

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BİLGİSAYAR BAĞIMLILIKLARI İLE BENLİK SAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Cihad DEMİRLİ¹ Sümeyra AYDINER²

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi çeşitli demografik değişkenler ışığında incelemektir. Araştırma, İstanbul'un Bayrampaşa ilçesinde faaliyet gösteren Bayrampaşa Bilgi Merkezi'nde eğitim alan toplamda 200 ortaokul öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak benlik saygısıyla bilgisayar bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezimiz desteklenmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Bilgisayar Bağımlılığı, Benlik Saygısı, Ortaokul Öğrencileri*

THE EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPUTER ADDICTION AND SELF ESTEEM OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO DEMOGRAPHIC VARIABLES

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relationship between computer addiction and self-esteem of middle school students according to some demographic variables. The study was conducted with 200 middle school students from different grades that are educated in Bayrampaşa Information Center. The findings point out that there is a significant negative relationship between computer addiction and self-esteem. As a result our hypothesis of a significant relationship between computer addiction and self-esteem was supported.

Keywords: *Computer addiction, Self-esteem, Middle School Students*

¹ cdemirli@ticaret.edu.tr Doç. Dr., İstanbul Ticaret Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Başkanı

² sumeyraaydiner@gmail.com İstanbul Büyükşehir Belediyesi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı

1. GİRİŞ

Gelişen teknoloji ve imkânların artmasıyla, artık hemen hemen herkes kolaylıkla bilgisayara erişim sağlayabilmektedir. Bilgisayar ve internet hızla gelişmekte ve okul çağı öğrencileri bu gelişmeleri takip ederek uzun vakitler bilgisayar başında vakit geçirmektedir. Bu durum onların psikolojik, akademik, sosyal ilişkileri ve fiziksel özelliklerini olumsuz yönde etkileyerek bağımlı olmalarına neden olmaktadır (Young, 1996).

Benlik saygısı, kendini olduğundan düşük ya da olduğundan üstün görmeyerek kendinden memnun olma durumudur. Kendini kıymetli, olumlu, beğenilmeye ve seilmeye değer bulmaktır. Kendini olduğu gibi, gördüğü gibi kabullenmeyi, özüne güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh halidir (Yörükoğlu, 2004).

Aydın ve Sarı (2011)'e göre; internet bağımlılığının benlik saygısı üzerinde negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu gibi araştırmalardan yola çıkarak, benlik saygısı ile bilgisayar bağımlılığı ilişkisinin araştırılması önem kazanmaktadır.

TÜİK (2016) verilerine göre; 2016 yılının Nisan ayında uygulanmış, bilgisayar ve internet kullanımına yönelik araştırma oranları 16-74 yaş aralığındaki bireylerde sırasıyla %54,9 ve %61,2 olduğu belirlenmiştir. Erkeklerde görülme oranı %64,1 ve %70,5 iken, kadınlarda görülme oranı %45,9 ve %51,9 bulunmuştur. 2015 yılında bilgisayar ve internet kullanım oranlarına göre %54,8 ve %55,9 bulunmuştur. Genel olarak Türkiye'ye baktığımızda internete ulaşma olanağı olan hanelerin oranı 2016 yılı Nisan ayında %76,3'e ulaşmıştır. 2016'nın ocak, şubat ve mart aylarında toplamda internet kullanan bireylerin %82,4'ü sosyal medya üstünden profil yaratma, mesaj yollama veya fotoğraf vb. paylaşımlarda bulunurken, bunu web sitelerinden video izleme %74,5, online haber %69,5 oranında, gazete ya da dergi okuma, sağlık içerikli bilgi araştırma %65,9 oranında, mal ve hizmetler ile alakalı bilgi araştırma %65,5 oranında ve en son olarak da %63,7 oranında internet üzerinden müzik dinleme (web radyo) görülmüştür. Son 3 ay baz alındığında, 2016 yılının ilk üç ayında internette aktif olan kişilerden interneti hemen hemen her gün yahut en azından haftada bir defa kullanan kişilerden meydana gelen devamlı internet kullanıcı oranı %94,9 bulunmuştur.

