

## Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Düşünme İhtiyacı ve Duyguları İfade Etme Arasındaki İlişki<sup>1</sup>

Hümeysra SEVİNÇ\*  
İbrahim TAŞ\*\*

**Öz:** Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca çalışmada bu kavramların bazı demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir. Çalışma 286 kız, 103 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 2 kişi olmak üzere toplam 391 öğrenciyle yapılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Young İnternet Bağımlılığı Testi - Kısa Formu, Düşünme İhtiyacı Ölçeği, Duyguları İfade Etme Ölçeği ve araştırmacının oluşturduğu kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler İlişkisiz Grup t Testi, Tek yönlü Varyans Analizi ve Çoklu Regresyon Analizi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etmenin yakınlık alt boyutu arasında anlamlı ve ters yönde bir ilişki bulunmuştur. Düşünme ihtiyacı ve yakınlık duygu ifadesinin internet bağımlılığını yordadığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları literatürdeki diğer bulgular ile birlikte tartışılmış, eğitimcilere ve ailelere öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Sözcükler:** İnternet Bağımlılığı, Düşünme İhtiyacı, Duyguları İfade Etme

### The Relationship between Internet Addiction, Need for Cognition and Expressing Emotions of University Students

**Abstract:** The aim of this study was to examine the relationship between internet addiction, need for cognition and expressing emotions of university students. In addition, whether these concepts differ according to some demographic variables would be investigated. The study was conducted on a total of 391 students including 286 girls, 103 boys and 2 unspecified sex. Data were collected by using Young Internet Addiction Test - Short Form, Need for Cognition Scale, Expressing Emotion Scale and the personal information form created by the researcher. The statistical analyses were performed with Multiple Linear Regression, Independent Samples t-Test, One Way ANOVA and Pearson Product-Moment Correlation. As a result of the research, a significant and opposite relationship was found between internet addiction and the need for cognition and proximity (subdimension of expressing emotions). The results of the study were discussed together with the other findings in the relevant literature and suggestions were presented to the academicians and researchers.

**Keywords:** Internet Addiction, Need for Cognition, Expressing Emotions

Geliş Tarihi: 05.06.2020 Kabul Tarihi: 31.08.2020

Makale Türü: Araştırma Makalesi

<sup>1</sup> Bu araştırma yüksek lisans tezinden makaleye çevrilmiştir.

\* Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul, Türkiye, e-posta: humeyrasevinc.16@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8754-1464>

\*\* İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, İstanbul, Türkiye, e-posta: ibrahimtas34@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5752-2753>

#### Atıf için/ To cite:

Sevinç, H. ve Taş, İ. (2020). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme arasındaki ilişki. *Yaşadıkça Eğitim*, 34(2), 523-541.

İnternet insan hayatının her alanında yer alan, erişimi oldukça kolay ve vazgeçemeyeceğimiz bir teknoloji haline gelmiştir. İnsan yaşamında sağladığı kolaylaştırıcı işlevler, insanların zamanlarının büyük bir kısmını internette geçirmelerine sebep olmaktadır. İnternet, ihtiyaç duyulan alanların dışında fazla uzun süre kullanılır ve kontrol edilemez bir hal alırsa da sağlıksız internet kullanımı oluşmaktadır (Eşgi, 2014, Karagözoğlu-Aslıyüksek, 2017, Kılıç ve Durat, 2017). Sağlıksız internet kullanımı bireylerin psikolojik sağlığını ve yaşamlarının işlevselliğini ciddi olarak etkilemektedir (Karagözoğlu-Aslıyüksek, 2017). İnsan yaşamında olumsuz etkiler görülmeye başlayınca da internet kullanımı araştırmacılar tarafından tartışma konusu haline gelmeye başlamıştır (Taş, 2015, s. 54). İnternetin “bağımlılık” olarak ele alınmaya başlanması, tanımı, tanı kriterlerinin neler olabileceği araştırmacıların ele aldığı tartışma konularından bazılarıdır.

