişki olduğu görülmektedir (R=.451, R<sup>2</sup>=.203, F=33.029, p<.05). Problemlı internet kullanımı bütün olarak akademik ertelemedeki toplam varyansın %20'sini açıklamaktadır. Akademik başarının önemli yordayıcılarının sosyal fayda-sosyal rahatlık (β=-.288, p<.05) ve internetin olumsuz sonuçları (β=-.303, p<.05) olduğu görülmüştür.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırma sonuçları hakkında Konya'daki liselerde okuyan problemlili internet kullanımları ile akademik başarı ve akademik erteleme arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu bölümde, lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımına ilişkin internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım alt boyutlarına ait puanlar ile akademik erteleme ve not ortalamasına ait puanlar arasındaki ilişki ve akademik erteleme puanları ile not ortalaması arasındaki ilişki ele alınmıştır. Ayrıca cinsiyet, okul türü değişkenlerinin etkisi tartışılmış ve yorumlanmıştır.

#### 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Problemlili İnternet Kullanımı

Bulgular incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Erkek öğrencilerin olumsuz sonuç, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı internet kullanımı, problemlili internet kullanımı toplam puan ortalamaları kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Bu sonuç için olası nedenler erkeklerin gelişimsel görevlerinden biri olan içten ilişkiler kurmada zorluk yaşaması ve bu yüzden yüz yüze iletişim yerine interneti tercih ederek internetteyken duygu ve düşüncelerini daha iyi ifade ettiğini düşünmesi olabilir (Ceyhan, 2008; Akt: Yıldız, 2010).

Sosyal medya kullanımına bakıldığında da erkeklerin çok daha aktif oldukları görülmektedir. İnternet kullanımının Türkiye'nin birçok bölgesinde hala kadınlar için uygun olmadığı yönündeki cinsiyetçi bakış açısının bu verilerin oluşmasında etkili olabilir. Birçok kadın bundan dolayı sosyal medyayı eşinin yahut erkek kardeşinin üyeliği üzerinden kullanmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde problemlili internet kullanımını cinsiyet değişkeniyle birlikte ele alan yurtiçi ve yurtdışı çok sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Araştırma bulgularının çoğunluğuna göre erkeklerin problemlili internet kullanımlarının kadınlarinkinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Bayraktar, 2001; Batıgün ve Kılıç, 2011; Gürcan, 2010; Çelik ve Odacı, 2012; Ceyhan, 2008a; Mottram ve Fleming, 2009; Yang ve Tung, 2007). Bunların yanı sıra

problemlerli internet kullanımında cinsiyete göre farklılık göstermeyen araştırma bulgularına sınırlı sayıda ulaşılmıştır (Ceyhan, 2011; Smahel, Brown ve Blinka, 2012; Akt: Zorbaz, 2013).

Araştırma bulgularının çoğunluğuna göre erkeklerin problemlerli internet kullanımının kadınlarınkinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla bu sonuçlar araştırmanın bulguları ile paralellik göstermektedir (Bayraktar, 2001; Batıgün ve Kılıç, 2011; Gürcan, 2010; Çelik ve Odacı, 2012; Ceyhan, 2008a; Mottram ve Fleming, 2009; Yang ve Tung, 2007). Bunların yanı sıra problemlerli internet kullanımında cinsiyete göre farklılık göstermeyen araştırma bulgularına sınırlı sayıda ulaşılmıştır (Ceyhan, 2011; Smahel, Brown ve Blinka, 2012). Lise öğrencilerinin problemlerli internet kullanımlarında cinsiyete ilişkin bu farklılıkların temelinde toplumsal cinsiyet rollerindeki farklılaşmaların olabileceği söylenebilir. Buna göre erkeklerin kadınlara göre teknolojiye daha çok ilgi duymaları ve teknolojik gelişmeleri daha yakından takip etmeleri, internet kafelere daha rahat gidebilmeleri, bilgisayar ve video oyunları gibi bilgisayar teknolojisinin farklı formlarına daha fazla zaman ayırıyor olmaları gibi nedenlerden ötürü erkeklerde problemlerli internet kullanımının kadınlara göre daha fazla görülebileceği düşünülmektedir. Ancak son yıllarda internet kullanımının hızla yaygınlaşması ile bu farklılığın ortadan kalkabileceği düşünülmektedir (Zorbaz, 2013, s.73).

