

# ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research  
Cilt: 13 Sayı: 71 Haziran 2020 & Volume: 13 Issue: 71 June 2020  
www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

## ERGENLERDE İNTERNET BAĞIMLILIĞININ AKADEMİK KENDİNİ ENGELLEME VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

### THE EFFECT OF INTERNET ADDICTION ON ACADEMIC SELF-HANDICAPPING AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN ADOLESCENTS

Mehmet SABAZ\*  
Okan BİLGİN\*\*

#### Öz

Bu araştırmada internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılığı yordama gücünün saptanması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Şanlıurfa ilindeki dört farklı lisede öğrenim 575 öğrenciye "Kişisel Bilgi Formu", "Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu", "Akademik Kendini Engelleme Ölçeği" ve "Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırmada internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin ne düzeyde olduğunun belirlenebilmesi amacıyla Pearson Momentler Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. İnternet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi yol analiz tekniği ile incelenmiştir. Bunun dışında internet bağımlılığının demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi için t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırma sonunda yapılan veri analizlerinden elde edilen bulgulara göre cinsiyet, okul başarısı ve anne baba tutumuna göre ergenlerin internet bağımlılığı düzeyinde anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilere bakıldığında ise, internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme arasında pozitif, psikolojik dayanıklılık arasında ise negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ayrıca internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılığının anlamlı yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet Bağımlılığı, Akademik Kendini Engelleme, Psikolojik Dayanıklılık, Ergenlik.

#### Abstract

The aim of this study is to investigate the relationship between internet addiction and academic self-handicapping and psychological resilience, and to determine the predictive power of Internet addiction in terms of academic self-handicapping and psychological resilience. For this purpose, "Personal Information Form", "Young Internet Addiction Test-Short Form", "Academic Self-Handicapping Scale" and "Adolescent Psychological Resilience Scale" were applied to 575 students. In research, Pearson Correlation Coefficient was used to determine the relationship between internet addiction and academic self-handicapping and psychological resilience. The effects of internet addiction on academic self-handicapping and psychological resilience were examined with the method of path analysis. According to the findings obtained from the data analysis at the end of the research, it is seen that there is a significant difference in the level of internet addiction of adolescents according to gender, school success and parental attitude. When the relationships between internet addiction, academic self-handicapping and psychological resilience were examined, it was found that there was a positive correlation between internet addiction and academic self-handicapping and negative relationship between internet addiction and psychological resilience. In the study, it is concluded that internet addiction is a significant predictor of academic self-handicapping and psychological resilience.

**Keywords:** Internet Addiction, Academic Self-Handicapping, Psychological Resilience, Adolescence.

\* Uzm. Psikolojik Danışman.

\*\* Dr. Öğr. Üyesi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Ereğli Eğitim Fakültesi.



## 1. Giriş

İnternetin 1990'lı yıllarda yaygınlaşması beraberinde birçok yenilik ve rahatlık getirmiştir. Günümüzde internet birçok insan için yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir (Demirli ve Arslan, 2018, 50). İnsan yaşamına bu kadar hızlı bir girişi ve yoğun bir kullanımı olan bu teknolojinin faydaları ile birlikte zararları da tartışılmaya başlanmış ve faydasının nasıl arttırılacağı, zararının ise nasıl azaltılabileceği hususunda çeşitli görüşler ileri sürülmektedir. İnternet bağımlılığı da yukarıda belirtilen internetin getirdiği zararlardan birisidir. Bu bağımlılık DSM-5'te internet bağımlılığı olarak olmasa da "internet ve oyun kullanımı bozukluğu" (3. Bölüm) olarak yerini bulmuştur. İnternet bağımlılığının semptom ve bulguları; çok fazla internet kullanımı veya kullanım isteği, ayrıca bu duygunun bir önüne geçilemez bir saplantı haline gelmesi, internet olmadığı veya kullanmadığı zaman sinirlilik, internetsiz yaşamı önemsiz olarak düşünmesi, aile, sosyal çevre ve iş hayatında kötüleşme, asosyallik ve saldırganlık olarak sıralanabilir (Arısoy, 2009, 58; Çiğdem ve Yarar, 2015, 75; Dikmen ve Tuncer, 2018, 44). Literatür incelendiğinde internet bağımlılığının çok farklı problemle ilişkili olduğu görülmektedir.

Koç (2011, 1462) gün içinde altı saat ve fazla internet kullanımının psikiyatrik bozuklukları arttırdığını ifade etmiştir. Ayrıca internet bağımlılığı olan bireylerde psikotik bozukluklar, paranoid düşünce, depresyon, kaygı, obsesif kompulsif kişilik bozukluğu ve kişiler arası duyarsızlık gibi ruhsal bozuklukların daha sık gözlemlendiği belirtilmiştir. Çardak (2013, 136) internet bağımlılığı ile psikolojik iyilik arasında ilişkiyi araştırmış ve bu iki varyans arasında ters bir bağlantı olduğunu gözlemlemiş, internet bağımlılığı düzeyi düşük olan öğrencilerin psikolojik iyilik hallerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Başka bir çalışmada da internet bağımlılığı ile yaşam bağlılığı arasında negatif doğrusal ilişki olduğu belirtilmiştir (Şahin, Atasoy ve Altun, 2016). Başka bir çalışmada internet bağımlılığı ile problem çözme eğilimi ilişkisi araştırılmış ve bu iki değişken arasında da yine negatif bir bağlantı olduğu rapor edilmiştir (Şahin, İbili ve Uluyol, 2017, 11). Aile ilişkisi ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda; şiddetli internet bağımlılığı belirtileri olan bireylerin aile ilişkilerinde düşük memnuniyet olduğu ifade edilmiştir (Chou vd., 2015, 125). Buna ek olarak lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının toplumun %28'inde bulunduğu ve bu kişilerin toplumdaki kaçınma (yalnızlık hissi), anksiyete, olumsuz anlaşılma hissi gibi problemlerle yüz yüze kaldığı bildirilmiştir (Dikmen ve Tuncer, 2018, 41; Zorbaz, 2013, 55). İnternet bağımlılığıyla ilgili yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin yaklaşık %19'nun internet bağımlılığı olduğu tespit edilmiş ve sosyal ve ekonomik yönden daha üstün öğrencilerin internet bağımlılığı skalasının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Batıgün ve Kılıç, 2011, 5). İnternet bağımlılığı pek çok alanda bireyi etkilediği gibi akademik anlamda da olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir. Akademik olarak bireyi zorlayan problemlerden birisi de akademik kendini engellemedir.