İnternet bağımlılığının tanımını yapan ilk kişi Young (2007)’dur. İnternet bağımlılığı sık sık internetle meşgul olma, internette durduğu süreyi kontrol edememe, bu durumu başkalarından gizleme ve yaşamının işlevselliğinde oluşan tüm olumsuzluklara rağmen kişinin internet kullanmaya devam etmesi Young (2007)’a göre internet bağımlılığı olarak adlandırılır. Kandell (1998) ise internet bağımlılığını bağlandıktan sonra internette yapılan faaliyetin türü fark etmeksizin psikolojik olarak bağımlılık hissetmek olarak tanımlamıştır. Ruhsal bozuklukların tanısı ve istatistiksel sınıflamalarının yer aldığı Amerikan Psikiyatri Birliğinin Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı beşinci basımında (DSM 5) internet bağımlılığı kavramı ilk defa gündeme gelmiş, tanı alacak bir hastalık olarak görülmese de internet oyun bağımlılığı başlığının altında yer alarak gelecek sınıflandırmalarda gündeme gelmesi planlanmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014).

Young (1998), DSM’de yer alan kumar bağımlılığının ölçütlerinden yola çıkarak, öneri olarak internet bağımlılığı için 8 kriterden oluşan tanı ölçütleri belirlemiştir. Bunlar; (1) internet ile ilgili düşüncelerle aşırı meşgul olma, (2) internet kullanımı sonucunda alınan keyfi tekrar ulaşmak için daha fazla interneti kullanma, (3) internet kullanımını kontrol edebilmek için defalarca başarısız girişimde bulunma, (4) internet kullanımını durdurma girişimlerinde huzursuz, sinirli, depresif veya karamsar hissetme, (5) kullanmaya başlarken hedeflenenden daha uzun süre kalma, (6) internet kullanımı sebebiyle eğitim, kariyer fırsatı veya önemli bir ilişkinin riske atılması, (7) internet kullanım sürenizi saklamak için terapist, aile üyelerine veya başka birine yalan söyleme, (8) olumsuz duygulardan ve problemlerden uzaklaşmak için interneti kullanma. Bu ölçütlerden 5 tanesinin sağlanması halinde Young (1998)’a göre internet bağımlılığından söz edilir.

Griffiths (1999) ise internet bağımlılığını davranışsal bağımlılıklar içerisinde değerlendirmiş, davranış örüntülerinde dikkat çekme, tolerans geliştirme, çatışma, yoksunluk belirtileri, duygu durumunda değişiklik ve nüks olarak belirlediği 6 özelliğin gözlemlendiği kişilerin bağımlı olarak nitelendirilebileceğini belirtmiştir. Bunlardan dikkat çekme, kişinin eylemi yapmadığı zamanlarda aklının o eylemle meşgul olmasıdır. Duygu durum değişikliği, kişinin baş etme mekanizması olarak da kullandığı, yapılan etkinliğin sonucunda oluşan ruh hallerindeki değişimlerdir. Yoksunluk, yapılan bir eylem kesildiğinde kişide rahatsız edici duygular ve fiziki semptomlardır. Tolerans, duygu durum değişiminin devam etmesi için eylemin tekrar artarak yapılma isteğidir. Çatışma, kişinin sosyal hayatını, iş ve okul hayatını ve kişilerarası ilişkilerindeki işlevselliğini bozarak olumsuz etkilemesidir. Nüks ise bağımlılık oluşturan eylemin bırakılıp daha sonra tekrar edildiğinde aynı problemli döngünün uç düzeyde yaşanması halidir.

İnternet bağımlılığının tanımı, tanı kriterleri ile ilgili yapılan çalışmalar haricinde, internet bağımlılığının insan hayatında başka ne gibi etkileri olduğuna dair de birçok araştırma yapılmıştır. İnterneti sıklıkla kullanan ve aralarında internet bağımlıları bulunan üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada, kişiler arası iletişim, aile işlevleri ve günlük hayattaki rollerinin sağlıklı olmamasının internet bağımlılığı ile bağlantılı olduğu görülmüştür. Genç neslin ebeveynleri ve çevresiyle kazanması gereken bilgi ve tecrübeleri internet ortamından kazanmaya çalıştıkları, dolayısıyla aile ortamında kazanılması gereken değerlerin unutulmaya başladığı görülmektedir (Balkan, 2011). İnternet bağımlılığının bu etkilerinin yanı sıra psikolojik olarak insan üzerinde ne gibi etkileri olduğu farklı araştırmacılar tarafından incelenmiş, internet bağımlılığı düzeyinin arttıkça, depresyon ve anksiyete (Akin ve Iskender, 2011, Bisen ve Deshpande, 2020, Taş, 2018,)), obsesif kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, somatizasyon bozuklukları, paronoid düşünce (Taş, 2018), dürtüsellik (Bisen ve Deshpande, 2020), psikotizm, yüksek nevrotiklik, düşük dışa dönüklük ve aile işlevi (Yan, Li ve Sui, 2014) vb. psikolojik belirtilerinin arttığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı ile beraberinde

getirdiği bu ve benzeri psikolojik rahatsızlıkların tedavisi üzerinde çalışan yaklaşımlar farklı oranlarda da olsa duyguları ifade etmenin ve fark etmenin önemine değinmektedir (Kuzucu, 2006).