Ancak; Brenner'in (1997) araştırmasında kızlarla erkekler arasında internet bağımlılığı açısından fark olmadığı ortaya çıkmıştır (Çağır, 2010).

Ulusal Kore İstatistikleri (2002; Akt. Whang, Lee ve Chang, 2003) verilerine göre 47 milyonluk nüfustaki kadınların %49.1'i, erkeklerinse % 61'i internet kullanıcısıdır. Patolojik kullanıcılar daha çok erkeklerdir ve teknolojik bakımdan sofistike sitelere girip online oyunlar oynarlar fakat internet bağlantılı sohbet kullanımında erkek ve kızlar arasında bir farklılık yoktur (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Akt: Gürcan, 2010, s.56).

### **1. Okul türü değişkenine göre problemlerli internet kullanımı**

Bulgular incelendiğinde okul türü değişkenine göre problemlerli internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Anadolu Lisesi öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları puan ortalamaları, Kız Meslek Lisesi, Genel Lise, Sosyal Bilimler Lisesi ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımı sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda, Anadolu Lisesi öğrencilerinin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Okul türü değişkenine göre lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımı aşırı kullanım alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen verilere göre lise türü değişkenine göre lise öğrencilerinin aşırı kullanım sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımı sonuçlarında Türkiye’de yapılan çalışmalar, lise türleri arasında anlamlı farklılaşmalar ortaya koymuştur. Gürçan (2010), yaptığı çalışmada Genel Lise ve Meslek Lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı toplam puanları Anadolu Lisesi ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Bu araştırmada ise, lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımı toplam puanları incelendiğinde ise Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı puan ortalamaları, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu farklılaşmanın oluşmasında boş zamanı etkili kullanma alışkanlıklarının farklılaşması etkili olmuş olabilir. Ayrıca lise türlerine bakıldığında daha yüksek puanla bu liselere yerleşen öğrencilerin daha düşük puanla yerleşen öğrencilere göre ders çalışma alışkanlıkları ve belli bir hedefe yönelik zamanını etkili kullanma biçimi internetin problemlı kullanmalarından kaçınmalarına sebep olmuş olabilir.

## **2. Okul türü değişkenine göre Akademik Erteleme puanlarına ait bulgular**

Genel Lise ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamaları Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı görülmüştür. Okul türüne göre akademik erteleme davranışı, daha yüksek puanlı öğrencilerin yerleştiği okullarda daha düşük olması beklenirken bu şekilde bir farklılaşmaya bu araştırmada rastlanmamıştır. Sosyal Bilimler Lisesi öğrencileri, Kız Meslek Lisesi öğrencilerine oranla, liselere giriş sınavlarında çok daha yüksek puanlar almaları rağmen, Sosyal Bilimler Lisesi

öğrencilerinin daha fazla akademik erteleme davranışları gösterdiği bulunmuştur.

Sosyal Bilimler Lisesindeki öğrencilerin Kız Meslek Lisesi öğrencilerine oranla akademik erteleme davranışlarının daha yüksek çıkması şaşırtıcı bir sonuç gibi görünse de sebepleri başka bir araştırmanın konusu olabilir. Sosyal Bilimler Lisesindeki öğrencilerin kendilerine olan akademik anlamdaki güvenleri erteleme davranışına, ödevlerini ve sorumluluklarını ertelemelerine sebep oluyor olabilir.

Konu ile ilgili öğretmen adayları üzerinde yapılan bir araştırma benzer neticeleri vermiştir. Yeşil ve Şahan'ın (2012) Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi birinci ve dördüncü sınıf öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmasında 'Akademik Özgüven' faktörünün 'Akademik Erteleme' davranışını orta düzeyde etkilediği görülmüştür.

