

# SAĞLIKLI AİLE YAPISI AÇISINDAN BİR RİSK FAKTÖRÜ: İNTERNET BAĞIMLILIĞI

## A Risk Factor In Terms Of Healthy Family Structure: Internet Addiction

Prof.Dr. Selahattin AVŞAROĞLU

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Konya/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0953-2922>

Lisansüstü Öğrencisi. Ömer Faruk AKBULUT

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Entitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Konya/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5152-8102>

### ÖZET

Bu araştırmada, sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabilecek internet bağımlılığı problemi alanyazın ışığında incelenmiştir. Bu bağlamda literatür incelemesi, sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesinde etkili olabilen ve internet bağımlılığı ile ilişkisi olan akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile içi ilişkiler boyutları kapsamında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2015-2020 yılları arasında internet bağımlılığı ile ilgili DergiPark ve Web of Science veri tabanlarında yer alan 153 makale oluşturmaktadır. Araştırmada verilerin analizi sürecinde doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda alanyazında, internet bağımlılığının sağlıklı aile yapısını oluşturan akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile içi ilişkiler boyutları ile ilişkili olan çok sayıda araştırmanın olduğu görülmüştür. Bu araştırmalar genel olarak incelendiğinde internet bağımlılığının bireylerin akademik ve mesleki yaşamlarını, psikolojik sağlıklarını, yaşam becerilerini ve aile içi ilişkilerini olumsuz olarak etkileyen bir durum olduğu görülmüştür. Bu kapsamda, internet bağımlılığının sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabileceği söylenebilir. Araştırmanın sonuçları, alanyazın ışığında tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Sağlıklı aile yapısı, internet bağımlılığı, aile.

### ABSTRACT

In this study, internet addiction problem, which can be considered as a risk factor for healthy family structure, has been examined in the light of the literature. In this context, the literature review was carried out within the scope of academic and professional life, psychological status, life skills and family relations, which may be effective in making the healthy family structure dysfunctional and which are related to internet addiction. The study group of the research consists of 153 articles on Internet addiction between DergiPark and Web of Science databases between 2015-2020. Document analysis method was used in the analysis of the data in the research. As a result of the research, it has been seen in the literature that there are many studies related to academic and professional life, psychological status, life skills and intra-family relations that make up the healthy family structure of internet addiction. When these studies are examined in general, it is seen that internet addiction is a situation that negatively affects the academic and professional lives, psychological health, life skills and family relationships of individuals. In this context, it can be said that internet addiction can be considered as a risk factor for healthy family structure. The results of the research were discussed in the light of the literature and suggestions were made.

**Key Words:** Healthy family structure, internet addiction, family.

## 1. GİRİŞ

Toplumun temel taşı olarak aile, bireylerin gelişiminde ve temel ihtiyaçlarının karşılanmasında vazgeçilmez öneme sahip olan bir kurumdur. Aile; bireylerin yaşamlarından doyum sağlayabilmesi, yaşadığı topluma uygun bir birey olarak yetişebilmesi ve fonksiyonlarını etkili bir şekilde yerine getirebilmesinde önemli bir çevre olarak karşımıza çıkmaktadır (Nazlı, 2018; Özgüven, 2014). Aile kurumunun bu görevleri başarılı bir şekilde yerine getirebilmesinde sağlıklı aile yapısı önemli olabilmektedir. Bu kapsamda sağlıklı aile yapısı; aile içi ilişkilerin doyum sağlayıcı bir şekilde gerçekleştirilebildiği ve ailenin fonksiyonlarını çok iyi bir şekilde yerine getirebildiği bir yapı olarak ele alınabilmektedir (Alacahan, 2010). Sağlıklı aile yapısı, aile üyelerinin birbirleriyle duygularını paylaşabildiği, ilgi ve sevginin yaşanabildiği, işbirliğinin olduğu, çatışmaların etkili bir şekilde çözülebildiği, aile üyeleri ile ortak yaşantıların paylaşılabilirdiği, sorumlulukların alındığı ve mizah duygusunun yaşanabildiği bir aile ortamı olarak betimlenebilmektedir (Çetinkaya, 2018; Nazlı, 2018; Özgüven, 2014). Sağlıklı aile yapısının sahip olduğu bu özellikler, aile üyelerinin sağlıklı gelişimleri

açısından önemli olabilmektedir. Ancak bazı durumlar aile yapısının işlevsiz hale gelmesine ve sağlıksız olmasına neden olabilmektedir (Nazlı, 2018). Bu durumlar; aile üyelerinin psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıkları, ekonomik problemler, akademik ve mesleki yaşamdaki problemler, temel yaşam becerilerinin eksikliği ve bağımlılık olarak sıralanabilir. Bu bağlamda bu çalışmada, sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabilecek ve son yıllarda tüm yaş gruplarından bireylerin sıklıkla karşı karşıya kaldığı bir sorun olan internet bağımlılığı problemi ele alınacaktır.

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte internet, günlük yaşamımızın önemli bir parçası haline gelmiştir. Günümüzde internet üzerinden birçok farklı hizmetin hızlı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi, verilen hizmetlerin ücretsiz olması, iletişimi ve bilgiye erişimi kolaylaştırması, eğitim faaliyetlerini desteklemesi ve kullanım açısından bütün yaş gruplarına hitap edebilmesi internetin geniş bir kullanım ağına sahip olmasına olanak sağlamıştır (Derin ve Bilge, 2016; Esen ve Siyez, 2011; Ögel, 2012; Öner ve Çakır, 2019). Ancak internetin aşırı ve kontrolsüz kullanımı sonucunda bireylerin yaşamlarını fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutlarda etkileyebilecek bir durum olan internet bağımlılığı sorununun oluşmasına neden olabilmektedir (Asıcı, 2019; Ayhan ve Balcı, 2009; Baltacı, 2019a; Beard, 2005; Dirim, 2019; Ögel, 2012). İnternet bağımlılığı sonucunda bireylerin eğitim, iş, aile ve sosyal yaşamları bu durumdan olumsuz olarak etkilenmektedir (Balcı ve Gülnar, 2009; Beard, 2005; Block, 2008; Young, 2009). İnternet bağımlılığı, toplumun yapıtaşısı olarak ele alınan ve bireylerin gelişiminde önemli bir konuma sahip olan aile üzerinde doğrudan veya dolaylı olarak birçok etkiye sahip olabilmektedir. Günümüzde internetin aşırı ve kontrolsüz kullanımıyla birlikte aile üyelerinin birbirleriyle olan iletişimlerinin azaldığı, aile ortamından doyum alınamadığı, ebeveynlerin çocukları üzerindeki sorumlulukları yerine getirmekte güçlük çektiği, çocukların okula karşı olumsuz tutum oluşturabildiği ve psikolojik problemlerin yaşandığı ile ilgili araştırmalar sıklıkla karşımıza çıkmaktadır (Akın ve Iskender, 2011; Baltacı, 2017; Batıgün ve Hasta, 2010; Caplan vd., 2009; Derin ve Bilge, 2016; Gürçan ve Hamarta, 2013; Mesch, 2006; Öztürk ve Özmen-Kaymak, 2011; Üneri ve Tanıdır, 2011). İnternet bağımlılığının aile ilişkileri üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilmesinin yanı sıra bazı durumlarda sağlıksız aile yapısının internet bağımlılığı durumunu meydana getirebileceği ve bu durumun aile yapısının daha da işlevsiz hale gelmesine neden olabileceği söylenebilir. Bu kapsamda aile üyelerinin birbirlerine destek olmaması, problemlerin etkili bir şekilde çözülmemesi, sevgi, ilgi ve dayanışma gibi temel değerlerin yer almaması ve ortak yaşantıların olmaması aile üyelerinin internete yönelebilmemesine ve interneti sağlıksız bir şekilde kullanabilmesine yol açabileceği söylenebilir (Caplan vd., 2009; Chou vd., 2015; Esen ve Siyez, 2011; Esen ve Gündoğdu, 2010; Jeong ve Kim, 2011; Kandell, 1998; Ko vd., 2008; Liu ve Kuo, 2008; Yen vd., 2007). Özetle, bireylerin yaşamlarında önemli bir sorun olarak ele alınan internet bağımlılığı problemi sağlıklı aile yapısının bozulmasına yol açmakla birlikte bazı durumlarda sağlıksız aile yapısının bir sonucu olarak oluşabilmektedir. Ancak internet bağımlılığı aile ilişkileri açısından ister bir neden isterse bir sonuç olsun, bu iki durumun ortak olarak aile yapısının olumsuz olarak etkilenmesine neden olmasına yol açtığı söylenebilir.

Bu çalışmada, sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabilecek internet bağımlılığı problemi alanyazın ışığında incelenecektir. Bu bağlamda literatür incelemesi, sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesinde etkili olabilen ve internet bağımlılığı ile ilişkisi olan akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile içi ilişkiler boyutları kapsamında gerçekleştirilecektir.

### 1.1. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı en basit tanımıyla, bireyin interneti günlük yaşamını olumsuz etkileyebilecek şekilde kullanması olarak ifade edilebilmektedir. Daha geniş bir tanımlamayla internet bağımlılığı; bireyin internet kullanma isteğinin önüne geçmekte zorlanması, internete bağlı olmadığı zamanların önemli olmaması, internete erişemediğinde sinirlilik ve saldırganlık gibi yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ve tüm bu durumların bireyin okul, iş, aile ve sosyal hayatı üzerinde olumsuz etkiler yaratması sonucu ortaya çıkan psikolojik bir durum olarak tanımlanabilmektedir (Asıcı, 2019; Block, 2008; Young, 2009).

Bireylerin interneti bağımlılık yapacak düzeyde kullandığını belirlemek için araştırmacılar tarafından farklı tanı kriterleri belirlenmiştir (Asıcı, 2019). Bu araştırmacıardan birisi olan Block internet bağımlılığının dört temel ögesini; aşırı kullanım, geri çekilme, tolerans ve olumsuz etkiler olarak ifade etmiştir. Block'a göre bu dört ögenin birlikte bulunması internet bağımlılığı için bir ipucu oluşturabilmektedir. Bu ögeler şu şekilde açıklanabilir (Block, 2008):

- ✓ **Aşırı Kullanım:** Bireyin internette geçirdiği vakti kontrol edememesi ve planladığından fazla internette kalması durumudur.
- ✓ **Geri Çekilme:** Bireyin internete ulaşamadığında öfke, sinirlilik veya depresyon duyguları gibi yoksunluk belirtileri yaşaması durumudur.
- ✓ **Tolerans:** Bireyin internette geçirdiği vaktin giderek artması ve daha iyi bir bilgisayara, telefona ihtiyaç duymaya başlaması durumudur.
- ✓ **Olumsuz Etkiler:** Bireyin internet kullanımını sonucunda ortaya çıkan akademik başarıda düşüş, iş hayatında problemler, aile içi ilişkilerin zayıflaması, yalnızlık, depresyon, bel, boyun ve göz ağrıları gibi olumsuz fiziksel, psikolojik ve sosyal etkiler yaşaması durumudur.

İnternet bağımlılığı konusu üzerinde çalışmalar yapan başka bir araştırmacı olan Young ise internet bağımlılığı için sekiz ölçüt önermiştir. Young, bireyde aşağıda belirtilen sekiz ölçütten en az beş veya daha fazlasının son altı ay içerisinde görülmesi durumunda bireyin interneti bağımlılık düzeyinde kullandığını söylemenin olası olabileceğini ifade etmiştir (Young, 2009). Bu sekiz ölçüt şu şekilde sıralanabilir:

- ✓ Bireyin sürekli olarak interneti düşünmesi, internette yaptığı aktivitelerin hayalini kurması gibi internetle ilgili aşırı zihinsel uğraş.
- ✓ Bireyin keyif alabilmek için internette geçirdiği vakti giderek arttırmaya ihtiyaç duyması.
- ✓ Bireyin internet kullanımını kontrol etme, azaltma veya tamamen bırakmaya yönelik çaba göstermesi ancak bu çabaların tekrarlı bir şekilde başarısız sonuçlanması.
- ✓ Bireyin internete erişemediğinde veya internet kullanımını azaltması sonucunda çökkünlük, huzursuzluk ve kızgınlık gibi tepkilerin ortaya çıkması.
- ✓ Bireyin internette başlangıçta planladığından daha uzun süre kalması.
- ✓ Bireyin interneti aşırı kullanması sonucunda aile, iş, okul ve arkadaş çevresiyle problemler yaşaması, eğitimiyle, işiyle ilgili fırsatları tehlikeye atması veya kaybetmesi.
- ✓ Bireyin internette geçirdiği süre ile ilgili çevresindekilere yalan söylemesi.
- ✓ Bireyin günlük yaşamındaki problemlerinden kaçmak veya olumsuz duygulardan uzaklaşmak için internete yönelmesi.