Young (1996)'a göre internet bağımlılığı dürtü kontrolündeki yetersizlikten kaynaklanmaktadır. Patolojik kumar oynamayla benzeşen yönleri vardır. Bu konuda en eski çalışma Young tarafından 1996 yılında geniş çapta ele alınmıştır. Young, internet bağımlılığını dürtü kontrol bozukluğu alt başlıklarıyla sınıflandırmış ve çalışmasında beş bağımlılık üzerine yoğunlaşmıştır. Bunlar; siber-cinsel ve ilişki bağımlılığı, zorlayıcı çevrimiçi kumar, çevrimiçi alışveriş bağımlılığı, zorlayıcı veri tabanı araması, bilgisayar oyun bağımlılığı olarak ele alınmıştır. İnternet yaygınlaşmakta ve kullanıcıları da her geçen gün artmaktadır. Bununla birlikte internetin zararları da artış göstermektedir. İnternet bağımlılığı bireyin ruhsal, fiziksel ve zihinsel becerilerini de olumsuz etkilemektedir (Young, 1996; Akt. Kim, 2008).

Dr. Goldberg internet bağımlılığı kavramını ilk ortaya atan kişidir. 1995 yılında ortaya attığı bu kavramındaki esas amacı DSM'nin karışık yapısını ortaya koymaktır. Bu bağlamda DSMIV'te yer alan madde bağımlılığını internet bağımlılığına uyarlamıştır. Sonrasında bunu kendi web sitesinde yayınlamıştır. Fakat beklemediği bir şekilde insanlardan net kolik olduğuna dair mesajlar almaya başlar. Bunun sonucunda da internet bağımlılığı bilimsel alana taşınmış olur (Arısoy, 2009).

Ülgen (2014) 12-18 yaş arası ergenlerle yaptıkları çalışma da eğitim düzeyi yüksek olan annelerin çocuklarında daha yüksek oranda internet bağımlılığı geliştiğini bildirmiştir.

İnternet bağımlılığının nedenleri üzerinde durduğumuz zaman sosyalleşme ihtiyacının öncelikli neden olduğundan bahsedebiliriz. Kişiler şehir hayatı koşullarının zorluğundan kaynaklı internetle iletişim kurabilmektedirler. Aynı zamanda yabancılarla internet üzerinden kaygısız bir şekilde iletişim kurma fırsatını elde ederler. Öte yandan kişiler kendilerini gizlemeden oldukları gibi karşdakine kaygısız bir şekilde yansıtmaya fırsatını yakalarlar. Bunların yanı sıra kişilerin yasaklanmış olana kolay erişebilme imkânı, risk faktörü de çekici kılmaktadır. Gençlerdeki aşırı internet kullanımı onlarda bazı bilişsel bozulmalara yol açabilmektedir. Kişilerin ders başarısında düşme, yeme alışkanlıklarının bozulması, uyku alışkanlığında bozulmalar görülmesi de internet bağımlılığının olası sonuçlarından sayılabilmektedir (Esen ve Gündoğdu, 2010).

Kuss ve ark. (2013)'de ergenlerle yaptıkları çalışma da ergenlerin % 3,7'sinin potansiyel internet bağımlısı olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca online oyun ve sosyal uygulamaların kullanımının (online sosyal ağ siteleri ve twitter), internet bağımlılığı riskini arttırdığı saptamışlardır.

Young (1996) tarafından yapılan çalışmada; araştırmacı örneklemini, arama motorlarından yararlanarak internette "İnternet bağımlılığı" kavramını araştıran veya gazete ve dergilerde yer alan araştırma ile ilgili olan ilana yanıt veren bireylerden oluşturmuştur. 496 kişiden oluşan örnekleme yer alan internet bağımlılarından 239'u kadın, 157'si erkektir. Bunun yanında, internet bağımlısı olmayan bireylerin ise 36'sı kadın, 64'ü erkektir. Literatürde var olan araştırmaların çoğuna göre, internet bağımlılığının erkeklerde daha çok görüldüğü tespit edilmiştir. Bu kapsamda araştırmacı tarafından tespiti yapılan bu sonuca göre, kadınların erkeklere nazaran iletişime daha açık olmaları ve problemleri hakkında yardım isteyebilmeleri olarak yorumlanmaktadır.