Ayrıca bu çalışmada erkek öğretmen adayları, akademik işlerini erteleme konusunda AÖ faktöründeki nedenlerden kız öğretmen adaylarına göre anlamlı düzeyde daha fazla etkilenmektedir. Bu da bize Kız Meslek Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının, Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerine göre daha düşük olduğu hakkında bir fikir vermektedir. Başka bir ifade ile motivasyon, ideallerini gerçekleştirme arzusu, başarabileceğine ilişkin özgüven duygusuna sahiplik durumu gibi içsel etkenler, öğretmen adaylarını, akademik işleri erteleme davranışlarını sergilemeleri üzerinde daha çok etkide bulunmaktadır (Yeşil ve Şahan, 2012).

### **3. Akademik erteleme puanları ile not ortalaması arasındaki ilişki**

Araştırmanın bulgularına göre akademik erteleme davranışı arttıkça, akademik başarı düşmektedir. Bu beklenen bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Derslerle ilgili ödevlerin zamanında yapılmaması, erteleme davranışı ile birlikte, çalışmaların son ana kadar bekletilmesi, yine erteleyerek çalışılması gereken derslerin biriktirilmesiyle, hepsine birden çalışacak yeterli sürenin kalmaması akademik başarının düşmesine sebep oluyor olabilir.

Erteleme davranışının neticesinde kişilerde akademik açıdan gerileme yaşanmaktadır. Bu kişilerin sınavlardaki notları düşmekte, ödevlerini yetiştirmekte zorlanmakta ve doğal olarak kendilerini akademik yönden ilerletme konusunda problemlerle karşılaşmaktadırlar (Semb, Glick ve Spencer, 1979; Akt: Akbay, 2009).

Akademik erteleme davranışı, erteleme yapan öğrencinin akademik başarısızlık yaşamaması (Burka ve Yuen, 1983; Ferrari ve diğerleri, 1995; Knaus, 1998), zor derslerden geri kalması (Rothblum, Solomon ve Murakami, 1986), okul devamsızlığı yapması ve okulu bırakması gibi olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Knaus, 1998). Literatür incelendiğinde, çok sayıda çalışma akademik ertelemenin akademik performans üzerinde zararlı bir etkisi olduğunu göstermektedir (McCown, 1986; Rothblum, Solomon, ve Murakami, 1986; Tice ve Baumeister, 1997; Wesley, 1994; Akt: Kandemir, 2010)

#### **4. Problemlı internet kullanımı ile not ortalamaları arasındaki ilişki**

Bulgular incelendiğinde öğrencilerde problemlı internet kullanımı arttıkça, not ortalamalarının düştüğü görülmüştür.

Çocuklar ve gençler arasında internet ve bilgisayar sıklıkla ev ödevlerinde ve bilgi edinmek amacıyla kullanılmaktadır (Subrahmanyam ve ark., 2000). Fakat bazen internet bağımlılığı öğrencilerin ders çalışmasına engel olup onların akademik başarılarında düşüğe de yol açmaktadır (Kubey ve ark., 2001; Niemz ve ark., 2005; Chang ve Law, 2008). Çocuklar gerçek ve sanal olan arasındaki farkı yetişkin insanlar kadar kolay kavrayamamaktadır. Bu da çocukların gerçek dünya ile bilgisayar oyunları ve internetin içindeki dünya arasındaki farkı arıt edememesine sebep olmaktadır (Muslu ve Bolışık, 2009; Akt: Yıldız, 2010).

İnternetin eğitime birçok katkısının olduğunu görmezden gelmek yanlış olacaktır. Bilgiye çok hızlı bir şekilde ulaşabilme imkânı sağlayan internet doğru kullanıldığında öğrenciler için akademik başarılarına katkı sağlayan mükemmel bir araca dönüşebilir. Online kitaplar ve görüntülü olarak ders anlatımları öğrencilerin derslerini daha iyi öğrenebilmesi ve akademik başarılarını yükseltebilmesi adına fazlaca katkı sağlamaktadır. Görüldüğü üzere internette geçirilen zamanı öğrenciler ders dışı faaliyetlere ayırmakta bu da akademik başarılarına katkı sağlamaktan çok zarar vermektedir. Öğrenciler interneti daha çok çevrimiçi oyunlar, sosyal paylaşım siteleri, video müzik ve film izleme, haberleşme ve iletişim gibi faaliyetlerde kullanmaktadırlar. İnternette geçirilen sürenin artması da öğrencilerin derslerine daha az zaman ayırmasına ve yeterince sınavlarına çalışamamalarına sebep olmaktadır.