Bu araştırmacılar farklı olarak internet bağımlılığının tanı kriterlerini belirleyen araştırmacılar mevcuttur (Griffiths, 1999; Shapira vd., 2003; Tao vd., 2010). İnternet bağımlılığı riskini belirlemek için ortaya koyulan bu ölçütler genel olarak incelendiğinde temel olarak beş başlığa odaklanıldığı söylenebilir. Bu başlıklar; internette geçirilen aşırı zaman, internete erişilmediğinde ortaya çıkan yoksunluk semptomları, bireyin aşırı internet kullanımı sonucu okul, aile, iş ve sosyal çevresinde problemler yaşaması, bireyin internette geçirdiği vaktin giderek artması ve bireyin interneti günlük yaşamındaki sorunlardan bir kaçış olarak görmesi olarak ifade edilebilir.

İnternet bağımlılığı bireyleri fiziksel, psikolojik ve sosyal olarak olumsuz etkileyen psikolojik bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. İnternet bağımlılığının bireyler üzerindeki bu etkileri; göz, sırt, boyun ve baş ağrıları, aşırı kilo kaybı veya kilo alımı, uyku eksikliği veya uyku bozukluğu, konsantrasyon sorunları, sağlıksız beslenme, kaygı, stres, depresyon, yalnızlık, sosyal faaliyetlerin yoksunluğu, akademik problemler, okul devamsızlığı, ekonomik problemler, akran ilişkilerinde zayıflamalar ve aile içi problemler olarak sıralanabilir (Asıcı, 2019; Baltacı, 2019b; Dirim, 2019).

## 1.2. Sağlıklı Aile Yapısı

Toplumun en küçük birimi olarak tanımlanan aile kurumu, bireylerin yaşamlarında önemli bir konumda yer almaktadır. Bireyler doğumlarıyla birlikte fiziksel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını aile kurumu içerisinde karşılamaktadırlar (Özgülven, 2014). Bu bağlamda aile kurumu, bireylerin kişiliklerinin şekillendiği ve yetişkinlik yaşamının temellerinin atıldığı bir kurum olarak ele alınabilmektedir (Özabacı ve Erkan, 2017). Aile üyelerinin yaşamları açısından bu önemli ihtiyaçlarını başarılı bir şekilde karşılayabilmeleri için ailenin sağlıklı bir yapıya sahip olması önemli olabilmektedir (Nazlı, 2018).

Sağlıklı aile yapısı, aile içerisinde fonksiyonların çok iyi ve başarılı bir şekilde yerine getirilebildiği aile kurumlardır. Bu aile yapısının hâkim olduğu bir ailede, aile üyelerinin ihtiyaçları sağlıklı bir şekilde



karşılatabilmekte ve gelişimleri başarılı bir şekilde devam edebilmektedir (Çetinkaya, 2004). Aile yapısının sağlıklı veya sağlıklı olarak nitelendirilmesinde sosyo-ekonomik özellikler, toplumda aileye sunulan hizmetler, aile içi ilişkilerin kalitesi ve aile dinamiği gibi çeşitli faktörler etkili olabilmektedir (Nazlı, 2018; Özgüven, 2014). Bu bağlamda araştırmacılar, sağlıklı aile yapılarında genel olarak hâkim olan boyutları tanımlamışlardır. Nystul (1993), sağlıklı aile yapılarının sahip olduğu özellikleri şu şekilde sıralamıştır:

- ✓ **Duyguları Paylaşma:** Aile üyelerinin birbirleriyle olumlu veya olumsuz duygularını içten, özgür ve açık bir biçimde paylaşabilmesidir.
- ✓ **Duyguları Anlama:** Aile üyeleri birbirlerinin sahip olduğu duyguları empatik bir anlayış içerisinde anlayabilmesi ve bu durumu onlara etkin bir şekilde aktarabilmesidir.
- ✓ **Bireysel Farklılıkların Kabul Edilmesi:** Aile üyelerinin bireysel farklılıklarının saygı ile karşılanması ve bireysel özelliklerini geliştirebilmeleri için cesaretlendirilmelidir.
- ✓ **Sevgi ve İlgili Duygularının Aktarılması:** Aile üyelerinin birbirleriyle sevgi ve ilgi duygularını paylaşmaları ve birbirlerini değerli hissetme durumlarıdır.
- ✓ **İşbirliği:** Aile üyelerinin aile yapısının fonksiyonelliği için ortak bir çaba gerçekleştirmesidir.
- ✓ **Mizah Duygusu:** Aile üyelerinin ailedeki olay ve yaşantılarla ilgili olarak şakalaşma yeteneğine sahip olabilmesidir.
- ✓ **Temel Gereksinimleri Karşılama:** Aile üyelerinin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri için yiyecek, giyecek ve barınma gibi temel ihtiyaçlarını karşılayabilmesidir.
- ✓ **Problem Çözme:** Aile üyelerinin karşılaştığı güçlükleri demokratik ve yapıcı bir şekilde çözebilmesidir.
- ✓ **Değerler Sistemi:** Aile yapısını devam ettiren temel bir felsefi değer olmasıdır.
- ✓ **Anlaşma:** Aile üyelerinin birbirlerinin sağlığı ve güvenliği için işbirliği yapmaları ve sorumluluk almalarıdır.
- ✓ **Takdir:** Aile üyelerinin birbirlerini takdir edebilmesi ve cesaretlendirebilmesidir.
- ✓ **Etkili İletişim:** Aile üyeleri arasında sağlıklı ve etkili bir iletişim yapısının bulunmasıdır.
- ✓ **Ortak Yaşantılar:** Aile üyelerinin birbirleriyle olumlu ilişkileri geliştirebilmek ve aile dinamiğini güçlendirmek için, ortak yaşantılar geçirmeleridir.
- ✓ **Maneviyat:** Aile üyelerinin kendi maneviyatlarından güç alabilmesidir.
- ✓ **Baş Çıkma Becerileri:** Aile üyelerinin aile sorunlarını çözmeye ilişkin gerekli olan problem çözme ve sorunlarla başa çıkma becerilerini kazanmış olmalarıdır.

Aile üyelerinin fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlıkları açısından önem taşıyan sağlıklı aile yapısı; psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıklar, ekonomik problemler, akademik ve mesleki yaşamdaki problemler, temel yaşam becerilerinin eksikliği ve bağımlılık gibi durumlar sonucu olumsuz olarak etkilenebilmektedir. Bu bağlamda bu araştırmada, sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesinde etkili olabilen internet bağımlılığı durumu alanyazın ışığında ele alınacaktır.

### 1.3. Araştırmanın Önemi

İnternet bağımlılığı günümüzde teknolojinin gelişmesiyle birlikte sıklıkla yaşanan bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. İnternet bağımlılığı bireylerin yaşamlarını birçok alanda etkileyebilmekle birlikte aile yapısı açısından da büyük risk oluşturabilmektedir. Bu bağlamda araştırmada, internet bağımlılığının sağlıklı aile yapısı üzerinde olumsuz etkiler yarattığı boyutlar ortaya koyulmuştur. Alanyazın taraması kapsamında ele alan çalışmaların son 5 yılı kapsamı, bu alanda araştırma yapacak araştırmacılara ışık tutabilecektir. Ayrıca bu araştırmaların genel olarak özetlenmesi, sağlıklı aile yapısının oluşmasına yönelik yürütülecek önleyici psikolojik danışma ve rehberlik programlarına yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.



#### 1.4. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, internet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalar incelenerek sağlıklı aile yapısına etki edebilecek değişkenlerin ortaya koyulması amaçlanmıştır. Araştırmanın bu genel amacı doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır:

- ✓ İnternet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalarda sağlıklı aile yapısına etki edebilecek olan akademik ve mesleki yaşam boyutunda hangi değişkenler tespit edilmiştir?
- ✓ İnternet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalarda sağlıklı aile yapısına etki edebilecek psikolojik durum boyutunda hangi değişkenler tespit edilmiştir?
- ✓ İnternet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalarda sağlıklı aile yapısına etki edebilecek yaşam becerileri boyutunda hangi değişkenler tespit edilmiştir?
- ✓ İnternet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalarda sağlıklı aile yapısına etki edebilecek aile ilişkileri boyutunda hangi değişkenler tespit edilmiştir?

### 2. YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesinde etkili olabilen ve internet bağımlılığı ile ilişkisi olan akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile içi ilişkiler boyutları kapsamında incelenen araştırmaların sistematik bir gözden geçirilmesini amaçlamaktadır. Bu kapsamda verilerin analizi sürecinde doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Doküman analizi yöntemi; araştırılmak istenen durumlar veya olgular hakkındaki yazılı materyallerin incelenmesine dayanan bir yöntemdir (Büyüköztürk vd., 2018). Bu kapsamda araştırmada, internet bağımlılığı ile ilişkili makaleler incelendiği için doküman analizi yöntemi kullanılmıştır.

#### 2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2015-2020 yılları arasında internet bağımlılığı ile ilgili DergiPark ve Web of Science veri tabanlarında yer alan 153 makale oluşturmaktadır.

#### 2.3. İşlem

Araştırmanın çalışma grubu belirlenirken PRISMA rehberi (Moher et al., 2009) kullanılarak yapılandırılmış bir literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Literatür taraması Mayıs 2020 – Haziran 2020 tarihleri arasında DergiPark ve Web of Science veri tabanlarında 2015-2020 yılları arasında yayımlanan makaleleri içerecek şekilde Türkçe ve İngilizce olarak yapılmıştır. İnternet bağımlılığı üzerine yapılan araştırmaları belirleyebilmek için literatür taramasında “internet bağımlılığı”, “problemlerli internet kullanımı” ve “internet addiction” anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Literatür taraması sonucunda ulaşılan araştırmaların çalışma grubuna alınmasında çeşitli dâhil edilme kriterleri göz önünde bulundurulmuştur.

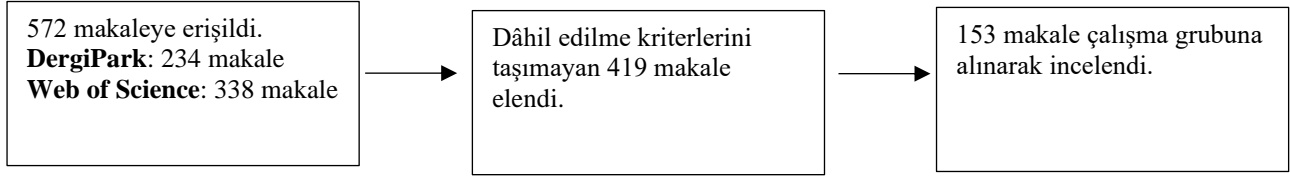
Araştırma kapsamına alınacak makalelerin seçiminde kullanılan dâhil edilme kriterleri Tablo 1’de yer almaktadır.

**Tablo 1. Makalelerin dâhil edilme kriterleri**

Dâhil Edilme Kriterleri
1) Araştırma makaleleri araştırma kapsamına alınmıştır.
2) 2015 ve 2020 yılları arasında yayımlanmış çalışmalar araştırma kapsamına alınmıştır.
3) İnternet bağımlılığının akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile ilişkileri faktörleri ile ilişkisini inceleyen çalışmalar araştırma kapsamına alınmıştır.
4) İnternet bağımlılığı üzerine yapmış nicel çalışmalar araştırma kapsamına alınmıştır.