Akademik kendini engelleme; öğrencinin başkaları tarafından bir kusur olarak algılanabilecek daha büyük bir kusurunu saklamak için küçük bir kusuru ortaya koyması olarak kabul edildiği bir durumdur (Anlı vd., 2018, 1205). İnsan, başarısız olma olasılığı yüksek bir durumla karşı karşıya kaldığında ve bu durumu benliğine yönelik bir tehdit olarak algıladığında kendini engelleme davranışı ortaya çıkmaktadır. Akademik ortamlar, kişilerin başarı ya da başarısızlığa ilişkin duyguları en yoğun yaşadığı ortam olduğu için kendini engellemenin akademik durumlar için kullanılan "akademik kendini engelleme" kavramı önem kazanmaktadır (Üzbe, 2013, 57). Akademik kendini engelleme ile yapılan çalışmalar incelendiğinde gerek betimsel gerekse deneysel araştırmalarda belli bir derse ya da duruma yönelik bir başarı testi uygulanması söz konusudur. Uygulanan başarı-yetenek testleriyle katılımcılar üzerinde "başarısızlık korkusu" oluşturulmaya çalışılmaktadır. Kendini engelleme davranışının ortaya çıkması için bireylerin başarısız olma riskinin var olması gerekmektedir. Öğrenciler başarısızlık ihtimali ile karşılaştıklarında -olası akademik başarısızlıklarını bilgi ve yetenek azlığından daha çok bu davranışlara yüklemek için- çalışmalarını azaltmak ve ertelemek gibi birtakım davranışlara başvururlar. Bu öğrenciler, tembellik nedeniyle başarısızlığın, aptallık nedeniyle başarısızlıktan daha iyi olduğuna inanmaktadır (Cavendish, 2004; Üzbe, 2013, 57). Akademik kendini engellemeye sahip olan öğrencilerde; düşük okul başarısı, okuldan zihinsel ve davranışsal uzaklaşma duygusu, eğitime karşı olumsuz tutumlar, karamsar bakış açısı ve depresif benlik saygısı, uyumsuz davranış ve tutumlar, zaman yönetiminde başarısızlıklar, etkisiz çalışma alışkanlıkları, olumsuz başa çıkma stratejileri ve performanslarını şansa yüklemek tespit edilmiştir (Anlı vd., 2018, 1205; Leondari ve Gonida, 2007, 600; Urdan ve Midgley, 2001, 125, 131). Hem internet bağımlılığı hem de akademik sorunlar bireylerin ruh sağlığını etkileyebilmekte, çeşitli psikolojik rahatsızlıkların oluşmasına sebep olabilmekte ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini düşürebilmektedir.

Psikolojik dayanıklılık; olumsuz şartlarda bile hayata devam edebilme ve gelişmeyi sürdürebilme



becerisi olup, kişiyi olumsuz olaylarından koruyan psikolojik bir süreçtir. Psikolojik dayanıklılık; ergenin, yüz yüze kaldığı zor şartlarda dayanıklı olması, umutsuzluğa düşmeden azimle çalışmaya devam etmesi, başarısızlıkla sonuçlanan denemelerini bir öğrenme süreci görmesi ve psikolojik anlamda dayanıklı olması açısından önemli bir kavramdır (Hollister-Wagner, Foshee ve Jackson, 2001, 448; Turgut ve Çapan, 2017, 175). Psikolojik dayanıklılık; bireyin yaşamında karşısına çıkan birçok olumsuz ve zorlayıcı koşullara karşı onu koruyan bir özelliktir. Psikolojik açıdan dayanıklı olan bireylerin yaşadıkları sorunlara karşı daha az kaygı (anksiyete) ve bunalım/çöküntü (depresyon) belirtileri gösterdiği belirlenmiştir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin sosyal açı ve iletişimde de aktif ve baskın (kişileri etkileme potansiyeli yüksek kişiler) oldukları; olumsuz, zorlayıcı ve kişide hasar verebilen koşullardan avantaj sağlama gücüne ve esnekliğine sahip oldukları ifade edilmektedir (Soysal, 2016, 16).

Tugade ve Fredrickson (2004, 323) psikolojik dayanıklılığı; zorluğa dayanma, katlanma, hoş görme, uyum sağlama ve krizleri başarıyla atlama olarak tarif etmişlerdir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek olan bireyler, yaşanan olumsuzluk ve duygusal hasar verici etkilere karşısında daha dayanıklıdır ve bu bireylerde depresyon, kaygı, akademik problem ve antisosyal davranış oranları minimal düzeyde görülmektedir (Goldstein, Faulkner ve Wekerle, 2013, 26; Howell, 2011, 565; Turgut ve Çapan, 2017, 175).