## 5. Problemlı İnternet Kullanımı Ve Akademik Erteleme Arasındaki İlişki

Araştırma bulguları incelendiğinde problemlı internet kullanımının artmasıyla akademik erteleme davranışı da artış göstermektedir.

McCown ve ark. 'a (1987) göre, erteleme davranışının nedenleri; kişinin zamanı yönetmede yetersiz kalması, yapacağı işe odaklanmada güçlük yaşaması ve sorumluluk duygusunun düşük olması, devamlı olarak kişinin başarısız olacağına dönük algısı, kendisiyle ve yapabilecekleriyle ilgili gerçek dışı beklentiler, hatalı bilişsel yüklemeler ve mükemmeliyetçi eğilim (Ferrari, 1992; Yaakub, 2000) şeklinde tanımlanabilir. Akademik erteleme eğilimi ise sınavlara hazırlık, ev ödevleri veya dönem sonu teslim edilmesi gereken projelerin son ana bırakılması şeklinde tanımlanmaktadır (Solomon ve Rothblum, 1984; Akt: Odacı ve Çelik, 2011).

Akademik erteleme davranışının sebepleri incelendiğinde; internetin aşırı kullanımının bu sebepleri ortaya çıkardığını ve/veya artırdığını görmekteyiz. Problemlı internet kullanımı öğrencinin zamanının büyük bir bölümünü aldığı için ödevlerini ve akademik sorumluluklarını son ana bırakmasına sebep olmaktadır.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

#### Sonuçlar

Bu araştırmada lise öğrencilerinin akademik erteleme ve akademik başarıları ile problemlili internet kullanımları arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Bununla birlikte problemlili internet kullanımının cinsiyet, okul türü gibi demografik değişkenler bakımından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular şöyle özetlenebilir:

Cinsiyet değişkenine göre;

Problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Bulgular incelendiğinde erkek öğrencilerin problemlili internet kullanımı toplam puanı ve problemlili internet kullanımının bütün alt boyutlarındaki (olumsuz sonuç, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı internet kullanımı) puanları kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Okul türü değişkenine göre ise;

Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanımı puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Genel lise ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamaları Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Anadolu Lisesi öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları puan ortalamaları, Kız Meslek Lisesi, Genel Lise, Sosyal Bilimler Lisesi ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Anadolu Lisesi öğrencilerinin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanımı puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin not ortalamaları ile problemlı internet kullanımı ölçeğinin internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda sosyal rahatlık, aşırı kullanım alt boyutları ve problemlı internet kullanımı toplam puanları arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Öğrencilerin akademik erteleme toplam puanları ile not ortalamaları arasında ise negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Akademik erteleme puanları ile problemlı internet kullanımı ölçeğinin internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda sosyal rahatlık, aşırı kullanım alt boyutları ve problemlı internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

### **Öneriler**

Araştırmanın sonuçlarına göre erkek öğrencilerin problemlı internet kullanımının daha fazla olduğu görülmektedir. Erkeklerin bu davranışının sebepleri anlamak için başka bilimsel çalışmalar yapılabilir. Bu sebepler doğrultusunda önleyici ve iyileştirici çalışmalar yapılabilir.

Araştırmada problemlı internet kullanımı yüksek olan ergenlerin aynı zamanda akademik başarılarının düşük olduğu görülmüştür. Akademik başarının artırılmasında doğru internet kullanımıyla ilgili okullarda bilinçlendirici çalışmalar düzenlenebilir. Ergenlere yönelik problemlı internet kullanımını önleyici ve giderici psikolojik danışma müdahaleleri düzenlenebilir.