Yapılan literatür taraması sonucunda DergiPark veri tabanında 234 makaleye ve Web of Science veri tabanında 338 makaleye ulaşılmıştır. Daha sonra ulaşılan makalelerin arasından dâhil edilme kriterleri göz önünde bulundurularak 153 makale araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada, makalelerin sistematik bir şekilde taranmasına ilişkin akış şeması Şekil 1’de gösterilmiştir.





Şekil 1. Araştırma kapsamında incelenecek makalelerin taranmasına ilişkin akış şeması

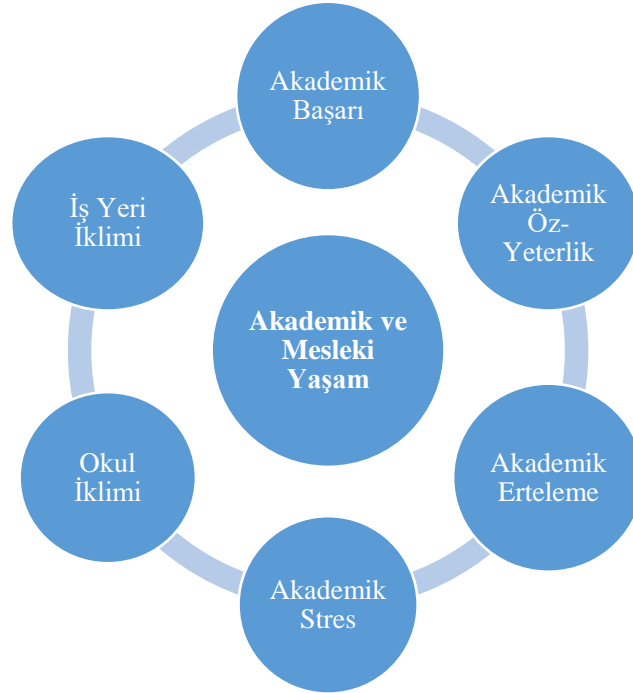
Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan 153 makale, araştırmanın genel ve alt amaçları doğrultusunda analiz edilmiştir. Bu bağlamda her bir makale internet bağımlılığı ile ilişkili olarak akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile ilişkileri değişkenleri ile olan ilişkisi ayrıntılı olarak incelenmiştir.

### 3. BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamındaki 157 makale, araştırmanın genel ve alt amaçları çerçevesinde incelenmiştir.

#### 3.1. Akademik ve Mesleki Yaşam

Literatür taraması sonucunda internet bağımlılığının bireylerin akademik ve mesleki yaşamlarıyla olan ilişkisini inceleyen araştırmalar mevcuttur. Bu değişkenler; akademik başarı, akademik öz-yeterlik, akademik erteleme, akademik stres, okul iklimi ve iş yeri iklimi olarak sıralanabilir.



Şekil 2. İnternet bağımlılığı ile ilişkili akademik ve mesleki yaşam değişkenleri

İnternet bağımlılığı sonucunda bireylerin eğitim ve iş yaşamları olumsuz olarak etkilenebilmekte hatta okul terki ve iş kaybı gibi durumlar yaşanabilmektedir (Ceyhan vd., 2007; Taş ve Bilgin, 2018; Young, 2011). Bireylerin internet bağımlılığı sonucunda akademik ve mesleki yaşamlarında yaşadıkları bu problemler beraberinde sağlıklı aile yapısının bozulmasına neden olabilmektedir.

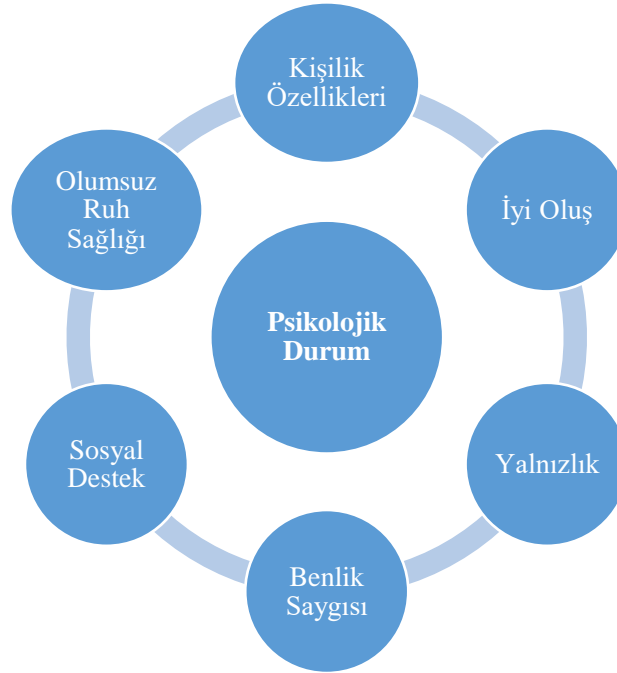
Anlayışlı ve Bulut Serin (2019) tarafından 200 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, akademik başarısı kötü olan öğrencilerle akademik başarısı iyi olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin anlamlı olarak akademik başarısı iyi olanlar lehine farklılaştığı görülmüştür. Chi, Hong ve Chen (2020) tarafından 2059 öğrenci üzerinde yapılan başka bir araştırmada, akademik başarısı düşük olan öğrencilerin internet bağımlılığına daha yatkın oldukları görülmüştür. Bu çalışmalara ek olarak literatürde akademik başarı ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu araştırmalar (Buzkıran, 2017; Malak vd., 2017; Xin vd., 2018; Yavuz, 2018a; Zhang vd., 2018) ve istatistiksel açıdan bir ilişkinin

olmadığı araştırma (Cárdenas vd., 2019) mevcuttur. Literatürde, akademik başarının yanı sıra internet bağımlılığı ile akademik erteleme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar da mevcuttur. Bu araştırmaların sonuçları genel olarak özetlendiğinde; internet bağımlılığı ile akademik erteleme davranışları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Can ve Zeren, 2019; Geng vd., 2018; Yurdakoş ve Biçer, 2019). Li ve arkadaşları (2019) tarafından 15415 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile okul fonksiyonları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Peng ve arkadaşları (2019) tarafından 2578 ergen üzerinde yapılan bir araştırmada ise okula olumsuz bağlılık ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Jun ve Choi (2015) tarafından 512 ergen üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile akademik stres arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışmalara ek olarak alanyazında, internet bağımlılığı ile olumsuz okul iklimi arasında ilişkinin bulunduğu araştırmalar mevcuttur (Li, Zhou, vd., 2016). Alanyazında, internet bağımlılığı ile iş yaşamı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar çok sınırlıdır. Shrivastava ve arkadaşları (2018) tarafından 250 çalışan üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile iş hayatında problemler ve erteleme davranışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sonuç olarak, literatürde internet bağımlılığı ile akademik ve mesleki yaşam arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar genel olarak bireylerin akademik yaşamlarına odaklandığı görülmüştür. Araştırmanın bu boyutunda incelenen araştırmalar genel olarak özetlendiğinde; internet bağımlılığı durumunun bireylerin akademik ve mesleki yaşamları açısından bir risk faktörü olarak ele alınabileceği söylenebilir.

### 3.2. Psikolojik Durum

Literatür taraması sonucunda internet bağımlılığının bireylerin psikolojik durumlarıyla olan ilişkisini inceleyen araştırmalar mevcuttur. Bu değişkenler; kişilik özellikleri, iyi oluş, yalnızlık, benlik saygısı, sosyal destek ve olumsuz ruh sağlığı olarak sıralanabilir.



Şekil 3. İnternet bağımlılığı ile ilişkili psikolojik durum değişkenleri

İnternet bağımlılığı bireylerin stres, kaygı, depresyon, yaşam doyumu ve iyi oluş gibi psikolojik durumlarını etkileyebilmektedir (Akın ve Iskender, 2011; Derin ve Bilge, 2016). Bu kapsamda bireylerin psikolojik durumları sağlıklı aile yapısının oluşmasında önemli bir faktör olabilmektedir (Nazlı, 2018; Özgüven, 2014).

Alanyazında, internet bağımlılığının farklı kişilik özellikleri ile ilişkisini inceleyen araştırmalar mevcuttur. Özözen Danacı, Kavaklı ve Tıkız (2018) tarafından 225 öğretmen adayı üzerinde yapılan bir araştırma ile Yıldırım ve Tastan (2020) tarafından 453 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan başka bir araştırmada, internet bağımlılığı ile narsisizm kişilik özelliği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Özgen ve Bavlı (2017) tarafından 527 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada ise internet bağımlılığı

ile psikotizm ve nörotizm kişilik alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Şavlı ve Tekin (2019) tarafından 894 ilköğretim ikinci kademesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapılan başka bir araştırmada, öğrencilerin suçluluk ve utanç duyguları ile internet bağımlılıkları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Przepiorka ve arkadaşları (2019) tarafından 718 ergen ve yetişkin üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile uyumluluk, dürüstlük, duygusal dengelilik ve akıllılık kişilik alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çınar ve Mutlu (2019) tarafından 400 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile dikkat eksikliği ve nevroitik kişilik özellikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazında, bu araştırmalara ek olarak farklı kişilik özellikleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar mevcuttur (Błachnio vd., 2017; Capetillo-Ventura ve Juárez-Treviño, 2015; Evren vd., 2018; Hadlington ve Scase, 2018; Munno vd., 2017; Öztürk vd., 2015; Zhou, Li, Jia, vd., 2017; Zhou, Li, Li, vd., 2017). İnternet bağımlılığının kişilik özellikleriyle olan ilişkisini inceleyen araştırmalar genel olarak özetlendiğinde; internet bağımlılığının kişiliğin daha çok sağlıksız boyutları ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.

Alanyazında, internet bağımlılığının bireylerin iyi oluş durumları ile arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar mevcuttur. Bu araştırmalar genel olarak internet bağımlılığı ile öznel ve psikolojik iyi oluş, mutluluk ve yaşam doyumu gibi iyi oluşun göstergeleri ile olan ilişkisini incelemektedir. Totan ve arkadaşları (2019) tarafından 374 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile mutluluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Derin ve Bilge (2016) tarafından 794 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, internet bağımlılığı ile olumlu duygular ve önemli kişiler ile ilişki doyumu arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Dağlı Çetinkaya ve Gündüz (2017) tarafından 488 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmanın yanı sıra, literatürde internet bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu araştırmalar mevcuttur (Bahar ve Meral, 2016; Lai vd., 2015; Longstreet vd., 2019; Uz Baş vd., 2016). Taşlıyan ve arkadaşları (2018) tarafından 758 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmanın yanı sıra alanyazında, internet bağımlılığı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğu başka araştırmaların olduğu da görülmektedir (Akboğa ve Gürkan, 2019; Akpınar Aydoğmuş ve Özden Yıldırım, 2019; Çınar ve Mutlu, 2019; İlkay Demir vd., 2015; Erdoğan vd., 2018; Köse, 2016; Şahin vd., 2016; Şahin, 2016).

İnternet bağımlılığı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda farklı sonuçlar ortaya çıkmıştır. Alanyazında, internet bağımlılığı ile benlik saygısı arasında pozitif yönde bir ilişkinin (Budak vd., 2015), negatif yönde bir ilişkinin (Çınar ve Mutlu, 2019; Nie vd., 2017; Pantic vd., 2017; Shi vd., 2017; Tohumcu vd., 2019) ve istatistiksel olarak ilişkinin bulunmadığı (Eroğlu ve Bayraktar, 2017) araştırmalar mevcuttur. Bu araştırmaların yanı sıra alanyazında, internet bağımlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğu araştırmaların olduğu görülmektedir (Anlı, 2018a; Bahar ve Meral, 2016; Dağlı Çetinkaya ve Gündüz, 2017; Demir ve Buğa, 2019; Eroğlu ve Bayraktar, 2017; Genç vd., 2018; Hebebe ve Shelley, 2018; Kabaklı Çimen, 2018; Oktan, 2015; Shi vd., 2017; Tohumcu vd., 2019; Totan vd., 2019).