İnsan hayatındaki mücadelede önemli bir yere sahip olan duygu (Southam-Gerow, 2014), kişilerin bir başkasına, nesnelere veya bir duruma karşı hissettikleri olarak tanımlanabilir (Çakar ve Erbak, 2004). İnsanın bedeninde ve yüzünde kendini gösteren duygunun yapısı incelendiğinde duyguları ifade etme ve duyguları fark etme kavramları öne çıkar. Bu kavramlardan biri olan duyguları ifade etme sözel olarak ve yüz mimikleriyle insanın hissettiği duyguları karşısındaki kişiye aktarmasına denir (Kuyumcu ve Güven, 2012). Duyguları yüz mimikleriyle ifade etmede çoğu ifade tarzı dünyanın her yerinde değişmezken (Atkinson, Smith, Bem ve Hoeksema 2010), sözel olarak, tavır ve davranışlarla ifade etme ise kişiden kişiye değişkenlik gösterir. Duyguları ifade etme kişiden kişiye değişkenlik gösterse de her insanda bulunan ve insan hayatında oldukça önemli bir yere sahip olan bir kavramdır.

İnsan hayatında yadsınamaz bir önemi olan duyguları ifade etmenin insan hayatı üzerinde ne gibi etkileri olduğuna dair sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Dumlupınar, Mercan, Şaylan ve Buran (2012) tarafından yapılan bir araştırmada duyguları ifade etme düzeyinin arttıkça iletişim becerilerinin de kuvvetlendiği görülmüştür. Serim ve Cihangir Çankaya (2015) tarafından yapılan bir araştırmada yardım arama eğiliminin arttıkça duyguları ifade etme eğiliminin de arttığı görülmüştür. Yapılan başka bir araştırmada da evlilik doyumu ile duyguları ifade etmenin alt boyutu olan yakınlık ile arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Yedirir ve Hamarta, 2015). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada duyguları ifade etme düzeyi yüksek olan kişilerin öz anlayış, empatik eğiliminin yüksek olduğu saldırganlık düzeyinin ise düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Adıgüzel, 2012). İnsanların birbirlerine karşı duygularını ifade ederken sıklıkla kullandığı internet ile duyguları ifade etme arasında ise yapılan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

İnsanlar son zamanlarda gelişen internet teknolojisi ile birlikte duygularını ifade ederken Facebook, Whatsapp vb. sanal platformları sıklıkla kullanır hale gelmiştir (Uçar, 2016). Örneğin bu uygulamalar duyguları ifade etmek amacıyla tasarlanmış “emoji” adı verilen çeşitli duygu ifadelerini içeren küçük resimleri kullanıma sunmaktadır. Artık kişiler bir sorunla karşılaşp üzüldüğünde sebebini ve hissettiği duygusunu sözel olarak ifade etmek yerine uygulama aracılığıyla üzgün yüz ifadesini tek bir dokunuşla göndermektedir. Bir duygu üzerine yoğunlaştığında da duygusunu yansıtan şarkının videosunu yine tek bir dokunuşla göndererek kendi duygusunu ifade edebilmektedir. Kısacası insan hayatına hızlıca giriş yapan ve geniş bir yer edinen internet ve sanal ortam, insanların düşünme ve duygularını ifade etme becerilerini kullanarak yaşadıklarını yazmak, dile dökmek yerine, sanal ortamın sağladığı hazır video, resim vb. araçlarla daha az çabayla duygularını ifade etmelerine sebep olmaktadır.