Bu araştırmada; internet bağımlılığının cinsiyet, yaş, algılanan okul başarısı ve anne-baba tutumu algısına göre değişimleri incelenmiştir. Bunun yanı sıra internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiler tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmada son olarak internet bağımlılığın akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılığı yordama gücünün ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Araştırmanın amacına uygun olarak oluşturulan alt amaçlar şu şekildedir;

1. Ergenlerde internet bağımlılığı;
  - a) Cinsiyete
  - b) Yaşa
  - c) Algılanan okul başarısına
  - d) Anne-baba tutumu algısına göre farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerde internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Ergenlerde internet bağımlılığı, akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılığın yordayıcısı mıdır?

## 2. Yöntem

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada genel tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Dikmen ve Tuncer, 2018). Bu çalışmada ayrıca, internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisinin düzeyi ve yönünün belirlenebilmesi için yol analizi (*Path analysis*) tekniği kullanılmıştır.

### 2.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Şanlıurfa il merkezinde öğrenim gören lise öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise Şanlıurfa ilindeki dört farklı lisede okuyan 575 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Seçkisiz örnekleme yönteminde evreni oluşturan her elemanın örneğe girme şansı eşittir (Dikmen ve Tuncer, 2018). Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımı **Tablo 1**'de gösterilmiştir.

**Tablo 1:** Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımı

Cinsiyet	f	%
Kız	289	50.3
Erkek	286	49.7

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan ergenlerin 289'unun kız (%50.3), 286'sunun ise (%49.7) erkek olduğu görülmektedir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veriler "Kişisel Bilgi Formu" (KBF), "Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu", "Akademik Kendini Engelleme Ölçeği" ve "Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" ile elde edilmiştir.



**Kişisel Bilgi Formu (KBF):** Araştırmacı tarafından geliştirilen formda, katılımcıların cinsiyet, yaş, sınıf, algılanan okul başarısı ve algılanan anne baba tutumu ilişkin sorular yer almaktadır.

**Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu:** Young, tarafından geliştirilen ölçek Pawlikowski ve diğerleri (2013) tarafından kısa forma dönüştürülmüştür. Bu araştırmada Kutlu ve diğerleri (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin kısa formu kullanılmıştır.

Ergenler üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda tek boyutlu Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu modelinin uyum indeksi değerleri  $\chi^2=141.93$ ,  $sd=51$ ,  $RMSEA=0.080$ ,  $GFI=0.90$ ,  $CFI=0.90$  ve  $IFI=0.90$  olarak saptanmıştır. Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu'nun ergenler için faktör yükleri 0.49-0.71 arasında değişmektedir. Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu'nun güvenilirlik (Cronbach alfa) katsayısı 0.86 bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında da Cronbach Alfa katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur.

**Akademik Kendini Engelleme Ölçeği:** Urdan ve Midgley (2001: 131) tarafından geliştirilmiş olan Akademik Kendini Engelleme Ölçeği Anlı ve diğerleri (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizleri sonucunda ölçme aracının 6 madde ve tek boyuttan oluştuğu belirtilmiştir. Ölçek 5'li Likert tipindedir. Ölçek maddelerinden alınan puanların yüksek olması, bireyin akademik kendini engelleme düzeyinin yüksek olması manasına gelir. Akademik Kendini Engelleme Ölçeği için faktör yük değerlerinin 0,635 ile 0,774 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0,81 olarak hesaplanmıştır (Anlı vd., 2018: 1205). Bu çalışma kapsamında da Cronbach Alfa katsayısı 0,78 olarak bulunmuştur.

**Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği:** Bu ölçek, Bulut, Doğan ve Altundağ (2013) tarafından ergenlerin psikolojik dayanıklılığını ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçek 29 maddeden ile 6 boyuttan oluşmakta ve dört kategorilik Likert tipi ölçekle değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan ergenlerin psikolojik dayanıklılığının arttığını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri, ölçeğin tamamı için 0,87, aile desteği boyutu için 0,89, akran desteği boyutu için 0,84, okul desteği boyutu için 0,81, uyum boyutu için 0,70, mücadele azmi boyutu için 0,67 ve empati boyutu için ise 0,61 olarak hesaplanmıştır (Bulut, Doğan ve Altundağ, 2013). Bu çalışma kapsamında da Cronbach Alfa katsayısı 0,73 olarak bulunmuştur.

#### 2.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabilmesi bazı varsayımların karşılanmasına bağlıdır. Bunun için verilerin normal dağılıma uyması ve değişkenlerin homojen olması gerekmektedir. Verilerin normal dağılıma uymadığı veya değişkenlerin homojen olmadığı durumlarda parametrik olmayan testlerin kullanılması daha güvenilirdir. Araştırmada kullanılacak veri analiz yöntemlerini belirlemek amacıyla öncelikle veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Yapılan normallik varsayımları analizlerine göre verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiş ve veri analizinde parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Veri analizinde SPSS 25.00 paket programı kullanılmıştır. Araştırma değişkenlerindeki anlamlı farklılaşmalar için iki gruplu değişkenlerde bağımsız örneklem *Independented Samples T testi*, üçten fazla gruplar söz konusu olduğunda ise fark bağımsız örneklem *One-way ANOVA testi* kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişki *Pearson korelasyonu* ile hesaplanmıştır. İnternet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi ise yol analizi tekniği ile incelenmiştir.

### 3. Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılığının cinsiyete, yaşa, algılanan okul başarısına ve algılanan anne baba tutumuna göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun dışında ergenlerin internet bağımlılığı düzeyi, akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Bu çalışmada ayrıca ergenlerin internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi de incelenmiştir.