Alanyazında, internet bağımlılığı ile olumsuz ruh sağlığı belirtileri arasındaki ilişkinin incelendiği çeşitli araştırmalar mevcuttur. Özcan, Öznil ve Küçük Öztürk (2020) tarafından 521 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile SCL-90 semptom envanteri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Budak ve arkadaşları (2015) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir araştırmada da, internet bağımlılığı ile SCL-90 semptom envanteri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Lin ve arkadaşları (2019) tarafından 500 öğrenci üzerinde yapılan başka bir araştırmada ise, internet bağımlılığı ile SCL-90 semptom envanterinin alt boyutlarından obsesif-kompulsif, kişilerarası duyarlılık, paranoid ve psikotizm arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca alanyazında, internet bağımlılığı ile ilişkisi incelenen depresyon, stres, kaygı ve tükenmişlik gibi olumsuz ruh sağlığı faktörlerinin olduğu görülmektedir. Literatür taraması sonucunda, internet bağımlılığı ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ve depresyona yatkınlığı olan bireylerin istatistiksel olarak internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu araştırmaların olduğu görülmüştür (Akyol, 2013; Anlayışlı ve Bulut Serin, 2019; Dieris-Hirche vd., 2017; Fayazi ve Hasani, 2017; Kırağ ve Güver, 2020; Lai vd., 2015; Li vd., 2019; Liang vd., 2016; Nie vd., 2017; Pektaş ve Mayda, 2018; Przepiorka vd., 2019; Rahmani vd., 2019; Seki vd., 2019; Wu vd., 2016). Avcı ve Şahin (2017) tarafından



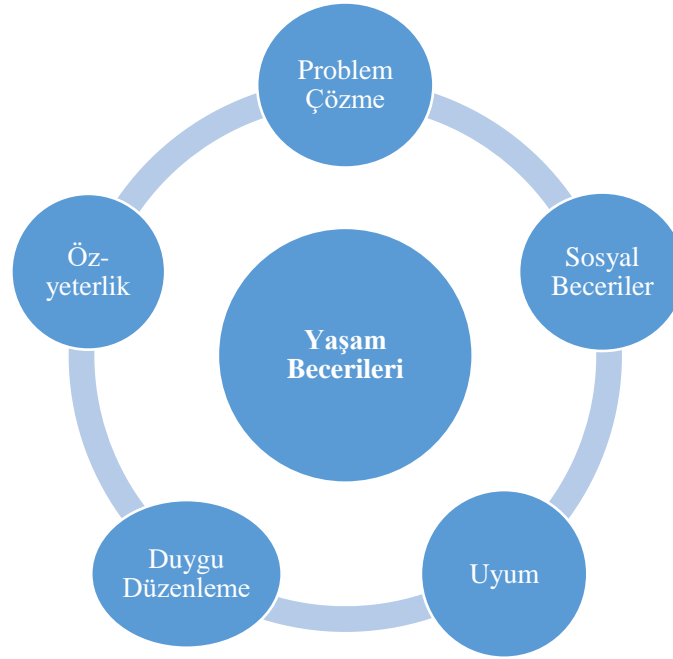
bir hastanedeki çalışanlar üzerinde yapılan araştırma ile Özdemir ve Arslan (2018) tarafından 233 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan başka bir çalışmada, internet bağımlılığı ile tükenmişlik sendromu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Akboğa ve Gürgeç (2019) tarafından ortaöğretim ve yükseköğretim öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile sosyal kaygı bozukluğu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazında internet bağımlılığı ile sosyal kaygı arasında pozitif yönde bir ilişkinin bulunduğu farklı araştırmalar da mevcuttur (Fayazi ve Hasani, 2017; Lai vd., 2015; Şahan ve Eraslan Çapan, 2017; Savcı ve Aysan, 2019; Yıldırım ve Tastan, 2020; Zhao vd., 2017). Ayrıca literatür taraması sonucunda, internet bağımlılığı ile stres arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu araştırmaların olduğu görülmüştür (Kavaklı ve Yalçın, 2019; Korkmaz vd., 2019). Kawabe ve arkadaşları (2019) tarafından 55 öğrenci ile gerçekleştirilen bir çalışmada, dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki bulunmuştur. Bunlara ek olarak literatürde, internet bağımlılığı ile psikolojik ihtiyaçlar arasında negatif ilişkinin bulunduğu araştırmalar mevcuttur (Can ve Zeren, 2019; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018). Demir ve Buğa (2019) tarafından 412 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırma ile Şahan ve Eraslan Çapan (2017) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada, internet bağımlılığı ile ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Hadlington ve Scase (2018) tarafından 630 kişi üzerinde yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Pan ve Yeh (2018) tarafından 1861 ergen üzerinde yapılan bir çalışmada ise internet bağımlılığı ile kendine zarar verme davranışı arasında ilişki olduğu görülmüştür. Jia ve arkadaşları (2018) tarafından 747 öğrenci üzerinde yapılan bir çalışmada, akran zorbalığı mağduriyeti ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmalara ek olarak alanyazında benzer sonuçların bulunduğu araştırmalar mevcuttur (H.-C. Liu vd., 2017). Li ve arkadaşları (2016) tarafından 998 ergen üzerinde yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile stresli yaşam olayları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmalara ek olarak alanyazında, internet bağımlılığı ile olumsuz ruh sağlığı belirtileri arasında pozitif yönde ilişkinin bulunduğu araştırmalar mevcuttur (Anand vd., 2018; Arslan, 2017; Burnay vd., 2015; Chen vd., 2017; Chou vd., 2015, 2018; Chou vd., 2017; Çikrikçi, 2019; Evren vd., 2019; Floros vd., 2015; Gao vd., 2018, 2020; Gedam vd., 2016; Hernández vd., 2019; Khodami ve Sheibani, 2019; Lau vd., 2017; Li vd., 2019; Li vd., 2016; Li vd., 2019; Lin vd., 2018; Lin vd., 2019; Lu vd., 2018; Lyvers vd., 2016; Malak vd., 2017; Müller vd., 2016; Nie vd., 2016; Panagiotidi ve Overton, 2018; Park vd., 2017; Schimmenti vd., 2017; Taş, 2018; Taymur vd., 2016; Truzoli vd., 2016; J. Y.-W. Wu vd., 2016; X.-S. Wu vd., 2016; Yücens ve Üzer, 2018).

Alanyazında, internet bağımlılığı ile ilişkisi incelenen bir başka psikolojik değişken ise bireylerin çevrelerinden gördükleri desteğin yansımaları olan algılanan sosyal destek faktörüdür. Kavaklı ve Yalçın (2019) tarafından 346 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Poon (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı ile psikolojik dışlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer bulguya alanyazında farklı araştırmacılar tarafından yapılan çalışmalarda da rastlanmıştır (Fariz ve Bulut, 2019; Karaer ve Akdemir, 2019; Mo vd., 2018; Oktan, 2015; Uz Baş vd., 2016; Wu vd., 2016; Yavuz, 2018b). Ayrıca alanyazında, internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel açıdan ilişkinin olmadığı araştırmalar da mevcuttur (Karasu vd., 2017).

Sonuç olarak, literatürde internet bağımlılığı ile bireylerin psikolojik durumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda araştırma vardır. Bu araştırmalar genel olarak özetlendiğinde; internet bağımlılığı ile depresyon, kaygı, zorbalık, bilişsel çarpıtmalar, yalnızlık, düşük benlik saygısı ve olumsuz ruh sağlığı belirtileri arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, internet bağımlılığının bireylerin psikolojik durumları üzerinde olumsuz bir etki yaratabileceği söylenebilir. Bireylerin psikolojik açıdan sorunlar yaşaması, sağlıklı aile yapısı üzerinde bir risk faktörü olarak ele alınabilmektedir. Bu kapsamda, internet bağımlılığının dolaylı olarak sağlıklı aile yapısı üzerinde yıkıcı etkiler yaratabileceği söylenebilir.

### 3.3. Yaşam Becerileri

Literatür taramasında internet bağımlılığının temel yaşam becerileriyle olan ilişkisini inceleyen araştırmalar mevcuttur. Bu araştırmalardaki değişkenleri; problem çözme, sosyal beceriler, uyum, duygu düzenleme ve öz-yeterlik olarak sıralanabilir.



Şekil 4. İnternet bağımlılığı ile ilişkili yaşam becerileri değişkenleri

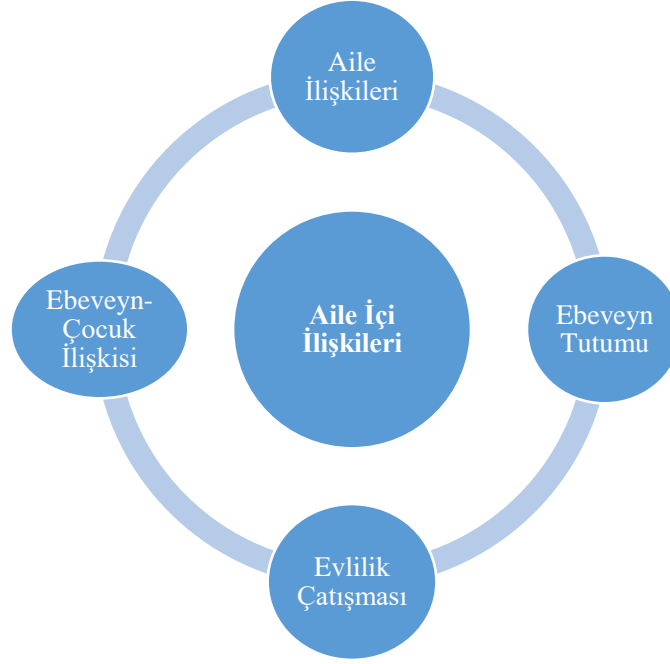
Temel yaşam becerileri, bireylerin günlük yaşamları içerisinde yaşamın zorlukları, istekleri ve stresleri karşısına başarılı olabilmesi, çevresine sağlıklı bir uyum sağlayabilmesi ve nitelikli ilişkiler kurması için gerekli olan kişisel kaynaklardır (Kutsal, 2018). Temel yaşam becerileri; yaratıcı ve eleştirel düşünme, problem çözme becerileri, empati, sosyal beceriler, stresle başa çıkma becerileri, insani değerler, öz farkındalık, öz düzenleme, kişilerarası ilişki becerileri, duygu düzenleme, hedef belirleme ve kariyer planlama becerilerinden oluşmaktadır (Ulus, 2018). Bireylerin sahip oldukları temel yaşam becerileri aile, okul, iş ve sosyal yaşam içerisinde bireyin iyi oluşu üzerinde etkileri bulunabilmektedir (Ümmet ve Demirci, 2017). Bu bağlamda, sağlıklı aile yapısının oluşmasında yaşam becerileri önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Özgüven, 2014; Şentürk Aydın ve Nazlı, 2014). İnternet bağımlılığı da bireylerin temel yaşam becerilerindeki eksikliklerden ortaya çıkabilen bir durumdur. Alanyazında, Şahin, İbili ve Uluyol (2017) tarafından 218 öğretmen adayı üzerinden yapılan araştırmada internet bağımlılığı ile problem çözme eğilimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Hasan ve Jaber (2019) tarafından 163 hemşirelik öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada ise internet bağımlısı olan öğrencilerin kaçınmacı problem çözme becerisi yaklaşımı internet bağımlısı olmayan öğrencilere göre istatistiksel açıdan daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca alanyazında, internet bağımlılığı ile problem çözme becerileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı araştırmalar (Şendir vd., 2019) mevcuttur. Hidayat ve Nurhayati (2019) tarafından 70 ergen ile çevrimiçi sosyal etkileşimin internet bağımlılığı ile ilişkisinin incelendiği araştırmada, çevrimiçi sosyal etkileşimin internet bağımlılığındaki toplam varyansın %35.1 gibi önemli bir kısmını açıkladığı görülmüştür. Kişilerarası ilişkilerde kolay incinebilme, değer verilmediğini hissetme ve kendisine kötü davranıldığını düşünme gibi durumlarla kendini gösteren kişilerarası duyarlılık ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada ise (Anlı, 2018b), bu iki değişken arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Hanımoğlu (2019) tarafından ilköğretim ikinci kademesindeki 558 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada, olumsuz sosyal davranışların internet bağımlılığının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Pınarbaşı Erkişi ve Sağlam (2020) 202 ergen üzerinde yapılan bir araştırmada internet bağımlılığı ile öz-yeterlik arasındaki ilişki incelenmiş ve bu iki değişken arasında istatistiksel olarak ilişki bulunmamıştır. Bu çalışmalara ek olarak literatür taraması sonucunda, internet bağımlılığı ile insani değerler (Kılınç ve Gündüz, 2017), sosyal beceriler (Ogelman vd., 2015), bilgi okuryazarlığı (Demir ve Seferoğlu, 2016), üniversite yaşamına uyum (İkiz vd., 2015), duygusal zekâ (Erginsoy Osmanoğlu, 2019; Peng vd., 2019; Sezen ve Murat, 2018), işlevsel duygu düzenleme (Ercengiz ve Şar, 2017; Khodami ve Sheibani, 2019; Kızıldağ vd., 2019) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, literatürde internet bağımlılığı ile yaşam becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda araştırma vardır. Bu araştırmaların ortak sonuçları, internet bağımlılığı düzeyi arttıkça

yaşam becerileri düzeyinin azaldığını göstermektedir. Ayrıca, bireylerin gerçek yaşamdaki sosyal etkileşimlerinin internet bağımlılığı açısından koruyucu bir faktör olurken (Savi Çakar, 2018), bu sosyal etkileşimin sanal ortamda gerçekleşmesi internet bağımlılığı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabilmektedir (Hidayat ve Nurhayati, 2019).