Araştırmada Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı diğer lise öğrencilerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu okullardaki ebeveynler ve öğretmenler internetin zararlı kullanımı konusunda bilgilendirilebilir, buna yönelik seminerler ve eğitim çalışmaları düzenlenebilir.

Okullardaki teknoloji ve bilgisayar kullanımı içerikli derslerde doğru bilgisayar ve internet kullanımı küçük yaştan itibaren çocuklara öğretilir.

Problemlı internet kullanımına dair farklı değişkenlerle ve farklı gruplara araştırma çalışmaları yapılarak daha fazla veri ve bilgi sahibi olunabilir. Farklı yaş gruplarındaki

öğrenciler ile benzer çalışmalar yapılarak, problemlı internet kullanımı konusunda risk grupları belirlenebilir.

Genel Lise ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin akademik erteleme puan ortalamaları Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu sonucun sebepleriyle ilgili farklı araştırmalar yapılarak akademik erteleme sebeplerinin daha iyi anlaşılması sağlanabilir.

Öğretmenlere, velilere ve öğrencilere akademik erteleme ile akademik başarı arasındaki ilişkinin anlatıldığı ve akademik ertelemeyi aşmak, verimli ve etkili ders çalışma stratejilerini öğretmek amaçlı seminerler ve eğitimler düzenlenebilir.

## KAYNAKÇA

- Aboujaoude, E. (2010). Problematic Internet Use: An Overview. *World Psychiatry*, 9(2), 85-90.
- Akbay, S.E. (2009). *Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme Davranışı: Akademik Güdülenme, Akademik Özyeterlik Ve Akademik Yükleme Stilllerinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akdemir, N.T. (2013). *İlköğretim Öğrencilerinin Facebook Tutumları İle Akademik Erteleme Davranışları Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akdoğan, A. (2013). *Farklı Depresyon Anksiyete Stres Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Amichai-Hamburger, Y. ve Ben-Artzi E. (2003). Loneliness And Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 19(1), 71–80.
- Anderson, K. J. (2001). Internet Use Among College Students: An Exploratory Study. *Journal Of American College Health*, 50(1), 21-26.
- Arı, R. (2006). *Gelişim Ve Öğrenme*. Konya: Nobel Yayın.
- Arslan, A. (2013). *Lise Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının Karar Verme Stilleri İle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Atılğan, M. (1998). *Üniversite Öğrencilerinin Ders Çalışma Alışkanlıkları İle Akademik Başarılarının Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aydoğan, D. (2008). *Akademik Erteleme Davranışının Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı Ve Öz-Yeterlik İle Açıklanabilirliği*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2012). Akademik Erteleme Davranışının Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı, Öz-Yeterlilik Açısından Açıklanabilirliğinin İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*2(3), 1-9.
- Balkıs, M. (2006). *Öğretmen Adaylarının Davranışlarındaki Erteleme Eğiliminin, Düşünme ve Karar Verme Tarzları İle İlişkisi*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme Eğiliminin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*. 7(2), 57–73.
- Balkıs, M. ve Duru, E. ( 2007). Erteleme Davranışı ile ilişkili Temel Karakteristik ve Boyutların Psikolojik Danışma ve Rehberlik Çerçevesinde incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*. 7 (1), 349-385
- Balkıs, M. (2007). Öğretmen Adaylarının Davranışlarındaki Erteleme Eğiliminin, Karar verme Stilleri İle İlişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 21, 67-83.
- Balkıs, M. ve Duru, E. (2010). Akademik Erteleme Eğilimi, Akademik Başarı İlişkisinde Genel ve Performans Benlik Saygısının Rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 27, 159-170
- Beard, K.W. ve Wolf, E.M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 4(3), 377-382.
- Cansever B.A. (2013). Ergenlerin İnternet Kullanımının Toplumsal İlişkilerde Yarattığı Sorunlar. Kalkan, M., Kaygusuz, C. (Ed.), *İnternet Bağımlılığı Sorunlar Ve Çözümleri* içinde (s. 193-210) Ankara: Anı Yayıncılık
- Caplan, S. E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736.
- Caplan, S., Williams, D. ve Yee, N. (2009). Problematic Internet Use And Psychosocial Well-Being Among MMO Players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312–1319.

- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği'nin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 387-416.
- Ceyhan, A. A. (2008). Predictors Of Problematic İnternet Use On Turkish Universty Students. *CyberPsychology & Behavior*, 11(3), 363-366.
- Ceyhan, E. (2010). Problemlı İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10 (3), 1323-1355
- Ceyhan, A. A. ve Ceyhan, E. (2014). Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği'nin Ergenlerde Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 15 (2), 56-64.
- Çakıcı, D.Ç. (2003). *Lise Ve Üniversite Öğrencilerinde Genel Erteleme Ve Akademik Erteleme Davranışının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çağır, G. (2010). *Lise Ve Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyleri İle Algılanan Esenlik Halleri Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çakır, H. (2007). Geleneksel Gazetecilik Karşısında İnternet Gazeteciliği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(1), 123-149
- Çelikkaleli, Ö. ve Akbay, S.E. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışı, Genel Yetkinlik İnancı ve Sorumluluklarının İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(2), 237-254
- Çetin, Ş. (2009). Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*. 25, 1-7
- Davis, R.A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological İnternet Use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Davis, R. A., Flett, G. L. ve Besser, A. (2002). Validation Of A New Scale For Measuring Problematic İnternet Use: Implications For Pre-Employment Screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345

- Demetrovics, Z., Szeredi, B. ve Rozsa, S. (2008). The Three-Factor Model Of Internet Addiction: The Development Of The Problematic İnternet Use Questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40(2), 563-574.
- Demir, E. (2006). *Birey Ve Aile Yaşamına İlişkin Konularda İnternet Kullanımının Etkisinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Deniz, M.E., Traş, Z. ve Aydoğan, D. (2009). Akademik Erteleme ve Denetim Odağının Duygusal Zekâ Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*.9 (2), 607-632
- Dinicola, M.D. (2004). *Pathological İnternet Use Among College Students: The Prevalance Of Pathological İnternet Use And İts Correlates*. Ohio University.
- Doğan, T., Kürüm, A. ve Kazak, M. (2014). Predictability of Personality Traits on the Procrastination Behaviour. *Başkent University Journal Of Education*. 1(1), 1-8.
- Düşmez, İ. (2013). *Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Akademik Erteleme Davranışını Önleme Eğitim Programının Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışları Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Ekinci, E. (2011). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Akademik Özyeterlik Düzeyleri Ve Akademik Erteleme Davranışlarının Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeylerini Yordama Gücü*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/kötüye kullanımı). *Yeni Symposium*, 40 (3), 105–110.
- Gökdaş, İ. ve Kayri, M. (2014). Öğrenme Ve Türkiye Açısından Sorunlar, Çözüm Önerileri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 1-20.
- Gürcan, N. (2010). *Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımları İle Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- Güzel, M. (2006). Küreselleşme, İnternet ve Gençlik Kültürü. *Küresel İletişim Dergisi*, 1, 1-16.
- Intenetworkstats (Kasım 2015). World Internet Usage And Population Statistics November 30, 2015.Erişim:.,<http://www.internetworldstats.com/stats.htm>(21 Mart 2016)
- Işık, U. (2007). *Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri Ve İnternet Bağımlılığı*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kağan, M. (2009). Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme Davranışını Açıklayan Değişkenlerin Belirlenmesi. *Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 42(2), 113-128
- Kağan, M. (2010). *Akılcı Duygusal Davranışsal Yaklaşım Dayalı Akademik Erteleme Davranışını Önleme Programının Etkililiğinin Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kalbag, A. (2000). *Dünyayı Sarsan Ağ*, Ankara: TÜBİTAK
- Kalkan, M. ve Kaygusuz, C. (Ed.). (2013). *İnternet Bağımlılığı, Sorunlar Ve Çözümler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kandemir, M. (2010). *Akademik Erteleme Davranışını Açıklayıcı Bir Model*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kandemir, M. (2012). Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının, Kaygı, Başarısızlık Korkusu, Benlik Saygısı ve Başarı Amaçları ile Açıklanması. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*. 2(4), 81-88.
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik Bir Olgu Olarak İnternet Gençliği: Elazığ Örneği*. Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Kaya, A. (2011). *Öğretmen Adaylarının Sosyal Ağ Sitelerini Kullanım Durumları Ve İnternet Bağımlılığı Düzeyler*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kurtaran, G.T. (2008). *İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kültegin, Ö. (2012). *İnternet Bağımlılığı, İnterneti Anlamak Ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Martin-Martin, J. ve Schumacher, P. (2003). Loneliness And Social Uses Of The Internet. *Computers in Human Behavior*, 19, 659- 671.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence And Correlates Of Pathological İnternet Use Among College Students. *Computers İn Human Behavior*,16, 13-29.