#### 3.1. İnternet bağımlılığının cinsiyet, yaş, algılanan okul başarısı ve algılanan anne baba tutumu değişkenine göre analiz sonuçları

Bu çalışmada öncelikli olarak ergenlerin internet bağımlılığının bazı demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır. İnternet bağımlılığının cinsiyete göre karşılaştırması Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2:** İnternet bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre t-testi analizi sonuçları.

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t	p
İnternet	Kız	289	2.04	0.75		
Bağımlılığı	Erkek	286	2.18	0.63	-2.32	0.021*





\*  $p < 0.05$

Tablo 2’de görüldüğü gibi araştırmanın örneklem grubunu oluşturan ergenlerin cinsiyetlerine bağlı olarak N sayıları, ortalamaları, standart sapmaları verilmiş ve ergenlerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farklılık cinsiyet değişkenine bağlı olarak t testi ile incelenmiştir. Bu sonuçlara göre kız ergenlerin internet ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 2,04, erkek ergenlerin aldıkları puanların ortalaması ise 2,18’dir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t = -2,32, p < 0,05$ ). Bu sonuca göre erkeklerin internet bağımlılığı düzeyinin kızlara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu söylenebilir. İnternet bağımlılığının yaş değişkenine göre ortalama ve standart sapma değerleri **Tablo 3’te** verilmiştir.

**Tablo 3:** Ergenlerin internet bağımlılıklarının yaş değişkenine göre betimsel istatistikleri.

	Yaş	N	$\bar{X}$	ss
İnternet Bağımlılığı	14 yaş	67	2.01	0.63
	15 yaş	209	2.10	0.72
	16 yaş	226	2.16	0.67
	17 yaş ve üzeri	73	2.08	0.73

Bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları **Tablo 4’de** gösterilmektedir.

**Tablo 4:** Ergenlerin internet bağımlılığının yaş değişkenine göre varyans analizi sonuçları.

	Varyansın Kaynağı	Karelerin Toplamı	df	Karelerin Ortalaması	F	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	1,21	3	0,40	0,84	0,47
	Grup İçi	274,94	571	0,48		
	Toplam	276,15	574			

Tablo 4’te ergenlerin yaşlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda ergenlerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $F_{(3-571)}: 0.84, p > 0,05$ ). Ergenlerin algılanan okul başarılarına göre internet bağımlılığı ortalamaları, N sayıları ve standart sapmaları **Tablo 5’te** gösterilmiştir.

**Tablo 5:** Ergenlerin internet bağımlılıklarının algılanan okul başarısı değişkenine göre betimsel istatistikleri.

	Okul Başarısı	N	$\bar{X}$	ss
İnternet Bağımlılığı	Çok Düşük	55	2,46	0,67
	Düşük	86	2,37	0,82
	Orta	302	2,03	0,66
	Yüksek	111	1,99	0,55
	Çok Yüksek	21	1,95	0,73

Bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları **Tablo 6’da** gösterilmiştir.

**Tablo 6:** Ergenlerin internet bağımlılığının algılanan okul başarısı değişkenine göre varyans analizi sonuçları.

	Varyansın Kaynağı	Karelerin Toplamı	df	Karelerin Ortalaması	f	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	16,80	4	4,20	9,23	0,00
	Grup İçi	259,35	570	0,45		
	Toplam	276,15	574			

Tablo 6’da ergenlerin algıladıkları okul başarıları ile internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda ergenlerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F_{(4-570)}: 9.23, p < 0,05$ ). Analiz sonucunda elde edilen bu farkın okul başarısının hangi boyutundan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan “Bonferroni Testi” sonucunda ergenlerin internet bağımlılığı



ölçeğinden aldıkları puanlar açısından algılanan çok düşük okul başarısı ile orta, yüksek ve çok yüksek okul başarısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Algılanan okul başarıları ortalamalarına bakıldığında okul başarısı algısı olumlu olarak arttıkça internet bağımlılığı ortalaması da düşmektedir. En düşük internet bağımlılığına sahip grup okul başarısını çok yüksek olarak algılayan grup olduğu görülmektedir. Ergenlerin algılanan anne baba tutumuna göre internet bağımlılığı ortalamaları, N sayıları ve standart sapmaları **Tablo 7**'de gösterilmiştir.

**Tablo 7:** Ergenlerin internet bağımlılıklarının algılanan anne baba tutumu değişkenine göre betimsel istatistikleri.

	Anne baba tutumu	N	$\bar{X}$	ss
İnternet Bağımlılığı	İlgisiz	54	2,30	0,73
	Otoriter	97	2,23	0,63
	Koruyucu	211	2,15	0,69
	Demokratik	213	1,97	0,69

Bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları **Tablo 8**'de gösterilmiştir.

**Tablo 8:** Ergenlerin internet bağımlılığının algılanan anne baba tutumları değişkenine göre varyans analizi sonuçları.

	Varyansın Kaynağı	Karelerin Toplamı	df	Karelerin Ortalaması	f	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	7,75	3	2,59		
	Grup İçi	268,40	571	0,47	5,49	0,01
	Toplam	276,15	574			

Tablo 8'de ergenlerin algıladıkları anne baba tutumları ile internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda ergenlerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $f:5,49$ ,  $p<0,05$ ). Analiz sonucunda elde edilen bu farkın anne baba tutumunun hangi boyutundan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan "Bonferroni Testi" sonucunda ergenlerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar açısından algılanan anne baba tutumlarından demokratik tutum ile ilgisiz, otoriter ve koruyucu tutumlar arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Algılanan anne baba tutumları ortalamalarına bakıldığında anne baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılıklarının en düşük olduğu görülmektedir. Anne baba tutumlarını ilgisiz olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılığı ise en yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

### 3.2. İnternet bağımlılığı, akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilere yönelik analiz sonuçları

Araştırmanın bir diğer problem cümlesi olan ergenlerin internet bağımlılığı, akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişki var mıdır? sorusuna yanıt bulabilmek için ergenlerin internet bağımlılığı, akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılıkları arasında ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı ile incelenmiştir. Ergenlerin internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyondan elde edilen bulgular **Tablo 9**'da gösterilmiştir.