### 3.4. Aile İçi İlişkiler

Literatür taramasında internet bağımlılığının bireylerin aile ilişkileriyle ilişkisini inceleyen araştırmalar mevcuttur. Bu araştırmalardaki değişkenler; aile ilişkileri, ebeveyn tutumu, evlilik çatışması ve ebeveyn-çocuk ilişkileri olarak sıralanabilir.



Şekil 5. İnternet bağımlılığı ile ilişkili aile içi ilişkiler değişkenleri

Aile ilişkileri bireylerin sosyal ve duygusal gelişimleri açısından önemli olabilmektedir. Aile üyelerinin birbirleriyle kurdukları ilişkinin niteliği aile üyelerinin iyi oluşları üzerinde doğrudan, aile yapısının iyi oluşu üzerinde ise dolaylı olarak etkili olabilmektedir (Nazlı, 2018; Özgüven, 2014). Bu bağlamda, internet bağımlılığı aile ilişkilerini olumsuz olarak etkileyerek sağlıklı aile yapısının zarar görmesine neden olan bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Dikmen ve Tuncer (2018) tarafından 312 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile aile ilişkileri arasında sağlıksız yönünde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çırak, Yetiş ve Gürbüz (2018) tarafından 388 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri arttıkça aile ilişkileri olumsuz olarak etkilenmekte ve sorumluluklarını yerine getirmekte güçlükler yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Gao ve arkadaşları (2020) tarafından 2273 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, zayıf ebeveyn-çocuk ilişkileri olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Moral ve Kumcağz (2019) tarafından 592 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan başka bir araştırmada, öğrencilerin internet bağımlılığı ile ebeveyn ilişkileri arasında düşük düzeyde negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Taş ve Ateş (2020) tarafından 211 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, ebeveyni boşanmış öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ebeveyni evli olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinden daha yüksek bulunmuş ancak aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmüştür. Chi, Hong ve Chen (2020) tarafından 2059 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada, aile içi çatışmaların fazla olduğu ve aile ilişkilerinin zayıf olduğunu bildiren öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Gao ve arkadaşları (2018) tarafından 2259 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan başka bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile ebeveyn evlilik çatışması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Zhang ve arkadaşları (2019) tarafından 1783 ergen üzerinde yapılan bir araştırmada, ebeveyn reddi ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Zhang ve arkadaşları (2017) tarafından 105 yetişkin üzerinde yapılan bir araştırmada internet bağımlılığı ile ebeveyn evlilik

çatışması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazında, bu araştırmalara ek olarak güçlü aile ve ebeveyn-çocuk ilişkisi ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişkinin bulunduğu araştırmalar mevcuttur (Chang vd., 2015; Chen vd., 2015; Hsieh vd., 2016; Li vd., 2018; Lu vd., 2018; Shi vd., 2017; Wang vd., 2018; Waśniński ve Tomczyk, 2015; Xin vd., 2018; Yang vd., 2016; Zhang vd., 2016).

Alanyazında, internet bağımlılığı ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çeşitli araştırmalar mevcuttur. Aksoy ve Koçtürk (2019) tarafından 60 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri koruyucu/istekçi aile yapısı gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür. Aktürk ve Çiçek(2017) tarafından 214 ortaokul öğrencisi ve ebeveynleri üzerinde yapılan başka bir araştırmada, öğrencilerin ebeveynlerinden algıladıkları otoriter tutumun ebeveynlerin kendi çocukları hakkında internet bağımlılığı algısı üzerinde anlamlı bir yordayıcı güce sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erçik ve Bayram (2019) tarafından hastane çalışanları üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile otoriter ebeveyn tutumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Altıntaş ve Öztapak (2016) tarafından ilköğretim ikinci kademesindeki öğrenciler üzerinde yapılan başka bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken demokratik ebeveyn tutumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Demir ve arkadaşları (2017) tarafından 250 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, internet bağımlılığı ile ebeveynin çocuğunun bilgisayar kullanımını izlemesi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Martins ve arkadaşları (2019) tarafından 1916 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı ile ebeveyn internet kontrolü arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca alanyazında, internet bağımlılığı ile ebeveyn internet kontrolü arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu farklı araştırmalar mevcuttur (Ding vd., 2017). Bu sonuçlar, çocuklarda internet kullanımının ebeveyn kontrolünde gerçekleşmesinin internet bağımlılığı açısından bir koruyucu etken olarak ele alınabileceğini ifade etmektedir.

Sonuç olarak, literatürde internet bağımlılığı ile yaşam becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda araştırma vardır. Bu araştırmalar genel olarak özetlendiğinde; sağlıksız ebeveyn tutumları, aile içi çatışmalar, sağlıksız ebeveyn-çocuk ilişkisi ve evlilik çatışması ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, internet bağımlılığı durumunun sağlıklı aile yapısı üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği söylenebilir.

#### 4. SONUÇ VE ÖNERİLER

İnternet bağımlılığı, bireylerin yaşamlarını olumsuz olarak etkileyen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kapsamda internet bağımlılığı bireylerin mesleki, akademik, ailevi ve sosyal yaşamlarını olumsuz olarak etkilemektedir. Bu araştırmada, internet bağımlılığının aile yaşamı ile ilişkisi ele alınmış ve alanyazında sağlıklı aile yapısını oluşturan bazı temel faktörler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen 153 makale sistematik bir şekilde incelenmiştir. Araştırma sonucunda alanyazında, internet bağımlılığının sağlıklı aile yapısını oluşturan akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile içi ilişkiler boyutları ile ilişkili olan çok sayıda araştırmanın olduğu görülmüştür. Bu araştırmalar genel olarak özetlendiğinde; internet bağımlılığının bireylerin akademik ve mesleki yaşamlarını, psikolojik sağlıklarını, yaşam becerilerini ve aile içi ilişkilerini olumsuz olarak etkileyen bir durum olduğu görülmüştür. Bu kapsamda, internet bağımlılığı sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak ele alınabilmektedir.

Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ile bireylerin akademik ve mesleki yaşamları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların genel olarak akademik başarı, akademik öz-yeterlik, akademik erteleme, akademik stres, okul iklimi ve işyeri iklimi değişkenlerine odaklandığı görülmüştür. Bu araştırmalarda, bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile akademik başarıları, akademik öz-yeterlikleri, okul iklimi ve işyeri iklimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile akademik erteleme ve akademik stres arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda, internet bağımlılığının bireylerin akademik başarıları, akademik öz-yeterlikleri, okul iklimi ve işyeri iklimi üzerinde negatif etkiler oluşturabilecek bir risk faktörü olarak ele alınabileceği söylenebilir. Çünkü internet bağımlılığı sonucunda bireyler internette daha fazla vakit geçirmek istemekte ve internette uzak kaldığı ortamlarda yoksunluk belirtileri yaşayabilmektedir (Hidayat ve Nurhayati, 2019; Young, 2009). Dolayısıyla bu durumlar bireylerin akademik ve mesleki yaşamlarının genel olarak olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir. Ayrıca bireylerin akademik ve mesleki yaşamları üzerinde olumsuz etkiler



yaratabilen internet bağımlılığı durumu dolaylı olarak sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olabilmektedir.

Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ile bireylerin psikolojik durumları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların genel olarak kişilik özellikleri, iyi oluş, yalnızlık, benlik saygısı, sosyal destek ve olumsuz ruh sağlığı değişkenlerine odaklandığı görülmüştür. Bu araştırmalarda, bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile narsisizm, psikotizm, nörotizm, suçluluk, utanç, nevrotik ve dikkat eksikliği kişilik özellikleri alt boyutlarıyla pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yapılan araştırmalarda bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile depresyon, sosyal kaygı, yalnızlık, sosyal destek, psikolojik belirtiler, tükenmişlik, bilişsel çarpıtmalar ve stres gibi olumsuz ruh sağlığı belirtileri arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Son olarak araştırma kapsamında incelenen çalışmalarda internet bağımlılığı ile psikolojik ve öznel iyi oluş, yaşam doyumu ve mutluluk gibi pozitif ruh sağlığı değişkenleri arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda, internet bağımlılığının bireylerin psikolojik sağlıkları açısından bir risk faktörü olarak ele alınabileceği söylenebilir. Çünkü internet bağımlılığı, bireylerin psikolojik yaşamlarını olumsuz olarak etkileyebilmektedir (Asıcı, 2019; Block, 2008; Young, 2009). Ayrıca bireylerin psikolojik sağlıkları açısından risk oluşturabilen internet bağımlılığı durumu, sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesinde etkili olabilmektedir.

Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ile bireylerin yaşam becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların genel olarak problem çözme, sosyal beceriler, uyum, duygu düzenleme ve öz-yeterlik değişkenlerine odaklandığı görülmüştür. Bu araştırmalarda, bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile yaşam becerileri değişkenleri arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri açısından önemli bir yere sahip olan temel yaşam becerileri, internet bağımlılığı durumundan olumsuz olarak etkilenmektedir. Çünkü internet bağımlılığı, bireylerin internet kullanımı karşısında kontrolünü kaybetmesi, duygularını düzenlemekte, problemlerini çözebilmekte güçlük çekmesi sonucu oluşabilen bir problem olarak ele alınabilmektedir (Ercengiz ve Şar, 2017; Young, 2009). Bu bağlamda, bireylerin yaşam becerileri açısından risk oluşturabilen internet bağımlılığı durumu, sağlıklı aile yapısının işlevsiz hale gelmesine neden olabilmektedir.

Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ile bireylerin aile içi ilişkileri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların genel olarak aile ilişkileri, ebeveyn tutumu, evlilik çatışması ve ebeveyn-çocuk ilişkileri değişkenlerine odaklandığı görülmüştür. Bu araştırmalarda, bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile sağlıklı aile ilişkileri ve ebeveyn tutumları, evlilik çatışmaları ve kalitesiz ebeveyn-çocuk ilişkileri arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, internet bağımlılığı durumu bireylerin aile yaşamlarını olumsuz olarak etkileyebilecek bir durum olarak ele alınabilmektedir (Asıcı, 2019; Çırak vd., 2018; Dikmen ve Tuncer, 2018; Young, 2009). Dolayısıyla, internet bağımlılığı sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü olarak görülebilmektedir.