İnsanların yüz yüze iletişim kurmaktansa sanal ortamı tercih etmeleri psikolojik sağlık üzerinde endişe oluşturmaktadır. Yapılan bir araştırmada insanların birbirlerini anlamasında etkili olan ayna nöronların ancak insanların yüz yüze iletişim kurması halinde geliştiği, duyguları ifade etme ile ilgili bozuklukların bu ayna nöronlarla bağlantılı olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Moriguchi ve diğerleri, 2007; akt. Altınbaş, Gülöksüz, Özçetinkaya ve Oral, 2010). Bu sonuç sanal ortamda iletişimi sıklıkla kullanan bireylerin ayna nöronlarının gerektiği gibi gelişmeme, duyguları ifade etme becerilerinde ve düşünme becerileri üzerinde negatif etki uyandırma ihtimalini düşündürmektedir.

İnsan var olan akli sebebiyle sahip olduğu düşünme eylemi doğumundan ölümüne kadar gelişerek devam eder (Güncü, 2018). Düşünme, bilgileri kavrayarak analiz ve sentez yapma ve karşılaştırma gibi süreçlerden oluşan zihinsel sürece verilen isimdir (Cevizci, 2010). Düşünme eylemiyle insanlar bir takım değerlendirme içerikli ifadeler kullanırlar. Düşünme sürecinde düşünmenin yanı sıra, duygu ve arzuların da etkili olduğu üç aşamalı bir süreç vardır. İlk aşama olan düşünmede insan, yaşamındaki olayları anlamlandırıp sınıflarken, arzu bu sentezin ardından harekete geçme enerjisini sağlar, duygu da sentezlerin ardından oluşan anlamları üzüntü, kaygı, mutluluk vb. şekilde yorumunu sağlar.

Düşünme ile birlikte bilişsel yapının bir parçası olarak ele alınan kavramlardan biri de düşünme ihtiyacıdır. Düşünme ihtiyacı insanın yaşadığı süre boyunca aktif olan bilişsel eylem içinde olma isteğidir

(Kağıtçıbaşı, 2010). Düşünme ihtiyacı ile ilgili yapılan araştırmalarda düşünme ihtiyacı yüksek olanların diğerlerinden daha çok merak ettikleri (Bavolar ve Mihal, 2018), gelen mesajı daha ayrıntılı inceledikleri (Demirtaş-Madran, 2012), düşünme gerektiren şeylere karşı daha çok ilgi duydukları (Cacioppo ve Petty, 1982; akt. Demirtaş-Madran, 2012), kendilerine olan güvenlerinin daha fazla olduğu (Fleischhauer ve diğerleri, 2010), akademik başarının arttığı (Sadowski ve Gülgöz, 1996), hayatı diğerlerine göre daha az sıkıcı-sıradan buldukları, daha az televizyon seyrettikleri (Demirtaş-Madran, 2012) görülmüştür. Düşük olanların ise yüzeysel bir değerlendirme yaparak mesajın daha çok fiziksel çekiciliği, konuşma tarzı gibi özelliklerine odaklanırlar (Demirtaş-Madran, 2012), düşünmekten çok diğerlerinin kararlarına ve bilgilerine uyma eğilimi gösterdikleri (Cacioppo ve Petty, 1982; akt. Demirtaş-Madran, 2012), depresyon ve anksiyete yaşayan kişilerin ise düşünme ihtiyaçlarının diğerlerine göre daha düşük olduğu (Fleischhauer ve diğerleri, 2010) görülmüştür. İnternetin getirdiği yenilikler ve sağladığı imkanlarla insanlar, karmaşık düşünme süreçlerinden oluşan, yüksek düşünme ihtiyacı gerektiren birçok işi daha az çabayla kolay yoldan çözebilmektedir. Örneğin, artık yol tarif edileceğinde üzerinde çok düşünmeye gerek kalmadan internet aracılığıyla bir dokunuşla yol tarifi alınabilmekte, bir bilgiyi araştırmak için çok çaba sarf etmeden aratarak saniyeler içinde bilgiye ulaşabilmektedir. Bu ve benzeri durumlar düşünmeye daha az ihtiyaç duyarak kolay yoldan bilgiye ulaşmamızı sağlayabilmektedir.