Strittmatter ve ark. (2015)'de ergenler üzerine yaptıkları araştırmalarında oyun içeren patolojik internet bağımlılığının erkeklerde kadınlara nazaran daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Oyun içermeyen patolojik internet bağımlılığı gösteren öğrenciler ile oyun içeren patolojik internet bağımlılığı gösteren öğrencilere göre depresyona daha yatkın olduklarını bulmuşlardır. İnternet kullanımının, öğrenciler üzerinden yapılan araştırmada % 35,3 oyun için; % 92,9 sohbet için; % 92,5, diğer internet uygulamaları için ve % 55,4 okul için kullanıldığını bulmuşlardır.

Armstrong, Phillips ve Saling (2000), tarafından yapılan araştırmada ve “İnternete İlişkin Sorun Ölçeği” adlı ölçeğin geçerliliğini test ettikleri araştırmalarında, aşırı internet kullanımı ile düşük özgüven arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır (Akt. Ulusoy, 2008).

Bilgisayar oyunlarına baktığımızda ise, bilgisayar oyunlarına gösterilen ilginin giderek arttığını söylemek mümkündür. Bilgisayar oyunları çocuğu sosyal ortamdan uzaklaştırarak sosyal gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir (Yavuzer,2007). Ögel (2012)’e göre, oyunlar gerçeklerden kopmaya neden olduğu kadar gerçeği daha iyi yaşamaya fırsat tanıyabilmektedir. Zorlu şehir hayatında insanın kaçmaya, eğlenmeye, mola vermeye ihtiyacı vardır. Oyunlar bu molayı sağlayabilmektedir. Bazı sanal oyuncular için internette oyun oynamak bir nevi terapi yerine geçebilmektedir. Kimin ne kadar oyun oynarsa bağımlı olacağını veya olamayacağını bilmek mümkün değildir. Sınır koyma becerisine sahip ebeveyne göre, sınır koyamayan ebeveynin çocuğunun bağımlı olabilme ihtimali daha yüksek olabilmektedir. Genel itibariyle oyun oynama sebeplerine baktığımızda: can sıkıntısı, öfke ve kızgınlıktan kurtulma, başarısızlık duygusundan kurtulma, merak ve uyarlama isteği, stresten kurtulma olarak sıralanabilmektedir.

Benlik saygısına baktığımız zaman, kendilerini pek önemli görmeyip, hiç bir özelliğini sevebilir görmeyen, kendilerine ve becerilerine güvenemeyen kişiler düşük benlik saygısına sahip bireylerdir. Özgüven, benliğini kabul etme, değerlilik ve eşitlik duyguları bir bütün olarak benlik saygısını oluştururlar. Ergenlerde değersizlik, güvensizlik, şüphe ve eşitsizlik duygularının belirmesi, benlik saygılarında düşüşe sebebiyet vermektedir (Temel ve Aksoy, 2001).

Benlik saygısıyla alakalı bazı araştırmalara baktığımızda; Mc Carthy ve Hoge (1982), yaş değişkeninin ergenler üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla yaklaşık 2000 kişiden oluşan örneklem üzerinde yaptıkları çalışmalarında, ergenlerin yaşları ilerledikçe benlik saygıların da arttığını bulmuşlardır. Nottelman (1987), Erken ergenlik çağına geçiş döneminde, benlik saygısında ciddi bir artış tespit etmemiştir. Erken ergenlik döneminin bazı yönlerden uyumlu bir evre olduğunun önemi yanında, benlik saygısında bulunan bazı gelişmelerin de kızlarda düşünmeye yönelik, erkeklerde ise her yönden ortaya çıktığı bilinmektedir. İnanç (1987), ülkemizde ergenlere yönelik gerçekleştirdiği çalışmasında, büyük yaş kademesinde olan kız öğrencilerin, yaşıtı olan erkek öğrenci grubuna göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tüm bu bilgiler ışığında kişilerin kendinden ne derece memnun olduklarını ifade eden benlik saygıları geliştikçe sosyalleştikleri, dış dünyaya daha çok açılıp insanlarla yüz yüze iletişimden kaçınmadıkları ve buna bağlı olarak bağımlılıklara eğilimlerinin azaldığı söylenebilmektedir. Benlik saygısı düşük bireyler dış dünyayla iletişimden kaçındıkları için bilgisayarda geçirdikleri vakitler uzamakta ve eksikliklerini bilgisayarla gidermeye çalışmaktadırlar. Bu da bilgisayar bağımlılığına yol açmaktadır.

Araştırmanın hipotezi bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu yönündedir.