#### 4.1. Öneriler

Araştırma sonuçlarından yola çıkarak araştırmacılara ve alandaki meslek elemanlarına bazı önerilerde bulunulabilir:

- ✓ Bu araştırma internet bağımlılığının sağlıklı aile yapısı ile olan ilişkisini akademik ve mesleki yaşam, psikolojik durum, yaşam becerileri ve aile ilişkileri olmak üzere dört farklı boyutta ele almayı amaçlayan sistematik bir gözden geçirme çalışmasıdır. Bundan sonra yapılacak araştırmalarda daha farklı boyutlar araştırılabilir.
- ✓ Bu araştırma doküman analizi yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda ileride yapılacak araştırmalarda farklı yöntemler kullanılarak çalışmalar yürütülebilir.
- ✓ Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ile sağlıklı aile yapısını etkileyebilecek bir durum olan iş yaşamı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların çok sınırlı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda ileride yapılacak araştırmalarda internet bağımlılığı ile iş yaşamı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar yürütülebilir.
- ✓ Aile danışmanlığı alanında çalışan meslek elemanlarının, sağlıklı aile yapısını güçlendirmeye yönelik yürütecekleri önleyici ruh sağlığı hizmetlerinde aile üyelerinin internet bağımlılığı durumuna karşı koruyucu becerilerini geliştirmeye ilişkin çalışmalar yürütülebilir.

#### 5. KAYNAKÇA





Akboğa, Ö. F., ve Gürkan, U. (2019). Gençlerde internet bağımlılığı ile sosyal kaygı bozukluğu arasındaki ilişkinin yaşam doyumu ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(6), 443–464.

Akın, A., ve Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 138–148.

Akpınar Aydoğmuş, E. N., ve Özden Yıldırım, M. S. (2019). Ergenlerde sosyal güvende hissetme ve memnuniyet ile problemlerle internet kullanımı arasındaki ilişkide sosyal medya tutumlarının aracılık rolü. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 15–32.

Aksoy, A. N., ve Koçtürk, M. (2019). Ebeveyn tutumlarını algılama ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 63–70.

Aktürk, A. O., ve Çiçek, S. (2017). Variables that predict perceptions of parents about their own children's levels of internet addiction. *SDU International Journal of Educational Studies*, 4(2), 155–165.

Akyol, S. U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Alacahan, O. (2010). Aile birliğini oluşturan faktörler ve işlevleri. *CÜ İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 11(1), 289–298.

Altıntaş, S., ve Öztapak, M. (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemlerle internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 7(13), 109–128.

Anand, N., Thomas, C., Jain, P. A., Bhat, A., Thomas, C., Prathyusha, P. V., Aiyappa, S., Bhat, S., Young, K., ve Cheiran, A. V. (2018). Internet use behaviors, internet addiction and psychological distress among medical college students: A multi centre study from South India. *Asian Journal of Psychiatry*, 37, 71–77.

Anlayışlı, C., ve Bulut Serin, N. (2019). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyonun cinsiyet, akademik başarı ve internete giriş süreleri açısından incelenmesi. *Folklor/Edebiyat*, 25(97), 753–767.

Anlı, G. (2018a). İnternet bağımlılığı: Sosyal ve duygusal yalnızlık. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 389–397.

Anlı, G. (2018b). Kişilerarası duyarlılık ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 103–118.

Arslan, G. (2017). Psychological maltreatment, forgiveness, mindfulness, and internet addiction among young adults: A study of mediation effect. *Computers in Human Behavior*, 72, 57–66.

Asıcı, E. (2019). İnternet bağımlılığı. A. Eryılmaz ve M. E. Deniz (Ed.), *Tüm yönleriyle bağımlılık içinde*. Ankara: Pegem.

Avcı, D. K., ve Sahin, H. A. (2017). Relationship between burnout syndrome and internet addiction, and the risk factors in healthcare employees in a university hospital. *Konuralp Medical Journal*, 9(2), 1–8.

Ayhan, B., ve Balcı, Ş. (2009). Kırgızistan'da üniversite gençliği ve internet: bir kullanımlar ve doyumlar araştırması. *Bilig Journal of Social Sciences of the Turkish World*, 48, 13–40.

Bahar, H. H., ve Meral, D. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde problemlerle internet kullanımının yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1117–1134.

Balcı, Ş., ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5–22.

Baltacı, Ö. (2017). *İnternet bağımlılığını yordayan psikososyal faktörler*. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara..

Baltacı, Ö. (2019a). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73-82.

- Baltacı, Ö. (2019b). Bağımlı ve bağımlılık riski olan çocuk ve eğitimleri. S.Avşaroğlu ve K.Öğülmüş (Ed.), *Zor çocukların eğitiminde psikoeğitsel yaklaşımlar ve birlikte yaşam içinde*. Ankara: Vize.
- Batıgün, A. D., ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213–219.
- Beard, K. W. (2005). Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology ve Behavior*, 8(1), 7–14.
- Błachnio, A., Przepiora, A., Senol-Durak, E., Durak, M., ve Sherstyuk, L. (2017). The role of personality traits in Facebook and Internet addictions: A study on Polish, Turkish, and Ukrainian samples. *Computers in Human Behavior*, 68, 269–275.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 306–307.
- Budak, E., Taymur, İ., Askin, R., Gungor, B. B., Demirci, H., Akgül, A. İ., ve Anil Sahin, Z. (2015). Relationship between internet addiction, psychopathology and self-esteem among university students. *The European Research Journal*, 1(3), 128–135.
- Burnay, J., Billieux, J., Blairy, S., ve Larøi, F. (2015). Which psychological factors influence Internet addiction? Evidence through an integrative model. *Computers in Human Behavior*, 43, 28–34.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Buzkıran, B. (2017). 8. sınıf öğrencilerinin sosyal bilgiler dersi başarı düzeylerinin problemli internet kullanımı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *TRT Akademi*, 2(4), 413–439.
- Can, S., ve Zeren, Ş. G. (2019). The role of internet addiction and basic psychological needs in explaining the academic procrastination behavior of adolescents. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 48(2), 1012–1040.
- Capetillo-Ventura, N., ve Juárez-Treviño, M. (2015). Internet addiction in university medical students. *Medicina Universitaria*, 17(67),
- 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.
- Cárdenas, S. D., Vergara, K. A., ve Simancas-Pallares, M. (2019). Internet addiction and academic performance in dental students. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(4), 198–207.
- Çetinkaya, B. (2004). *Ruhsal açıdan sağlıklı aile sağlıklı çocuk*. Ankara: Empati.
- Çetinkaya, Bünyamin. (2018). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Pegem.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., ve Gürcan, A. (2007). Problemli internet kullanımı ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri (KUYEB) Dergisi*, 7, 387–416.
- Chang, F.-C., Chiu, C.-H., Miao, N.-F., Chen, P.-H., Lee, C.-M., Chiang, J.-T., ve Pan, Y.-C. (2015). The relationship between parental mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 21–28.
- Chen, Y.-L., Chen, S.-H., ve Gau, S. S.-F. (2015). ADHD and autistic traits, family function, parenting style, and social adjustment for Internet addiction among children and adolescents in Taiwan: A longitudinal study. *Research in Developmental Disabilities*, 39, 20–31.
- Chen, Z., Poon, K.-T., ve Cheng, C. (2017). Deficits in recognizing disgust facial expressions and Internet addiction: Perceived stress as a mediator. *Psychiatry Research*, 254, 211–217.
- Chi, X., Hong, X., ve Chen, X. (2020). Profiles and sociodemographic correlates of internet addiction in early adolescents in Southern China. *Addictive Behaviors*, 106, 1–7.
- Chou, W.-J., Chang, Y.-P., ve Yen, C.-F. (2018). Boredom proneness and its correlation with Internet addiction and Internet activities in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 34(8), 467–474.

- Chou, W.-J., Liu, T.-L., Yang, P., Yen, C.-F., ve Hu, H.-F. (2015). Multi-dimensional correlates of Internet addiction symptoms in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychiatry Research*, 225(1), 122–128.
- Chou, W.-P., Lee, K.-H., Ko, C.-H., Liu, T.-L., Hsiao, R. C., Lin, H.-F., ve Yen, C.-F. (2017). Relationship between psychological inflexibility and experiential avoidance and internet addiction: Mediating effects of mental health problems. *Psychiatry Research*, 257, 40–44.
- Chou, W. J., Liu, T. L., Yang, P., Yen, C. F., ve Hu, H. F. (2015). Multi-dimensional correlates of internet addictions symptoms in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychiatry Research*, 225, 122–128.
- Çikrikçi, Ö. (2019). An exploration of the associations among positivity, general distress and internet addiction: The mediating effect of general distress. *Psychiatry Research*, 272, 628–637.
- Çınar, Ç. Y., ve Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumunu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133–142.
- Çırak, Z. D., Yetiş, G., ve Gürbüz, P. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet kullanımının aile ilişkileri ve sorumlulukları yerine getirmelerindeki etkisi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 6(2), 1–8.
- Dağlı Çetinkaya, M., ve Gündüz, B. (2017). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisinde problemlerli internet kullanımının aracı rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 339–357.
- Demir, İ., Yıldız, C. S., Özzorlu, E., Köse, T., ve Yelkenci, Y. (2017). Ergenlerin problemlerli internet kullanımında anne-baba izlemesinin rolü. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(2), 103–114.
- Demir, İlkey, Peker Özköklü, D., ve Aygün Turğut, B. (2015). Ergenlerin problemlerli internet kullanımının yordanmasında denetim odağı ve yaşam doyumunun rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 720–731.
- Demir, Ö., ve Seferoğlu, S. S. (2016). Bilgi okuryazarlığı, internet bağımlılığı, sanal aylaklık ve çeşitli diğer değişkenlerin sanal zorbalık ile ilişkisinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction ve Cyberbullying*, 3(1), 1–26.
- Demir, S., ve Buğa, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki: Bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 859–875.
- Derin, S., ve Bilge, F. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 35–51.
- Dieris-Hirche, J., Bottel, L., Bielefeld, M., Steinbüchel, T., Kehyayan, A., Dieris, B., ve te Wildt, B. (2017). Media use and Internet addiction in adult depression: A case-control study. *Computers in Human Behavior*, 68, 96–103.
- Dikmen, M., ve Tuncer, M. (2018). İnternet bağımlılığının aile ilişkilerine etkisi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 5(1), 34–52.
- Ding, Q., Li, D., Zhou, Y., Dong, H., ve Luo, J. (2017). Perceived parental monitoring and adolescent internet addiction: A moderated mediation model. *Addictive Behaviors*, 74, 48–54.
- Dirim, A. (2019). *İnternet bağımlılığı*. İstanbul: İletişim.
- Ercengiz, M., ve Şar, A. H. (2017). Ergenlerde internet bağımlılığının yordayıcı olarak duygu düzenlemedeki rolü. *Sakarya University Journal of Education*, 7(1), 183–194.
- Erçik, İ., ve Bayram, A. (2019). Internet addiction status of health workers and effect of work performances on their parental attitudes. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 451–460.
- Erdoğan, T., Yıldırım, O. G., ve Çiğdem, H. A. (2018). Descriptive study on vocational college students' internet addiction and various satisfaction conditions. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 5(2), 46–59.
- Erginsoy Osmanoğlu, D. (2019). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile duygusal zekâ düzeyleri

arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 47–58.

Eroğlu, A., ve Bayraktar, S. (2017). İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 184–199.

Esen, E., ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127–138.

Esen, K. B., ve Gündoğdu, M. (2010). The relationship between internet addiction, peer pressure and perceived social support among adolescents. *The International Journal of Educational Researchers*, 2(1), 29–36.

Evren, B., Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., ve Kutlu, N. (2019). The impact of depression, anxiety, neuroticism, and severity of Internet addiction symptoms on the relationship between probable ADHD and severity of insomnia among young adults. *Psychiatry Research*, 271, 726–731.

Evren, B., Evren, C., Dalbudak, E., Topçu, M., ve Kutlu, N. (2018). Relationship of internet addiction severity with probable ADHD and difficulties in emotion regulation among young adults. *Psychiatry Research*, 269, 494–500.

Eyyüpoğlu, E., ve Özbay, Y. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirtilerinin psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi. *Education Sciences*, 13(4), 121–131.

Fariz, S., ve Bulut, S. S. (2019). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(5), 1977–1990.

Fayazi, M., ve Hasani, J. (2017). Structural relations between brain-behavioral systems, social anxiety, depression and internet addiction: With regard to revised Reinforcement Sensitivity Theory (r-RST). *Computers in Human Behavior*, 72, 441–448.

Floros, G., Siomos, K., Antoniadis, D., Bozikas, V.-P., Hyphantis, T., ve Garyfallos, G. (2015). Examining personality factors and character defenses assists in the differentiation between college students with Internet addiction and unaffected controls. *Personality and Individual Differences*, 86, 238–242.