İnternetin akıllı teknolojilerle birlikte insanın günlük aktiviteleri, sosyal yaşamı, iletişim vb. düşünme ihtiyacı duyduğu birçok alanda hızla yayılarak sağladığı kolaylıklarla birlikte, bağımlılık düzeyindeki sağlıksız internet kullanımının düşünme ihtiyacı ile nasıl bir ilişki içinde olduğu oldukça önemlidir. Örneğin, insanlar düşüncelerini düşünme becerilerini kullanıp yazarak ifade etmek yerine, internetin getirdiği iletişim araçlarıyla “emoji” adı verilen simgeleri kullanmaktadırlar. Düşünme eylemi kullanılarak yazılan “Bana böyle demenden dolayı üzuldüm.” cümlesinin yerini “☹” ifadesi tek başına karşılamaktadır. Bu durumun insanın düşünme ihtiyacını nasıl etkilediği merak konusudur.

Düşünmenin etkili olduğu alanlarda bağımlı kişiler düşük performans sergilerler (Kim, 2012). Bu araştırmanın katılımcılarının üniversite öğrencileri olduğu düşünüldüğünde, düşünme süreci içinde bulundukları en yoğun alanlardan biri akademik alandır. Bu sebeple internet bağımlılığının algılanan akademik başarı durumuna dayalı farklılıkları da bu araştırmada ele alınmıştır. Buna ek olarak düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenlerinin de algılanan akademik başarıya dayalı farklılıkları araştırılmıştır. Ayrıca internetin yanı sıra bağımlılığa sebep olan ve tüm dünyada yaygın olarak kullanılan sigara (Mayda, Tufan ve Baştaş, 2007), Türkiye’deki en yaygın risk faktörüdür (Tezcan ve Yardım, 2003). Sigara bağımlılığı hem davranışsal hem de biyolojik anlamda tedavi gerektirmektedir (Uysal ve diğerleri, 2004). Sigaranın ve internetin sağlıksız kullanımı sonucunda bağımlılık haline gelmesi ile bağımlılık kavramı altında benzer bir noktada buluşmaktadır. Bağımlılık oluşturan bu iki kavram ile ilgili bir farklılık olup olmama durumunu araştırmak için bu araştırmada ayrıca internet bağımlılığının sigara kullanım durumuna dayalı farklılıkları araştırılmıştır. Ayrıca düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenlerinin de sigara kullanım durumuna dayalı farklılıkları bu araştırmada ele alınmıştır. Ele alınan değişkenlerden bir diğeri de cinsiyettir. Erkekler duyguları kızlarla aynı şekilde hissetmelerine rağmen daha çok kendilerine saklamaya, kızlar ise diğerleriyle paylaşma yatkındırlar. Yine kızlar daha karmaşık ve ayrıntılı şekilde duygularını ifade etmektedirler (Barett, Lane, Sechrest ve Schwartz, 2000). Cinsiyette görülen bu farklılıklardan yola çıkılarak duyguları ifade etme eğiliminin cinsiyete dayalı farklılıkları konusu ve buna ek olarak internet bağımlılığı ve düşünme ihtiyacının da cinsiyete durumuna dayalı farklılıklar araştırmada ele alınmıştır.

Özetle insan hayatında birçok yenilik ve kolaylık sağlayan internetin, insanların düşünme ihtiyaçlarını ve duyguları ifade etme düzeylerini nasıl etkilediği konusunda literatürde daha önce yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. İnternet kullanımı son yıllarda giderek artmış ve artık bağımlılık kavramıyla anılır hale gelmiştir. Zaman zaman bağımlılık düzeyine gelen internet kullanımının insanın düşünme ihtiyacını ve duyguları ifade etme becerilerini azaltıp azaltmadığı önemli bir konudur. Bu doğrultuda yapılan bu çalışmada amaç, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Buna ek olarak bu kavramların cinsiyet, sigara kullanma durumu, algılanan akademik başarı düzeyi değişkenlerine dayalı farklılıklar ve internet bağımlılığını düşünme ihtiyacı ve

duyguları ifade etmenin alt boyutlarının yordayıp yordamadığı araştırılmıştır.

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Bu çalışmada ilişkisel araştırma modeli ile üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyine dayalı farklılıkları araştırılmıştır. İki veya daha fazla sayıdaki değişkenin birlikte değişim içinde olup olmama düzeyini araştırın model ilişkisel araştırma modelidir (Karasar, 1998). Ek olarak bu çalışmada internet bağımlılığı, düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenlerinin cinsiyet, algılanan akademik başarı, sigara kullanma duruma dayalı farklılıkları araştırılmıştır.