**Tablo 9:** İnternet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki korelasyonlar.

	İnternet Bağımlılığı	Akademik kendini engelleme	Psikolojik dayanıklılık
İnternet Bağımlılığı	1		
Akademik kendini engelleme	0,278**	1	
Psikolojik dayanıklılık	- 0,271**	- 0,087*	1

\*  $p<0,05$

\*\*  $p<0,01$

Tablo 9'da değişkenler arasındaki ilişkilere baktığımızda, ergenlerin internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=0,28$ ;  $p<0,01$ ). Ergenlerin internet bağımlılığı ile psikolojik dayanıklılıkları arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki



olduğu bulunmuştur ( $r = -0,27$ ;  $p < 0,01$ ). Akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiye bakıldığında ise yine negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r = -0,087$ ;  $p < 0,05$ ).

### 3.3. İnternet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisine ilişkin analiz sonuçları

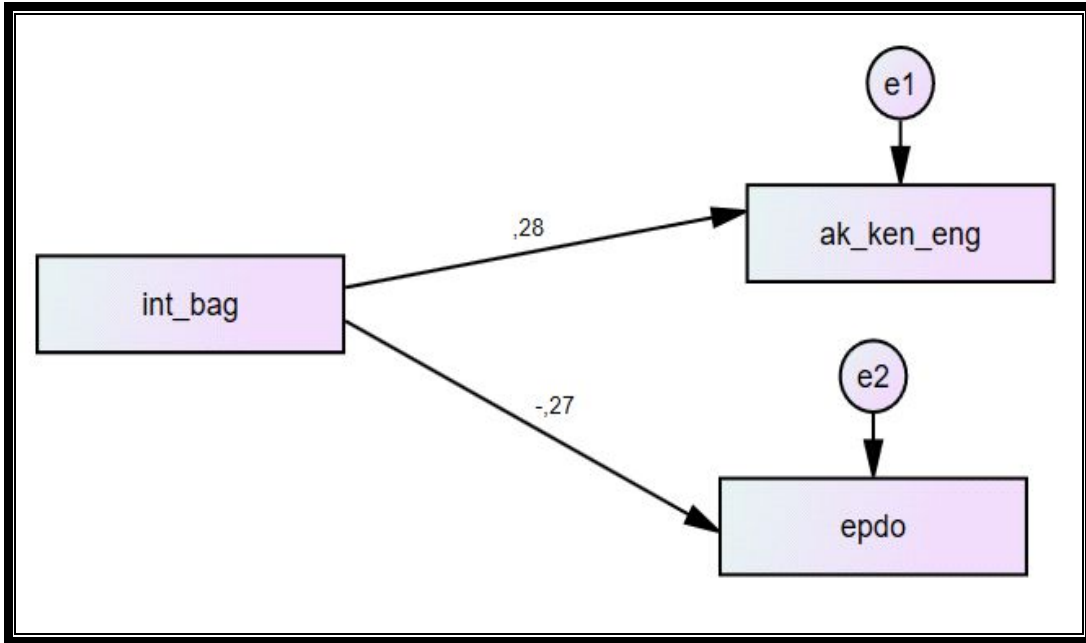
Bu araştırmada ayrıca ergenlerin internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi de incelenmiştir. Bu amaca ilişkin bulgular incelenirken yol analizi tekniği kullanılmıştır. Yol analizi uygulanan modelin son haline yönelik uyum indeks değerleri **Tablo 10**'da sunulmuştur.

**Tablo 10:** Değişkenler arasındaki yol analizi

	Kikare	sd	p	SRMR	GFI	CFI	RMSEA
Model	0.092	1	0,76	0,005	1,00	1,00	0,00

Modele ilişkin iyilik uyum indeksi değerleri incelendiğinde, SRMR ve RMSEA değerleri istenilen kritik değer olan .05 değerinin altında bulunması model ile veri seti arasında iyi uyum olduğunu göstermektedir. Ayrıca GFI ve CFI değerleri istenilen kritik değer olan .90 değerinin üstünde bulunması modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (Bryne, 2010).

Ergenlerde internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisini ortaya koyan model **Şekil 1**'de sunulmuştur.



Kısaltmalar: int\_bag: internet bağımlılığı; ak\_ken\_eng: akademik kendini engelleme; epdo: ergen psikolojik dayanıklılık

**Şekil 1:** Ergenlerin internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisine yönelik model.

Şekil 1'deki modele ilişkin etkiler incelendiğinde, internet bağımlılığı değişkeninin akademik kendini engelleme değişkeni üzerinde ( $\beta = 0,28$ ;  $p < 0,01$ ) anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığının akademik kendini engelleme değişkeninin %8'ini yordadığı görülmektedir. İnternet bağımlılığı değişkeninin psikolojik dayanıklılık değişkeni üzerinde ise ( $\beta = -0,27$ ;  $p < 0,01$ ) yine anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığının psikolojik dayanıklılık değişkeninin %7'sini yordadığı görülmektedir.