2. YÖNTEM

Araştırmamız Ergenlerde Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin kullanıldığı tarama modelinde bir çalışmadır. Bu çalışmanın amacı, ortaokul kademesindeki öğrencilerin bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi çeşitli demografik değişkenler ışığında incelemektir. Araştırmada bağımlı değişken olarak “Bilgisayar Bağımlılığı”, bağımsız değişken olarak ise benlik saygısı ve sosyo demografik özellikler ele alınmıştır.

Araştırmanın evrenini ortaokul kademesindeki 5.,6.,7.ve 8. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma, İstanbul’un Bayrampaşa ilçesindeki farklı okullardan bir araya gelen çocukları eğiten, Bayrampaşa Bilgi Merkezi’nde toplamda 200 öğrenciye uygulanmıştır. Araştırma için 250 kâğıt dağıtılmış, aralarından 200 tanesi geri dönüş yapmıştır.

Araştırmada öğrencilerin sınıf seviyesi, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-babanın eğitim seviyesi, annenin çalışma durumu, evde internet olma durumu, bilgisayarı en çok hangi amaçla kullandıkları gibi demografik özellikler alınmış daha sonra bu katılımcılara Bilgisayar Bağımlılığı ve Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri uygulanmıştır.

Araştırmada, Ayas, Balta ve Horzum (2011)’un geliştirdiği “Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği” öğrencilerin internet ve oyun bağımlılığını değerlendirmek amacıyla yararlanılmıştır. Ölçekte 5’li Likert tipi dereceleme uygulanmıştır. Bu sıralama “Her zaman (5), Çoğu Zaman (4), Sıklıkla (3), Ara Sıra (2) ve Nadiren (1)” olarak meydana gelmiştir. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin güvenilirliğini hesaplamak için kullanılmıştır. İç tutarlılık katsayısı tamamı 54 maddeden meydana gelen ölçekte. 95 olarak tespit edilmiştir (Ayas,2012).

Amerika’da geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış olan Rosenberg’in geliştirmiş olduğu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden birçok araştırmada yararlanılmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği on iki alt bölüme sahiptir. Ölçekte çoktan seçmeli sorular vardır. 0.89 olan, test tekrar test güvenilirlik katsayısı, cronbach alpha geçerlik katsayısı ise 0.71 olarak saptanmıştır. Çoktan seçmeli sorulardan oluşan ve 12 alt kategorisi bulunan ölçek toplam 63 maddeden oluşmaktadır (Çuhadaroglu, 1986). On iki alt bölüme baktığımızda; benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon yer almaktadır. Benlik saygısı alt testi değerlendirilirken 0-1 puana sahipse yüksek, 2-4 puana sahipse orta, 5- 6 puana sahip ise düşük benlik saygısına

sahiptir değerlendirilmesi yapılabilmektedir. Geri kalan alt bölümlerden alınan yüksek puanlar, insanlara güven duyma alt testine bakıldığında güvenin azlığına, ana baba ilgisi alt testinde ilgi azlığına, babayla ilişki alt testinde babayla ilişkinin yüksek oluşuna, depresif duygulanım alt testine göre depresyon düzeyinin fazlalığına, eleştiriye duyarlılık alt testine göre duyarlılığın yüksek olduğuna, hayalperestlik alt testinde hayalperestliğin yoğunluğuna, psikosomatik belirtiler alt testinde belirtilerin yüksek olduğuna, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt testinde kolaylıkla tehdit edilme duygusuna, kendilik kavramının sürekliliği alt testinde devamlılığın düşük, tartışmalara katılabilme derecesi alt testinde tartışmalara katılma düzeyinin fazla olduğuna, psişik izolasyon alt testinde psişik izolasyonun yüksek olduğuna işaret eder. Üç farklı öğretim görevlisinin incelemiş olduğu ölçek, Çuhadaroğlu tarafından Türkçeye çevrilmiş, ölçeğin son hali ise Hacettepe Çocuk Hastanesine başvuran on ergene uygulanarak yapılan araştırmalar neticesinde bazı değişiklikler yapılarak oluşturulmuştur (Öner, 1997).