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu 5 farklı üniversitede çeşitli bölümlerde okuyan öğrencilerden rastgele seçilen 391 öğrenciden (Yaş<sub>ort</sub>= 20,55, ss= 1.7) oluşmaktadır. Cinsiyet dağılımı incelendiğinde katılımcılar 286 kız ve 103 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 2 kişiden oluşmaktadır. 116 kişi akademik başarısını yüksek olarak algılayarak, 120 kişi orta, 53 kişi ise düşük olarak algıladığını belirtmiştir. 76 kişinin sigara kullandığı, 303 kişinin kullanmadığı, 2 kişinin de kullanıp kullanmadığı konusunda bilgi vermediği görülmüştür.

### Araştırmada İzlenen Etik Kurallar

Araştırmada uygulanan ölçekler ile ilgili etik kurulu başkanlığından 11/10/2018 tarihinde etik kurulu raporu alınmıştır. Ölçme araçları 5 farklı üniversitede çeşitli bölümlerde okuyan ve rastgele seçilen öğrencilere gönüllülük esasına dayalı olarak uygulanmıştır. Öğrencilerden bilgilendirilmiş onam alınmış, istediklerinde bırakabilecekleri, gönüllülüğün esas olduğu vurgulanmıştır. Öğrencilere ait isim, okul numarası gibi kimliklerini belli edecek hiçbir bilgi alınmamış, verilerin toplu olarak değerlendirileceği ve sadece araştırma kapsamında kullanılacağı belirtilmiştir.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmanın veri toplama araçlarını Young İnternet Bağımlılığı Testi - Kısa Formu, Düşünme İhtiyacı Ölçeği, Duyguları İfade Etme Ölçeği ve araştırmacının oluşturduğu Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

### Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırmada kullanılan, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan kişisel bilgi formunda, çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, sigara kullanma durumu, algılanan akademik başarı durumu bilgileri istenmektedir.

**Young İnternet Bağımlılığı Testi - Kısa Formu.** Young tarafından (1998) geliştirilen Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF), Pawlikowski, Altstötter-Gleich ve Brand (2013) tarafından kısa form haline getirilmiştir. YİBT-KF, 12 maddeden oluşan 5'li Likert (5=Çok Sık, 1=Hiçbir Zaman) tipinde bir ölçektir (Örnek madde: *Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız?*). Ölçeğin alt boyutu yoktur. Türkçeye uyarlaması üniversite öğrencileri ve ergenler üzerinde Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan (2016) tarafından yapılmıştır. Geçerliliği sınamak amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda geçerli olduğu görülmüştür ( $\chi^2=144.93$ , sd=52, RMSEA=0.072, RMR=0.70, GFI=0.93, AGFI=0.90, CFI=0.95 ve IFI=0.91). Ölçeğin güvenirliğini tespit etmek için uygulanan test-tekrar test yöntemi sonucunda korelasyon değeri ergenlerde .86, üniversite öğrencilerinde .93 çıkmıştır. Cronbach Alfa katsayısına bakıldığında ise ergenlerde .86, üniversite öğrencilerinde ise .91 olarak bulunmuştur (Kutlu ve diğerleri, 2016). Bu çalışmada ölçeğin geçerliliğini değerlendirmek amacıyla hesaplanan KMO katsayısı .90 ve faktör analizinin geçerliliğini gösteren Bartlett testi sonucunun anlamlı (1575,00,  $p<.0001$ ), iç tutarlılık katsayısı .86 bulunmuş, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür.

**Duyguları İfade Etme Ölçeği.** Duyguları ifade etme ölçeği King ve Emmons (1990) tarafından geliştirilmiş, Kuzucu (2006) tarafından Türk diline uyarlaması yapılmıştır. 16 madde ve 3 alt boyuttan meydana gelen