## 4. Tartışma ve Sonuç



Araştırma sonucunda elde edilen sonuçlar şu şekilde özetlenebilir;

- Erkeklerin internet bağımlılığı düzeyi, kızların internet bağımlılığı düzeyine göre anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- İnternet bağımlılığı, okul başarısı algısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Okul başarısı algısı olumlu olarak arttıkça internet bağımlılığı ortalaması düşmektedir. En düşük internet bağımlılığına sahip grup okul başarısını çok yüksek olarak algılayan gruptur.
- İnternet bağımlılığı, algılanan anne-baba tutumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Anne baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılığı en düşüktür. Anne baba tutumlarını ilgisiz olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılığı ise en yüksek düzeydedir.
- Ergenlerin internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin internet bağımlılığı ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasında yine negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.
- İnternet bağımlılığı; akademik kendini engelleme değişkeni üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. İnternet bağımlılığı; akademik kendini engelleme değişkeninin %8'ini yordar. İnternet bağımlılığı; psikolojik dayanıklılık değişkeni üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. İnternet bağımlılığı psikolojik dayanıklılık değişkeninin %7'sini yordar.

Bu çalışmada erkek ergenlerin internet bağımlılığının, kız ergenlerin internet bağımlılığından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde birçok çalışmada internet bağımlılığı oranları ve internet bağımlılığı puanları erkeklerde kızlara göre daha yüksek olarak bulunmuştur (Leung ve Lee, 2012; Tsai, vd., 2009; Younes vd., 2016). Türkiye'de yapılan çalışmalarda da Ertekin ve ark. (2016, 74), Günay ve ark. (2018, 86) erkeklerde internet bağımlılığı puanı ve internet bağımlılığı riskini üç kat fazla saptamışlardır. Balta-Çakır ve Horzum'un (2008, 200), Fidancıoğlu ve ark.'nın (2009, 6), Kelleci ve ark.'nın (2009, 226), yaptıkları çalışmalarda da erkeklerde ortalama internet bağımlılığı puanı ve internet bağımlılığı riskini kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Erkek öğrencilerde internet bağımlılığı ve internet bağımlılığı riski oranı daha yüksek oluşunun nedenleri arasında; internet kullanımı oranının erkeklerde daha yüksek (Balta-Çakır ve Horzum, 2008, 200; Dikmen ve Tuncer, 2018, 44) oluşu, ülkemizde özellikle doğu illerimizde kadınların eğitim seviyelerinin düşük olması (Bölükbaş ve Yıldız, 2005, 107; TÜİK, 2018), internetin yayılmaya başladığı ilk yıllarda, kullanıcıların çoğunun erkek olması (Dikmen ve Tuncer, 44, 2018; Günay vd, 2018, 85) ve halen internet kafeye giden bireylerin büyük bir kısmını erkeklerin oluşturması gösterilmektedir.

Bu çalışmada yaş değişkenine göre ergenlerin internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Literatürde internet bağımlılığı ile yaş arasındaki ilişkide farklı bulgular elde edilmiştir. Ni ve ark. (2009, 339) Çin'de 21 yaş üzerindeki öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarını, küçük yaştaki öğrencilerden yüksek tespit edilmiştir. Tel ve Köksalan (2009, 265) Türkiye'de öğretim üyeleri üzerinde yapılan çalışmada internet kullanım oranının 30 yaşın altındaki öğretim üyelerinde daha yüksek bulunmuştur. Buna karşılık, Yen ve arkadaşları (2008, 12) Tayvan'da ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada, yaş ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu çalışmada araştırmaya katılan öğrencilerin yaş aralığının dar olması nedeniyle bu sonuç elde edilmiş olabilir.

Bu çalışmada algılanan okul başarılarına bakıldığında okul başarısı algısı olumlu olarak arttıkça internet bağımlılığı ortalaması da düşmektedir. En düşük internet bağımlılığına sahip grup okul başarısını çok yüksek olarak algılayan grup olduğu görülmektedir. Bu çalışmanın bulgusuna paralel olarak literatürde internet bağımlılığının okul başarısını olumsuz olarak etkilediğini (veya tam tersi olarak okul başarısındaki düşüşün internet bağımlılığına neden olduğunu) gösteren birçok çalışma vardır (Derin, 2013, 56; Eldeleklioğlu ve Vural-Batık, 2013; Esen ve Siyez, 2011, 132; Stavropoulos ve ark., 2013, 570; Yavuz, 2018, 1075). Jiang (2014) internet bağımlısı olan Çinli ergen öğrenciler üzerinde yaptığı bir çalışmada, akademik başarı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiş; araştırma sonucunda, internet kullanım yoğunluğu yüksek olan gençlerde akademik başarının daha çok düştüğü gözlenmiştir. Yapılan bir çalışmada; 2016-2017 yılları arasında İstanbul'da yer alan ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerde internet bağımlılığı ile okul başarısı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmanın sonuç raporunda akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılığı puanları ile haftalık internet kullanım süreleri daha düşük olduğu bildirilmiştir (Yavuz, 2018, 1075).

Bu çalışmada algılanan anne baba tutumları ortalamalarına bakıldığında anne baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılıklarını en düşük olduğu görülmektedir. Anne baba tutumlarını ilgisiz olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılığı ise en yüksek düzeydedir. Elde edilen bu





bulgunun literatürde bazı çalışmalarla uyumlu olduğu görülmektedir (Demirli ve Aslan, 2018; Chou ve ark., 2015).