Ölçme araçları her bir öğrencide farklı sırada gelecek şekilde fotokopi çektilirerek zımbalanmış araştırmacı tarafından öğrencilere elden dağıtılarak uygulanmıştır. Verilerin analizinde bilgisayar bağımlılığı, benlik saygısı ve demografik değişkenler arasındaki ilişki korelasyon ile belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmada tüm çözümlemeler SPSS 15.0 paket programları kullanılarak gerçekleştirilmiş ve çözümlemelerde anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Araştırmada bulgular; demografik değişkenlerin frekans ve yüzdelik dağılımı frekans testine göre sırayla aşağıda yer almaktadır.

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Frekans ve Yüzdelik Tablosu

Demografik değişkenlerin dağılımı		Frekans	Yüzde
Cinsiyetiniz nedir?	Kız	99	49.5
	Erkek	101	50.5
Babanızın eğitim durumu nedir?	Okul okumadı	5	2.5
	İlkokul	62	31.0
	Ortaokul	52	26.0
	Lise	62	31.0
	Üniversite	19	9.5
Annenizin eğitim durumu nedir?	Okul okumadı	15	7.5
	İlkokul	83	41.5
	Ortaokul	51	25.5
	Lise	43	21.5
	Üniversite	8	4.0
Kaç kardeşsiniz?	Tek çocuğum	28	14.0

	İki kardeşiz	109	54.5
	Üç kardeşiz	50	25.0
	Dört kardeşiz	9	4.5
	Beş kardeşiz	4	2.0
Anneniz çalışıyor mu?	Evet	54	27.0
	Hayır	146	73.0
İnterneti en çok hangi amaçlı kullanırsınız?	Araştırma(ders bilgi)	111	55.5
	Sohbet(chat)	24	12.0
	Müzik-film	19	9.5
	Oyun	46	23.0
Evinizde internet var mı?	Evet	145	72.5
	Hayır	55	27.5
Kaçıncı sınıftasınız?	5.sınıf	60	30.0
	6.sınıf	27	13.5
	7.sınıf	65	32.5
	8.sınıf	48	24.0

Bu öğrencilerin 60'ı (%30) 5.sınıftan, 27'si (13,5) 6. sınıftan, 65'i (%32,5) 7.sınıftan, 48'i (%24) 8.sınıftan olmak üzere toplamda 200 öğrenciye uygulanmıştır.

Araştırmaya katılanların cinsiyet oranlarına baktığımızda 99'u (%49,5) kız, 101'i (50,5) erkektir. Babanın eğitim durumuna göre, okul okumayan 5 kişi (%2,5), ilkokul 62 kişi (%31,0), ortaokul 52 kişi (%26,0), lise 62 kişi (%31,0), üniversite 19 kişi (%9,5)dir. Annenin eğitim durumuna göre, okul okumayan 15 kişi (%7,5), ilkokul 83 kişi (%41,5), ortaokul 51 kişi (%25,5), lise 43 kişi (%21,5), üniversite 8 kişi (%4,0)dir. Kardeş sayısına göre, tek çocuk 28 kişi (%14,0), iki kardeş 109 kişi (%54,5), üç kardeş 50 kişi (%25,0), dört kardeş 9 kişi (%4,5), beş kardeşiz 4 kişi (%2,0)dir. Annenin çalışma durumu, evet diyenler 54'ü (%27,0), hayır diyenler 146 kişi (%73,0). İnterneti en çok hangi amaçla kullandıkları sorusunu, araştırma 111 kişi (%55,5), sohbet(chat) 24 kişi (%12,0), müzik-film 19 kişi (%9,5), oyun 46 kişi (%23,0) tercih etmiştir. Evinizde internet olup olmadığı sorusuna evet diyenler 145 kişi (%72,5), hayır diyenler ise 55 kişi (%27,5) dir.

Araştırmada bulgular; bilgisayar bağımlılığıyla ile benlik saygısının ilişkisine yönelik bulgular korelasyon testine göre aşağıda yer almaktadır.

Tablo2. Bilgisayar Bağımlılığı İle Benlik Saygısının Korelasyonu

	Bilgisayar Bağımlılığı	Benlik Saygısı
Bilgisayar Bağımlılığı	1	-.222(**)
Benlik Saygısı	-.222(**)	1

** p <0.01 * p <0.05

Bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkiye baktığımızda, aralarında ($r=-.22$) negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($p <0.01$). Bu bulgu benlik saygısı düşük olanların bilgisayar bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu etkililik anlamlı fakat düşük düzeyde bulunmuştur.