Gao, T., Li, M., Hu, Y., Qin, Z., Cao, R., Mei, S., ve Meng, X. (2020). When adolescents face both Internet addiction and mood symptoms: A cross-sectional study of comorbidity and its predictors. *Psychiatry Research*, 284, 1–8.

Gao, T., Meng, X., Qin, Z., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., Hu, Y., ve Mei, S. (2018). Association between parental marital conflict and Internet addiction: A moderated mediation analysis. *Journal of Affective Disorders*, 240, 27–32.

Gedam, S. R., Shivji, I. A., Goyal, A., Modi, L., ve Ghosh, S. (2016). Comparison of internet addiction, pattern and psychopathology between medical and dental students. *Asian Journal of Psychiatry*, 22, 105–110.

Genç, Y., Durğun, A., Zahid Kara, H., ve Çakır, R. (2018). İnternet kullanımının üniversite öğrencilerinin yalnızlık algılarına etkisi. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 13(2), 301–336.

Geng, J., Han, L., Gao, F., Jou, M., ve Huang, C.-C. (2018). Internet addiction and procrastination among Chinese young adults: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 84, 320–333.

Griffiths, M. (1999). Internet addiction. *The Psychologist*, 12, 246–251.

Gürcan, N., ve Hamarta, E. (2013). Problemlerle internet kullanımı ve uyum. M. Kalkan ve C. Kaygusuz (Ed.), *İnternet bağımlılığı: Sorunlar ve çözümler* içinde. Ankara: Anı.

Hadlington, L., ve Scase, M. O. (2018). End-user frustrations and failures in digital technology: exploring the role of Fear of Missing Out, Internet addiction and personality. *Heliyon*, 4(11), 1–18.

Hanımoglu, E. (2019). Lojistik regresyon analizi ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde internet bağımlılığı ve sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 467–474.

Hasan, A. A. H., ve Jaber, A. A. (2019). Prevalence of internet addiction, its association with psychological distress, coping strategies among undergraduate students. *Nurse Education Today*, 81, 78–82.





- Hebebcı, M. T., ve Shelley, M. (2018). Analysis of the relationship between university students' problematic internet use and loneliness. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 5(2), 223–234.
- Hernández, C., Ottenberger, D. R., Moessner, M., Crosby, R. D., ve Ditzen, B. (2019). Depressed and swiping my problems for later: The moderation effect between procrastination and depressive symptomatology on internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 97, 1–9.
- Hidayat, P., ve Nurhayati, S. R. (2019). Çevrimiçi sosyal etkileşimin ergenlerin internet bağımlılığı üzerindeki etkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(6), 229–236.
- Hsieh, Y.-P., Shen, A. C.-T., Wei, H.-S., Feng, J.-Y., Huang, S. C.-Y., ve Hwa, H.-L. (2016). Associations between child maltreatment, PTSD, and internet addiction among Taiwanese students. *Computers in Human Behavior*, 56, 209–214.
- İkiz, E., Asıcı, E., Savcı, M., ve Yörük, C. (2015). Problemlı internet kullanımı ile üniversite yaşamına uyum ilişkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 34–50.
- Jeong, E. J., ve Kim, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 213–221.
- Jia, J., Li, D., Li, X., Zhou, Y., Wang, Y., Sun, W., ve Zhao, L. (2018). Peer victimization and adolescent Internet addiction: The mediating role of psychological security and the moderating role of teacher-student relationships. *Computers in Human Behavior*, 85, 116–124.
- Jun, S., ve Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, 49, 282–287.
- Kabaklı Çimen, L. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68), 1431–1452.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(1), 11–17.
- Karaer, Y., ve Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, 92, 22–27.
- Karasu, F., Bayır, B., ve Çam, H. H. (2017). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 374–388.
- Kavaklı, M., ve Yalçın, S. B. (2019). İnternet bağımlılığı ve algılanan stres ilişkisinin algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(4), 175–184.
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Miyama, T., Jogamoto, T., Aibara, K., Ishii, E., ve Ueno, S. (2019). Internet addiction and attention-deficit / hyperactivity disorder symptoms in adolescents with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 89, 22–28.
- Khodami, M. A., ve Sheibani, L. (2019). An investigation on Negative Activity, Alexithymia, Emotion Regulation, and Internet addiction in a sample of high school students: A randomized controlled trial. *Annales Médico-Psychologiques, Revue Psychiatrique*, 1–8.
- Kılınç, İ., ve Gündüz, Ş. (2017). Lise öğrencilerinin siber duyarlılık, internet bağımlılığı ve insani değerlerinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 261–283.
- Kırağ, N., ve Güver, Y. (2020). Türkiye ve Portekiz hemşirelik öğrencilerinin yaşam biçimi davranışları ve bağımlılık, depresyon düzeyleri. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 7(1), 28–36.
- Kızıldağ, S., Koç, M., ve Akın Arıkan, Ç. (2019). Ergenlerde problemlı internet kullanımı (Pik) ile duygu düzenleme arasındaki ilişkinin kanonik korelasyon ile incelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(20), 57–74.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Weng, C. C., ve Chen, C. C. (2008). The association between Internet addiction and problematic alcohol use in adolescents: the problem behavior model. *CyberPsychology ve Behavior*, 11(5), 571–576.
- Korkmazer, B., Kılınçarslan, M. G., ve Şahin, E. M. (2019). Üniversite öğrencilerinde internet



- bağımlılığının depresyon ve anksiyete ile ilişkisi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(4), 548–552.
- Köse, N. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığının yaşam doyumuna etkisi. *Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırma Dergisi*, 1, 58–65.
- Kutsal, D. (2018). *Yaşam becerileri psikoeğitim programının kız meslek lisesi öğrencilerinin yaşam becerilerine ve problem davranışlarına etkisi*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Lai, C. M., Mak, K. K., Watanabe, H., Jeong, J., Kim, D., Bahar, N., Ramos, M., Chen, S. H., ve Cheng, C. (2015). The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public Health*, 129(9), 1224–1236.
- Lau, J. T. F., Wu, A. M. S., Gross, D. L., Cheng, K., ve Lau, M. M. C. (2017). Is Internet addiction transitory or persistent? Incidence and prospective predictors of remission of Internet addiction among Chinese secondary school students. *Addictive Behaviors*, 74, 55–62.
- Li, D., Zhang, W., Li, X., Zhou, Y., Zhao, L., ve Wang, Y. (2016). Stressful life events and adolescent Internet addiction: The mediating role of psychological needs satisfaction and the moderating role of coping style. *Computers in Human Behavior*, 63, 408–415.
- Li, D., Zhou, Y., Li, X., ve Zhou, Z. (2016). Perceived school climate and adolescent Internet addiction: The mediating role of deviant peer affiliation and the moderating role of effortful control. *Computers in Human Behavior*, 60, 54–61.
- Li, G., Hou, G., Yang, D., Jian, H., ve Wang, W. (2019). Relationship between anxiety, depression, sex, obesity, and internet addiction in Chinese adolescents: A short-term longitudinal study. *Addictive Behaviors*, 90, 421–427.
- Li, J., Li, D., Jia, J., Li, X., Wang, Y., ve Li, Y. (2018). Family functioning and internet addiction among adolescent males and females: A moderated mediation analysis. *Children and Youth Services Review*, 91, 289–297.
- Li, W., Zhang, W., Xiao, L., ve Nie, J. (2016). The association of Internet addiction symptoms with impulsiveness, loneliness, novelty seeking and behavioral inhibition system among adults with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *Psychiatry Research*, 243, 357–364.
- Li, X., Luo, X., Zheng, R., Jin, X., Mei, L., Xie, X., Gu, H., Hou, F., Liu, L., Luo, X., Meng, H., Zhang, J., ve Song, R. (2019). The role of depressive symptoms, anxiety symptoms, and school functioning in the association between peer victimization and internet addiction: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 256, 125–131.
- Liang, L., Zhou, D., Yuan, C., Shao, A., ve Bian, Y. (2016). Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: A cross-lagged study in Chinese adolescents. *Computers in Human Behavior*, 63, 463–470.
- Lin, M.-P., Wu, J. Y.-W., You, J., Hu, W.-H., ve Yen, C.-F. (2018). Prevalence of internet addiction and its risk and protective factors in a representative sample of senior high school students in Taiwan. *Journal of Adolescence*, 62, 38–46.
- Lin, Y. J., Hsiao, R. C., Liu, T. L., ve Yen, C. F. (2019). Bidirectional relationships of psychiatric symptoms with internet addiction in college students: A prospective study. *Journal of the Formosan Medical Association*, 1–8.
- Liu, C. Y., ve Kuo, F. (2008). A study of internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *Cyberpsychology ve Behavior*, 10(6), 799–804.
- Liu, H.-C., Liu, S.-I., Tjung, J.-J., Sun, F.-J., Huang, H.-C., ve Fang, C.-K. (2017). Self-harm and its association with internet addiction and internet exposure to suicidal thought in adolescents. *Journal of the Formosan Medical Association*, 116(3), 153–160.
- Longstreet, P., Brooks, S., ve Gonzalez, E. S. (2019). Internet addiction: When the positive emotions are not so positive. *Technology in Society*, 57, 76–85.

- Lu, L., Xu, D. D., Liu, H. Z., Zhang, L., Ng, C. H., Ungvari, G. S., An, F. R., ve Xiang, Y. T. (2018). Internet addiction in Tibetan and Han Chinese middle school students: prevalence, demographics and quality of life. *Psychiatry Research*, 268, 131–136.
- Lyvers, M., Karantonis, J., Edwards, M. S., ve Thorberg, F. A. (2016). Traits associated with internet addiction in young adults: Potential risk factors. *Addictive Behaviors Reports*, 3, 56–60.
- Malak, M. Z., Khalifeh, A. H., ve Shuhaiber, A. H. (2017). Prevalence of Internet Addiction and associated risk factors in Jordanian school students. *Computers in Human Behavior*, 70, 556–563. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.011>
- Martins, M. V., Formiga, A., Santos, C., Sousa, D., Resende, C., Campos, R., Nogueira, N., Carvalho, P., ve Ferreira, S. (2019). Adolescent internet addiction–role of parental control and adolescent behaviours. *International Journal of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 1–5.
- Mesch, G. S. (2006). Family relations and internet: Exploring a family boundaries approach. *The Journal of Family Communication*, 6(2), 119–138.
- Mo, P. K. H., Chan, V. W. Y., Chan, S. W., ve Lau, J. T. F. (2018). The role of social support on emotion dysregulation and Internet addiction among Chinese adolescents: A structural equation model. *Addictive Behaviors*, 82, 86–93.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., ve Altman, D. G. (2009). PRISMA Group: Methods of systematic reviews and meta-analysis: preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *J Clin Epidemiol*, 62, 1006–1012.
- Moral, R., ve Kumcağız, H. (2019). Ergenlerdeki internet bağımlılığı: Anne, baba ve akran ilişkileri açısından bir değerlendirme. *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi (ODÜSOBİAD)*, 9(2), 335–346.
- Müller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., Duven, E., Giralt, S., ve Wölfling, K. (2016). A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172–177.
- Munno, D., Cappellin, F., Saroldi, M., Bechon, E., Guglielmucci, F., Passera, R., ve Zullo, G. (2017). Internet Addiction Disorder: Personality characteristics and risk of pathological overuse in adolescents. *Psychiatry Research*, 248, 1–5.
- Nazlı, S. (2018). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Anı.
- Nie, J., Zhang, W., Chen, J., ve Li, W. (2016). Impaired inhibition and working memory in response to internet-related words among adolescents with internet addiction: A comparison with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychiatry Research*, 236, 28–34.
- Nie, J., Zhang, W., ve Liu, Y. (2017). Exploring depression, self-esteem and verbal fluency with different degrees of internet addiction among Chinese college students. *Comprehensive Psychiatry*, 72, 114–120.
- Nystul, M. S. (1993). *The art and science of counseling and psychotherapy*. Merrill.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ogelman, H. G., Körükçü, Ö., Güngör, H., ve Körükçü, G. (2015). Okul öncesi öğretmenlerinin sosyal becerileri ve internet bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 8(3), 380–396.
- Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281–292.
- Öner, İ. E., ve Çakır, R. (2019). Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sosyal medya kullanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 26–43.
- Özabacı, N., ve Erkan, Z. (2017). *Aile danışmanlığı kuram ve uygulamalara genel bir bakış*. Ankara: Pegem.
- Özcan, A., Özdil, K., ve Küçük Öztürk, G. (2020). Examination of some psychological variables that predict internet addiction in university students: A university in cappadocia. *Journal of International*

*Health Sciences and Management*, 6(10), 74–89.