Bu çalışmada; ergenlerin internet bağımlılığı ile akademik kendini engelleme puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yine ergenlerin internet bağımlılığı ile psikolojik dayanıklılık arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda ayrıca akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık arasında da yine negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular araştırmanın hipotezi ile uyumludur. Literatürde bu kavramların birbiri ile çalışıldığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmada ayrıca ergenlerde internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi de incelenmiştir. İnternet bağımlılığı değişkeninin akademik kendini engelleme değişkeni üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığının akademik kendini engelleme değişkeninin %8'ini yordadığı görülmektedir. İnternet bağımlılığı değişkeninin psikolojik dayanıklılık değişkeni üzerinde ise yine anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığının psikolojik dayanıklılık değişkeninin %7 sini yordadığı görülmüştür. Literatürde internet bağımlılığının akademik kendini engelleme ve psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisini inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamıştır. Psikolojik dayanıklılığı düşük olan bireylerin psikolojik rahatsızlığa yakalanma ihtimalinin yüksek olduğu düşünüldüğünde; internette uzun süre kalma ve internet bağımlılığının metabolik bozuklar (uyku düzensizliği, yorgunluk, bağışıklık sisteminde zayıflama vb.) ile birlikte bazı psikolojik problemler (anksiyete, psikotik, distimik ve duydurum bozuklukları, depresyon ve madde kullanımı gibi) ile birlikteliği tespit edilmiştir (Carli vd., 2013, 11; Dikmen ve Tuncer, 2018, 44; Günay vd., 2018, 85; Yeşilay Derneği, 2017; Young, 2004). Benzer şekilde, 2114 ergenin katılımıyla gerçekleştirilen bir çalışmada da, internet bağımlılığı ile depresif bozukluk ve dikkat eksikliği - hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin ilişkili olduğu tespit edilmiştir. (Yen vd., 2007). Yapılan bir başka çalışmada; artmış internet kullanım süresi ile ilişkili olarak, yalnızlık, kendini toplumdan soyutlama, saldırganlık gibi psikolojik ve fiziksel bozuklukların, depresif semptomların ve genel vücut sağlığına ilişkin problemlerin arttığı gösterilmiştir (Khoshakhlagh ve Faramarzi, 2012, 136). Bu çalışmada elde edilen internet bağımlılığı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki negatif ilişki bulgusu ile literatürde elde edilen sonuçların paralellik gösterdiği söylenebilir. Yapılan çalışmalar internet bağımlılığının akademik anlamda bireyde problem oluşturduğunu göstermektedir. Akademik kendini engellemenin de bireyde akademik olarak yaratacağı sıkıntılar düşünüldüğünde elde edilen bulgunun literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir.

### Öneriler

Araştırmanın bulguları kapsamında araştırmacılar için getirilen öneriler şu şekilde sıralanabilir;

- İnternet bağımlılığı ile okul başarısı, anne-baba tutumu, psikolojik dayanıklılık ve akademik kendini engelleme arasındaki neden sonuç ilişkisini daha iyi açıklayabilmek için bu konuya özgün daha ileri analiz teknikleri ile çalışmalar yapılması faydalı olabilir.
- Çalışma lisede öğrenim gören ergen bireylerle sınırlıdır. İleride yapılacak çalışmalar diğer öğretim kademelerinde de uygulanabilir.
- Araştırma bir ilden elde edilen sonuçlarla sınırlıdır. İleride yapılacak çalışmalar daha geniş bir evren ve örnekleme kapsayabilir.
- Önleyici rehberlik kapsamında internet bağımlılığı oluşmadan önce ergenlere ve ailelere bağımlılık, teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığı konularında eğitimler verilebilir.

### KAYNAKÇA

- Anlı, G., vd. (2018). Akademik Kendini Engelleme Ölçeği'ni Türkçeye Uyarlama Çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8 (15), 1198-1217. DOI: 10.26466/opus.442691.
- Ansoy, O. (2009). Internet Addiction And Its Treatment. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Balta-Çakır, Ö. ve Horzum, M.B. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41, 187-205.
- Batıgün, A.D. ve Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı Ve Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler Ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Bölükbaş, K. ve Yıldız M.C. (2005). İnternet Kullanımında Kadın Erkek Eşitsizliği. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 103-112.
- Bulut, S., Doğan, U. ve Altundağ, Y. (2012). Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *International Counseling and Education Conference (ICEC 2012)*, May, 3-5, 2012, İstanbul, Turkey.
- Carli, V., vd. (2013). The Association Between Pathological Internet Use And Comorbid Psychopathology: A Systematic Review. *Psychopathology*, 46, 1-13.
- Cavendish, S. (2004). *Self-efficacy and Use of Self-Regulated Learning Strategies and Academic Self-Handicapping Among Students with Learning Disabilities*. Unpublished Doctoral Dissertation. Wayne State University.
- Chou, W.J., vd. (2015). Multi-Dimensional Correlates of Internet Addictions Symptoms in Adolescents with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Psychiatry Research*, 225, 122-128.
- Çardak, M. (2013). Psychological Well-Being And Internet Addiction Among University Students. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational*