- Nakilcioğlu, İ.H. (2007). *İletişimden Bilişime: İnternet Kültüründen Kesitler*, Akademik Bilişim, IX. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri Dumlupınar Üniversitesi. Kütahya.
- Nalwa, K. ve Anand, A.P. (2003). İnternet Addiction İn Students: Acause Of Concern. *CyberPsychology & Behavior*, 6(6), 653-656.
- Nartgün, Ş. ve Çakır, M. (2014). Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Akademik Güdülenme Ve Akademik Erteleme Eğilimleri Açısından İncelenmesi. *Eğitim Ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*. 3(3), 379-391.
- Özcan, N.K. ve Buzlu, S. (2005).Problemlı İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir Araç: “İnternette Bilişsel Durum Ölçeği”nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik Ve Güvenirliği. *Bağımlılık Dergisi*, 6(1), 19-26.
- Özer, A. ve Altun, E. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 45 – 72.
- Özer, Ş. (2013). *Problemlı İnternet Kullanımının Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş İle Açıklanabilirliği*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Peker, A. (2013). *İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Problemlı İnternet Kullanımı Ve Siber Zorbalık Üzerindeki Etkisi*. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Royal.pingdom.com (2010). *The top 20 countries on the Internet, and what the future might bring.*<http://royal.pingdom.com/2010/07/27/top-20-countries-on-the-internet/> (15 Nisan 2016).
- Sarioğlu, A.F. (2011). *Öğretmen Adaylarının Akademik Erteleme Eğilimi İle Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sevindik, F. (2011). *Fırat Üniversitesi Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı Ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi.* Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla U.M.veMcElroy S.L.(2000). Psychiatric Features Of Individuals With Problematic İnternet Use. *Journal of Affective Disorders* 57, 267-272.
- Shapira, N. A., Lessing, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo S.T., Lazoritz M., Gold MS.veStein D.J. (2003). Problematic İnternet Use: Proposed Classification And Diagnostic Criteria.*Depression And Anxiety*,17(4), 207-216.
- Sırabaşı, V. (2003). *İnternet ve Radyo-Televizyon Aracılığıyla Kişilik Haklarına Tecavüz (İnternet Rejimi).* Ankara: Adalet Yayınevi.
- Sırakaya, M. (2011). *Öğretmen Adaylarının Problemlı İnternet Kullanımı Ve İnternet Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Suler, J. (1999). Healthy and Pathological İnternet Use.*CyberPsychology and Behavior*, 2(5), 385-394.
- Tatoğlu, N. (2006). *Zonguldak İl Merkezinde 15-17 Yaş Grubu Genel Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısının Akademik Başarıya Etkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Zonguldak.
- Tanrıkulu, M. (2013). *Ergenlerin Akademik Erteleme Davranışlarıyla Benlik Saygılarının İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Tutkun, A. (2009). *Öğretmen Adaylarının Problemlı İnternet Kullanım Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ulukaya, S. (2012). *Üniversite Öğrencilerinde Akademik Ertelemenin Yordayıcıları Olarak Aile Bağlamında Benlik Ve Ana-baba Tutumları*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Üstün, A. G. (2010). *İnternet Destekli Araştırma Etkinliklerinin İlköğretim İv. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Okur-Yazarlık Düzeylerine Ve Akademik Başarılarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- TUİK. (2013). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13569> (21 Temmuz 2014).
- Turkçebilgi.com (2014). İnternet. <http://www.turkcebilgi.com/sozluk/internet/> (15 Nisan 2014).
- Whang, L. S., Lee, S. ve Chang, G. (2003). Internet Over-Users' Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis On İnternet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*. 6 (2), 143-150
- Yalçın, N. (2014). İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı mıyız? Çocuklarımız ve Gençlerimiz Risk Altında mı?. <http://ab.org.tr/ab06/bildiri/113.doc>(21 Temmuz 2014).
- Yavuzer, H. (2010). *Gençleri Anlamak, Anne Babaların En Çok Sorduğu Sorular Ve Cevaplarıyla*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ybarra, M. (2004). Linkages Between Depressive Symptomatology And İnternet Harassment Among Young Regular İnternet Users. *CyberPsychology & Behavior*, 7 (2), 247-257.
- Yeşil, R. ve Şahan, E. (2012). Öğretmen Adaylarının Akademik İşlerini Erteleme Nedenleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 12(2), 218-136.
- Yıldırım, Ü. (2011). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Psikolojik Belirtilerinin Sosyal Destek Algısı Ve Akademik Erteleme Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