Özdemir, H. Ö., ve Arslan, H. N. (2018). The moderating roles on the relation between internet addiction and burnout. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 31–41.

Özgen, F., ve Bavlı, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile kişilik ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 3(4), 129–141.

Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel.

Özözen Danacı, M., Kavaklı, N., ve Tıkız, G. (2018). Eğitim Fakültesinde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Narsisizm Düzeylerinin Siber Zorbalığa Duyarlık ve İnternet Bağımlılığı Düzeylerine Etkisi. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 2(2), 86–98.

Öztürk, C., Bektas, M., Ayar, D., Özgüven Öztornacı, B., ve Yağcı, D. (2015). Association of Personality Traits and Risk of Internet Addiction in Adolescents. *Asian Nursing Research*, 9(2), 120–124.

Öztürk, E., ve Özmen-Kaymak, S. (2011). Öğretmen adaylarının problemlerini internet kullanım davranışlarının, kişilik tipi, utangaçlık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(4), 1785–1808.

Pan, P.-Y., ve Yeh, C.-B. (2018). Internet Addiction among Adolescents May Predict Self-Harm/Suicidal Behavior: A Prospective Study. *The Journal of Pediatrics*, 197, 262–267.

Panagiotidi, M., ve Overton, P. (2018). The relationship between internet addiction, attention deficit hyperactivity symptoms and online activities in adults. *Comprehensive Psychiatry*, 87, 7–11.

Pantic, I., Milanovic, A., Loboda, B., Blachnio, A., Przepiora, A., Nestic, D., Mazic, S., Dugalic, S., ve Ristic, S. (2017). Association between physiological oscillations in self-esteem, narcissism and internet addiction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 258, 239–243.

Park, S., Lee, Y., ve Jun, J. Y. (2017). Differences in the relationship between traumatic experiences, self-esteem, negative cognition, and Internet addiction symptoms among North Korean adolescent defectors and South Korean adolescents: A preliminary study. *Psychiatry Research*, 257, 381–385.

Pektaş, İ., ve Mayda, A. S. (2018). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı düzeyi ve etkileyen etmenler. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(1), 52–62.

Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y., ve Sun, W. (2019). School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 98, 111–121.

Pınarbaşı Erkişi, E., ve Sağlam, M. (2020). Ergenlerde internet bağımlılığının öz-yeterliliğe etkisinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 8(1), 46–71.

Poon, K. T. (2018). Unpacking the mechanisms underlying the relation between ostracism and Internet addiction. *Psychiatry Research*, 270, 724–730.

Przepiora, A., Blachnio, A., ve Cudo, A. (2019). The role of depression, personality, and future time perspective in internet addiction in adolescents and emerging adults. *Psychiatry Research*, 272, 340–348.

Rahmani, F., Moghaddam, H. S., ve Aarabi, M. H. (2019). Microstructural changes and internet addiction behaviour: A preliminary diffusion MRI study. *Addictive Behaviors*, 98, 1–6.

Şahan, M., ve Eraslan Çapan, B. (2017). Ergenlerin problemlerini internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 887–913.

Şahin, C., Atasoy, M., ve Altun, M. (2016). Beden eğitimi öğretmen adaylarının yaşam bağlılığı ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(1), 111–121.

Şahin, C. (2016). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin internet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 1–13.

Şahin, S., İbili, E., ve Uluyol, Ç. (2017). Öğretmen adaylarında problem çözme eğilimi ve internet bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 1–21.



- Savcı, M., ve Aysan, F. (2019). A hypothetical model proposal for social connectedness in adolescents. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 589–621.
- Savi Çakar, F. (2018). *Önleyici psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. Ankara: Nobel.
- Şavlı, A. K., ve Tekin, U. (2019). 12-14 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığı ve öz bilinçlilik duygulanımları. *Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 2(1), 173–186.
- Schimmenti, A., Passanisi, A., Caretti, V., La Marca, L., Granieri, A., Iacolino, C., Gervasi, A. M., Maganuco, N. R., ve Billieux, J. (2017). Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive Behaviors*, 64, 314–320.
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T., ve Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of Affective Disorders*, 256, 668–672.
- Şendir, M., Atar, N. Y., Açıköz, S., Kabuk, A., Sümer, G., Doğan, S., ve Aydın, S. N. (2019). Zamanımızın ve başarımızın yöneticisi internet mi?: Hemşirelik öğrencileri örneği. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 23(2), 81–86.
- Şentürk Aydın, R., ve Nazlı, S. (2014). Yaşam becerileri eğitim programının boşanmış aile çocuklarının uyum düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 14(33), 127–153.
- Sezen, M. F., ve Murat, M. (2018). Ergenlerde akran zorbalığı, internet bağımlılığı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 160–182.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., ve Stein, D. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207–216.
- Shi, X., Wang, J., ve Zou, H. (2017). Family functioning and Internet addiction among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 76, 201–210.
- Shrivastava, A., Sharma, M. K., ve Marimuthu, P. (2018). Internet addiction at workplace and its implication for workers life style: Exploration from Southern India. *Asian Journal of Psychiatry*, 32, 151–155.
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., ve Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105(3), 556–564.
- Taş, B., ve Ateş, S. (2020). Boşanmış ve evli ebeveynlere sahip ergenlerin beş boyutlu iyi oluş modeli ve internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(25), 125–159.
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparlan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31–41.
- Taş, İ., ve Bilgin, O. (2018). İnternet bağımlılığı ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 5(2), 60–73.
- Taşlıyan, M., Hırlak, B., Güler, B., ve Gündoğdu, E. (2018). İnternet bağımlılığı, yaşam doyumu ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 166–179.
- Taymur, I., Budak, E., Demirci, H., Akdağ, H. A., Güngör, B. B., ve Özdel, K. (2016). A study of the relationship between internet addiction, psychopathology and dysfunctional beliefs. *Computers in Human Behavior*, 61, 532–536.
- Tohumcu, M. U., Karslı, T. A., Bahadır, E., ve Kalender, B. (2019). Akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Trakya University Journal of Social Science*, 21(2), 737–787.
- Totan, T., Ercan, B., ve Öztürk, E. (2019). Mutluluk ve benlik saygısının yalnızlıkla internet bağımlılığına etkilerinin incelenmesi. *EDU7*, 8(10), 20–35.



- Truzoli, R., Osborne, L. A., Romano, M., ve Reed, P. (2016). The relationship between schizotypal personality and internet addiction in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 19–24.
- Ulus, L. (2018). Ergen bireyler için yaşam becerileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(12), 516–537.
- Ümmet, D., ve Demirci, G. (2017). Yaşam becerileri eğitimi kapsamında yürütülen grupla psikolojik danışma uygulamasının ortaokul öğrencilerinin iyi oluşları üzerindeki etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 45(45), 153–170.
- Üneri, Ö. Ş., ve Tanıdır, C. (2011). Evaluation of internet addiction in a group of high school students: a cross-sectional study. *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24(24), 265–272.
- Uz Baş, A., Öz Soysal, F. S., ve Aysan, F. (2016). Üniversite öğrencilerinde problemlili internet kullanımının psikolojik iyi-oluş ve sosyal destek ile ilişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*, 5(4), 1035–1046.
- Wang, W., Li, D., Li, X., Wang, Y., Sun, W., Zhao, L., ve Qiu, L. (2018). Parent-adolescent relationship and adolescent internet addiction: A moderated mediation model. *Addictive Behaviors*, 84, 171–177.
- Wąsiński, A., ve Tomczyk, Ł. (2015). Factors reducing the risk of internet addiction in young people in their home environment. *Children and Youth Services Review*, 57, 68–74.
- Wu, A. M. S., Li, J., Lau, J. T. F., Mo, P. K. H., ve Lau, M. M. C. (2016). Potential impact of internet addiction and protective psychosocial factors onto depression among Hong Kong Chinese adolescents – direct, mediation and moderation effects. *Comprehensive Psychiatry*, 70, 41–52.
- Wu, J. Y.-W., Ko, H.-C., Tung, Y.-Y., ve Li, C.-C. (2016). Internet use expectancy for tension reduction and disinhibition mediates the relationship between borderline personality disorder features and Internet addiction among college students – One-year follow-up. *Computers in Human Behavior*, 55, 851–855.
- Wu, X.-S., Zhang, Z.-H., Zhao, F., Wang, W.-J., Li, Y.-F., Bi, L., Qian, Z.-Z., Lu, S.-S., Feng, F., Hu, C.-Y., Gong, F.-F., ve Sun, Y.-H. (2016). Prevalence of Internet addiction and its association with social support and other related factors among adolescents in China. *Journal of Adolescence*, 52, 103–111.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., ve Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14–18.
- Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P., ve Wang, Z. (2016). Parent marital conflict and Internet addiction among Chinese college students: The mediating role of father-child, mother-child, and peer attachment. *Computers in Human Behavior*, 59, 221–229.
- Yavuz, O. (2018a). Ergenlik döneminde internet bağımlılığının okul başarısı üzerinde etkileri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(15), 1056–1080.
- Yavuz, O. (2018b). Özel yetenekli öğrencilerde internet ve oyun bağımlılığı ile algılanan sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(4), 281–296.
- Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. C., Chen, S. H., ve Ko, C. H. (2007). Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. *CyberPsychology ve Behavior*, 10(3), 323–329.
- Yıldırım, E., ve Tastan, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde narsistik kişilik eğilimleri ve sosyal görünüş kaygısının problemlili internet kullanımı üzerindeki yordayıcı rolü. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 79–100.
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241–246.
- Young, K. S. (2011). CBT-IA: The first treatment model for internet addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 304–312.
- Yücens, B., ve Üzer, A. (2018). The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry Research*, 267, 313–318.



- Yurdakoş, K., ve Biçer, E. B. (2019). İnternet bağımlılık düzeyinin akademik ertelemeye etkisi: Sağlık yönetimi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 243–278.
- Zhang, C., Brook, J. S., Leukefeld, C. G., ve Brook, D. W. (2016). Longitudinal psychosocial factors related to symptoms of Internet addiction among adults in early midlife. *Addictive Behaviors*, 62, 65–72.
- Zhang, H., Spinrad, T. L., Eisenberg, N., Luo, Y., ve Wang, Z. (2017). Young adults' internet addiction: Prediction by the interaction of parental marital conflict and respiratory sinus arrhythmia. *International Journal of Psychophysiology*, 120, 148–156. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2017.08.002>
- Zhang, R. P., Bai, B. Y., Jiang, S., Yang, S., ve Zhou, Q. (2019). Parenting styles and internet addiction in Chinese adolescents: Conscientiousness as a mediator and teacher support as a moderator. *Computers in Human Behavior*, 101, 144–150.
- Zhang, Y., Qin, X., ve Ren, P. (2018). Adolescents' academic engagement mediates the association between Internet addiction and academic achievement: The moderating effect of classroom achievement norm. *Computers in Human Behavior*, 89, 299–307.
- Zhao, F., Zhang, Z.-H., Bi, L., Wu, X.-S., Wang, W.-J., Li, Y.-F., ve Sun, Y.-H. (2017). The association between life events and internet addiction among Chinese vocational school students: The mediating role of depression. *Computers in Human Behavior*, 70, 30–38.
- Zhou, Y., Li, D., Jia, J., Li, X., Zhao, L., Sun, W., ve Wang, Y. (2017). Interparental conflict and adolescent internet addiction: The mediating role of emotional insecurity and the moderating role of big five personality traits. *Computers in Human Behavior*, 73, 470–478.
- Zhou, Y., Li, D., Li, X., Wang, Y., ve Zhao, L. (2017). Big five personality and adolescent Internet addiction: The mediating role of coping style. *Addictive Behaviors*, 64, 42–48.