- Technology, 12(3), 134-141.
- Çiğdem, H. ve Yarar, G. (2015). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları ve İyilik Halleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 5(1), 72-81.
- Demirli, C. ve Arslan, G. (2018). Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 33(1), 49-64.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dikmen, M. ve Tuncer, M. (2018). İnternet Bağımlılığının Aile İlişkilerine Etkisi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 5(1), 34-52.
- Eldeleklioğlu, J. ve Vural-Batık, M. (2013). Akademik Başarı, İnternette Kalınan Süre, Yalnızlık ve Utangaçlığın İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 141-152.
- Ertekin, Y.H., Ertekin, H., Uludağ, A. & Tekin, M. (2016). İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı: Çanakkale Örneği. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 20(2), 72-76. doi: 10.15511/tahd.16.21672.
- Esen, E. ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 127-138.
- Fidancıoğlu, H., vd. (2009). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İnternet Kullanımına Yönelik Görüşleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi*, 2, 3-9.
- Goldstein, A. L., Faulkner, B. ve Weckerle, C. (2013). The Relationship Among Internal Resilience, Smoking, Alcohol Use, And Depression Symptoms in Emerging Adults Transitioning Out Of Child Welfare, *Child Abuse & Neglect*, 37(1), 22-32.
- Günay, O., vd. (2018). Erciyes Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31, 79-88.
- Hollister-Wagner, G. H., Foshee, V. A. ve Jackson, C. (2001). Adolescent Aggression: Models of Resiliency, *Journal of Applied Social Psychology*, 31(3), 445-466.
- Howell, K. H. (2011). Resilience and Psychopathology in Children Exposed To Family Violence, *Aggression and Violent Behavior*, 16, 562-569.
- Kelleci M., vd. (2009). Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Süresinin Cinsiyet ve Psikiyatrik Belirtiler İle İlişkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8, 223-230.
- Khoshakhlagh, H. ve Faramarzi, S. (2012) The Relationship of Emotional Intelligence and Mental Disorders with Internet Addiction in Internet Users University Students. *Addict Health*, 4, 133-141.
- Koç, M. (2011). İnternet Addiction And Psychopatlogy. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(1), 1453-1480.
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y., & Aysan, F. (2016). Turkish Adaptation of Young's Internet Addiction Test Short Form: A Reliability and Validity Study on University Students and Adolescents. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 17(1), 69-76.
- Leondari, A. ve Gonida, E. (2007). Predicting Academic Self-Handicapping in Different Age Groups: The Role of Personal Achievement Goals and Social Goals. *British Journal of Educational Psychology*, 77, 595-611.
- Leung, L., & Lee, P. S. N. (2012). The Influences of Information Literacy, Internet Addiction and Parenting Styles on Internet Risks. *New Media & Society*, 14(1), 117-136.
- Ni, X., vd. (2009). Factors Influencing Internet Addiction in A Sample of Freshmen University Students in China. *Cyberpsychol Behav*; 12(3), 327-330.
- Pawlikowski M, Altstötter-Gleich C, Brand M. (2013). Validation and Psychometric Properties of a Short Version of Young's Internet Addiction Test. *Comput Human Behav*, 29, 1212-1223.
- Soysal MN. (2016). *Facebook Bağımlılığı ve Psikolojik Dayanıklılık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Stavropoulos, V., Alexandraki, K., & Motti-Stefanidi, F. (2013). Recognizing internet addiction: Prevalence and Relationship To Academic Achievement in Adolescents Enrolled in Urban and Rural Greek High Schools. *Journal Of Adolescence*, 36 (3), 565-576.
- Şahin, C., Atasoy, M. ve Altun, M. (2016). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Yaşam Bağlılığı ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(1), 111-121.
- Şahin, S., İbili, E. ve Uluyol, Ç. (2017). Öğretmen Adaylarında Problem Çözme Eğilimi ve İnternet Bağımlılığı İlişkinin İncelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 1-21.
- Tel M., Köksalan B. (2009). Günümüzde Yeni Bir Boş Zaman Aktivitesi Olarak İnternet: Öğretim Üyeleri Örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 262-272.
- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., ve Yang, Y. C. (2009). The Risk Factors of Internet Addiction - A Survey of University Freshmen. *Psychiatry Research*, 167(3), 294-299.
- Tugade, M.M., Fredrickson, B.L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Turgut, Ö., Eraslan Çapan, B. (2017). Ergen Psikolojik Sağlık Düzeyinin Yordayıcıları: Algılanan Sosyal Destek ve Okul Bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0 (44), 162-183. DOI: 10.21764/maueufd.309934
- Urdan, T. ve Midgley, C. (2001). Academic Self-Handicapping: What We Know, What More There is To Learn? *Educational Psychology Review*, 13(2), 115-138.
- Urdan, T. ve Midgley, C. (2001). Academic Self-Handicapping: What We Know, What More There is To Learn? *Educational Psychology Review*, 13(2), 115-138.
- Üzbe, N. (2013). *Başarı Hedef Yönelimi, Benlik Saygısı ve Akademik Başarının Kendini Engellemeyi Yordamadaki Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara. 57-59.
- Yavuz, O. (2018). Ergenlik Döneminde İnternet Bağımlılığının Okul Başarısı Üzerinde Etkileri. *OPUS –Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(15), 1056-1080. DOI: 10.26466/opus.426914
- Yen JY, vd. (2008). Psychiatric Symptoms in Adolescents with Internet Addiction: Comparison With Substance Use. *Psychiatry Clin Neurosci*; 62, 9-16.
- Yen JY., vd. (2007). The Comorbid Psychiatric Symptoms of Internet Addiction: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD), Depression, Social Phobia, and Hostility. *J Adolesc Health*, 41, 93-98.
- Yeşilay Derneği, (2017). Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı. <https://www.yesilay.org.tr> (10 Aralık 2017 tarihinde erişilmiştir.)
- Younes F, vd. (2016). Internet Addiction and Relationships with Insomnia, Anxiety, Depression, Stress and Self-Esteem in University Students: A Cross-Sectional Designed Study. *PLoS ONE* 11: e0161126.
- Young, K.S., (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon And Its Consequences. *Am Behav Sci* 48: 402-415.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise Öğrencilerinin Problemleri İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.