Aşağıda bilgisayar bağımlılığı değişkeni ile cinsiyet değişkeni arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 3: Cinsiyete Göre Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma, Korelasyon Ve Bağımsız Örneklem Değeri

Cinsiyet	N	Bilgisayar Bağımlılığı Ortalama X	Standart Sapma SS	T	P
Kız	99	1.53	0.55	-3.87	0.002
Erkek	101	1.89	0.77		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 3’de bilgisayar bağımlılığı ile cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, kız öğrencilerle ($x= 1,53$, $S= 0,55$) erkek öğrenciler ($x =1,89$, $S= 0,77$) arasında

bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu ifade edilebilir ($t = -3,86$, $p < 0.01$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

Aşağıda bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıfta olduğu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) ve Tukey -HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 4: Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	5.11	3	1.70	3.68	0.013
	Gruplar içi	90.80	196	0.46		
	Toplam	95.91	199			

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

Tablo 4’de bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıf oldukları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 3,68$).

Aşağıda bilgisayar bağımlılığı ile interneti en çok hangi amaçla kullandığı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 5: Bilgisayar Bağımlılığı ile Bilgisayarı Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	P
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	7.27	3	2.42	5.36	0.001
	Gruplar içi	88.639	196	0.45		
	Toplam	95.90	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 5’de, bilgisayar bağımlılığı ile bilgisayarı hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 5,36$).

Aşağıda bilgisayar benlik saygısı ile cinsiyet değişkeni arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 6: Cinsiyete Göre Benlik Saygısı Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ,Korelasyon Ve Bağımsız Örneklem Değeri

Cinsiyet	N	Benlik saygısı Ortalama X	Standart Sapma SS	T	P
Kız	99	2.19	0.19	-3.86	-0.16
Erkek	101	2.12	0.26		

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

Tablo 6’da benlik saygısı ile cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, kız öğrencilerle ($x = 2,19$, $S = 0,19$) erkek öğrenciler ($x = 2,12$, $S = 0,26$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu ifade edilebilir ($t = -3,86$, $p < 0.05$).

Bilgisayar bağımlılığıyla, babanın eğitim durumu, annenin eğitim durumu, kardeş sayısı, annenin çalışma durumu, evinde internet olup olmaması değişkenleriyle aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Benlik saygısıyla, kaçınıcı sınıfta olduğu, babanın eğitim durumu, annenin eğitim durumu, kardeş sayısı, annenin çalışma durumu, interneti hangi amaçla kullandığı, evinde internet olup olmaması değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

4. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı, bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkinin demografik değişkenlere göre değerlendirilmesidir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında ilişki olduğuna dair bulgu alan yazındaki bulgularla tutarlılık göstermektedir (Armstrong, Phillips & Salling, 2000; Griffiths & Banyard, 2005; Kim & Davis, 2009). Benlik saygısı düşük bireyler, genellikle sosyal açıdan yetersiz

oldukları için bilgisayarla vakit geçirmeye daha çok vakit ayırabilir, benlik saygısı düşükçe bilgisayar bağımlılığı artabilir. Aynı şekilde benlik saygısı düşük bireyler özgüven problemi yaşadıkları için yüz yüze iletişimden kaçınıp bilgisayar ortamında iletişim kurmayı tercih ettikleri için bu kimselerin bilgisayar bağımlılıkları artış gösterebilir.

Yapılan araştırmalar (Nalwa ve Anand, 2003) kişilere sosyal destek verilmesinin internet bağımlılığının azalmasında etkili olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı düşük bireyler için okulla görüşülerek onların yeteneklerine yönelik okul kulüpleri açılması önerilebilir. Yeteneklerine yönelik aktiviteler yapmaları başarıyı tatmalarını ve benlik saygılarının artmasını sağlayabilir. Benlik saygısı düşük bireyler sosyal hayatta aktif olmadıklarından bilgisayar başında uzun süreler vakit geçirmeyi tercih edebilirler. Bu durumda ailelerin çocukların bilgisayarla oynamalarına sınır koymaları ve sosyal hayatta daha aktif olabilmeleri için teşvik etmeleri etkili olabilir.

Bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olup olmama durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasının sebebi olarak, mobil internetlerin yaygınlaşması sebebiyle ev interneti kullanılmaması gösterilebilir. Bunun yanında internet kafelerin yaygınlaşması ve ekonomik olması sebebiyle de internet ihtiyaçlarının buradan kolaylıkla giderilebilmesi sebep gösterilebilir.

Bundan sonraki araştırmada internet bağımlılığı ile oyun bağımlılığının ayrı ayrı benlik saygısıyla ilişkisi değerlendirilebilir. İnternet bağımlılığının benlik saygısının alt ölçekleriyle ilişkileri ayrı ayrı değerlendirilebilir. Aynı şekilde oyun bağımlılığının benlik saygısının alt ölçekleriyle ilişkileri ayrı ayrı değerlendirilebilir. Örnekleme sadece Bayrampaşa ilçesiyle sınırlı tutulmayıp, İstanbul'daki tüm ilçelerde uygulanabilir ve ilçeler arasındaki farklılıklar kıyaslanabilir.

KAYNAKLAR

Aksaray, Semra.(1992). “Adolesanların Benlik İmajlarını Etkileyen Etmenlerden Ana Baba Tutum Algısı” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi.

Arısoy, Ö.(2009),”İnternet Bağımlılığı Ve Tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar”, Current Approaches in Psychiatry,1.sayı.

Armstrong, L., Phillips, J. G. & Saling, L. L. (2000). Potential Determinants of Heavier Internet usage. International Journal of Human Computer Studies, 53, 537-550.

Ayas, T.(2012),”Lise Öğrencilerinin İnternet Ve Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Utangaçlıkla İlişkisi” Educational Sciences: Theory&Practice, Bahar, 627-636.

Aydın, B. Ve Sarı S. (2011), ``Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem`` Procedia Social and Behavioral Sciences 15, 3500–3505.

Çuhadaroğlu, F. (1986).” Adolesanlarda Benlik Saygısı ” ,Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi., Ankara.

Esen, B. K., & 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.

İnanç, Banu (1987). Adolesan Dönemdeki Öz-İmaj Örüntüsünün İncelenmesi-Ön Çalışma. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 1 (1): 60-72, 1987.

Kim J.(2008).”The Effect of a R/T Group Counseling Program The Internet Addiction Level and Self-Esteem of Internet Addiction University Students”,The author is an assistant professor at Dong-A University in Busan, International Journal of Reality Therapy ,Vol.XXVII, number 2 ,South Korea.

Kuss J., D., Griffiths D., M., Binder J., F. İnternet addiction in students: Prevalence and risk factors. Computers in Human Behavior 29 (2013); 959–966.

McCarty, J.D. ve Hoge D. R. (1982). “Analysis of Age Effects in Longitudinal Studies of Adolescent Self-Esteem”, Development Psychology,18(3): 372-379.

Nalwa,K.&Anand, A.(2003). “Internet addiction among students: A cause of concern”, Cyberpsychology and Behaviour,6 (6), 653-656.

Nottelman, E.D. (1987). “Competence and Self Esteem During Transition From Childhood To Adolescence”, Developmental Psychology, 23(3): 441-450.

Ögel, K.(2012,Nisan). İnternet Bağımlılığı “İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkma”, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.

Öner, N. (1997). Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler: Bir Başvuru Kaynağı. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Strittmatter E., Kaess M., Parzer P., Fischer G., Carli V., Hoven C., W., Wasserman C., Sarchiapone M., Durkee T., Apter A., Bobes J., Brunner R., Cosman D., Sisask M., Várník P., Wasserman D. Pathological internet use among adolescents: Comparing gamers and non-gamers. Psychiatry Research 228 (2015); 128–135.

Temel, Z. F., Aksoy, B. A. (2001). Ergen ve Gelişimi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

TÜİK(2016). <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>, 18.08.2016 Sayı: 21779

Ülgen V. 12-18 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığında sosyal karşılıklık ve yor dayıcı faktörlerin değerlendirilmesi. Uzmanlık tezi. Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi. Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı. İstanbul, Türkiye. 2014.

Ulusoy, O.(2008), “Ergenlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı ve Saldırganlık İlişkisi”, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.

Yavuzer, H.(2007). Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Young, K.S. (1996), “Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder”, Cyberpsychology and Behavior, 1, 1-12.

Yörükoğlu, A. (2004). Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar. İstanbul: Özgür Yayınları.