- Yıldız, İ. (2010). *Lise Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı İle Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Yılmaz, M.F. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Problemlı İnternet Kullanımı Ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yiğit, R. ve Dilmaç, B. (2011). Ortaöğretimde Öğrencilerinin Sahip Oldukları İnsani Değerler İle Akademik Erteleme Davranışlarının Bazı Değerşkenler Açısından İncelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 31, 169-178.
- Yorulmaz, A. (2003). *Erteleme Davranışının Çeşitli Psikolojik Değerşkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology & Behavior*,1(3), 237-244
- Zorbaz, O. (2013). *Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

## EKLER

### Ek-1: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen (PİKÖ-E)

**Açıklama:** Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sızden 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 değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel araştırmaya katıldığınız için teşekkürler.

#### ÖRNEK MADDELER

	Tamamen uygun ↓	Oldukça uygun ↓	Biraz uygun ↓	Nadiren uygun ↓	Hiç uygun değil ↓
1. İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
2. İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
3. İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
11. İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
12. İnternette, kontrol benden çıkıyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
13. İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor(	( )	( )	( )	( )	( )
21. İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
22. İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda .....	( )	( )	( )	( )	( )
23. İnternet kullanmayı bırakamadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )

## Ek-2 Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ)

Bu ölçeğin amacı sizin ders çalışma alışkanlıklarınızı belirlemektir. Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup sizi ne kadar tanımladığını aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki sayıların üzerine (X) işareti koyarak belirleyiniz.

Beni **hiç** yansıtmıyor 1

Beni **çok az** yansıtmıyor 2

Beni **biraz** yansıtmıyor 3

Beni **çoğunlukla** yansıtmıyor 4

Beni **tamamen** yansıtmıyor 5

### ÖRNEK MADDELER

	1	2	3	4	5
1 Derslerimi düzenli olarak çalışırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Ödevlerimi/projelerimi genellikle son belirlenen tarihte yetiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Daha keyifli şeyler yapmak için ders çalışmayı erken bırakırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Ödevlerimi/projelerimi zamanında teslim ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Tarihi önceden bildirilmiş olsa bile sınav günü yaklaştığında önceliği olmayan başka işlerle uğraştığım olur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Kendime bir ders çalışma programı hazırlamışsam ona uyarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Ek-3 Kişisel Bilgi Formu

Yaş: .....

Cinsiyet: K( ) E( )

Okulu: .....

Sınıfı: .....

Geçen yılsonu karne not ortalaması: .....

**Eğitim düzeyi:**

Anne: İlköğretim ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

Baba: : İlköğretim ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

**Günlük internet kullanım süresi:**

5-45 dk ( ) 1-2 saat ( ) 3-4 saat ( ) 4-5 saat( ) 6 saat ve üzeri ( )

**İnternet için harcanan günlük harçlık miktarı:**

1-5 tl ( ) 5-10tl ( ) 10-20tl ( ) 20tl ve üzeri ( )