ölçekte yer alan maddeler 7'li Likert tipinde ölçek ile (7= Kesinlikle Katılıyorum, 1= Kesinlikle Katılmıyorum) değerlendirilmektedir (Örnek madde: *İnsanlara sık sık onları sevdiğimi söylerim.*). Olumlu duygu, olumsuz duygu ve yakınlık ölçeğin 3 alt boyutudur. Ölçekten alınan yüksek puan duyguları ifade etme eğiliminin yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin geçerliliğini ölçmek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda geçerli bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Geçerliliği sınamak amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda geçerli olduğu görülmüştür ( $\chi^2=1.65$ , RMSEA=0.04, RMR=0.04, GFI=0.94, AGFI=0.91, CFI=0.93 ve IFI=0.93). Güvenirliğini tespit etmek amacıyla test tekrar test yöntemi uygulanmış ve çıkan değerlerin kabul edilebilir bir aralıkta olduğu görülmüştür ( $r=0.85$ ,  $p<.01$ ). İç tutarlılığını belirlemek için yapılan analizde Cronbach Alfa değeri .85, alt boyutlarının da değerlerine bakıldığında kabul edilebilir bir aralık olduğu görülmüştür (Olumlu Duygu=.70, Olumsuz Duygu=.64, Yakınlık=.68). Bu bilgiler ışığında ölçeğin güvenilir olduğu söylenebilir (Kuzucu, 2006). Bu çalışmada ölçeğin geçerliliğini değerlendirmek amacıyla hesaplanan KMO katsayısı .72 ve faktör analizinin geçerliliğini gösteren Bartlett testi sonucunun anlamlı (897,446,  $p<.0001$ ), iç tutarlılık katsayısı .70 bulunmuş, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür.

**Düşünme İhtiyacı Ölçeği.** 1982 yılında Cacioppo, Petty ve Kao (1982) tarafından geliştirilen Düşünme İhtiyacı Ölçeği, Gülgöz ve Sadowski (1995) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 9'lu Likert tipi değerlendirmeye sahip olup toplamda 18 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır (Örnek madde: *Karmaşık problemleri basit problemlere yeğlerim.*). Yüksek puanlar düşünme ihtiyacının yüksek olduğunu belirler. Türkçe uyarlamasında, iç tutarlılık katsayısı .91 çıkmış, ölçek güvenilir bulunmuştur. 1995 yılında ölçek yeniden uygulanmış, iç tutarlılık katsayısı yine güvenilirliği sağlayacak aralıkta .78 bulunmuştur. Uygulanan test-tekrar test yöntemi sonucunda anlamlı bir sonuç çıkmıştır ( $r(69)=.55$ ,  $p<.001$ ) (Gülgöz ve Sadowski, 1995). Bu çalışmada ölçeğin geçerliliğini değerlendirmek amacıyla hesaplanan KMO katsayısı .85 ve faktör analizinin geçerliliğini gösteren Bartlett testi sonucunun anlamlı (1526,00,  $p<.0001$ ), iç tutarlılık katsayısı .80 bulunmuş, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür.

### Verilerin Analizi

Çalışma için elde edilen veriler İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu başkanlığının 050.01.04 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınarak katılımcılardan gönüllülük esasına göre toplanmıştır. İnternet Bağımlılığı, Duyguları İfade Etme ve Düşünme İhtiyacı Ölçeği ile Kişisel Bilgi Formundan elde edilen bilgiler SPSS 25 programında analiz edilmiştir. İnternet bağımlılığı, düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenlerinin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında normal dağılım gösterdiği +1 ile -1 arasında değer aldığı görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. İnternet bağımlılığı, düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etmenin cinsiyet sigara kullanma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla İlişkisiz t testi, algılanan akademik başarıya göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla da Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Post Hoc testleri uygulanmıştır. Fark analizlerinin etki büyüklüklerinin hesaplanmasında ise Cohen's d ve Eta-kare değerleri hesaplanmıştır. Öğrencilerin düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeylerinin internet bağımlılığını yordama durumun tespit etmek için ise Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır.

### Bulgular

Çalışmadan elde edilen verilerin analizi yapılmadan önce değişkenlerden elde edilen puanların, aritmetik ortalama, standart sapma, standart hata, basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir (Tablo 1). İnternet bağımlılığı, düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenlerinin basıklık ve çarpıklık değerleri +1 ile -1 arasında değişmektedir (.648 -.543). Bu sonuç çalışmadaki değişkenlerin normal dağılım içerisinde olduğunu göstermektedir (Büyükoztürk, 2017).

**Tablo I**

*İnternet Bağımlılığı, Düşünme İhtiyacı, Duyguları İfade Etme Puanlarının N,  $\bar{x}$ , Ss, Sh<sub>x</sub>, Basıklık ve Çarpıklık Değerleri*

Değişken	N	$\bar{x}$	ss	Sh <sub>x</sub>	Basıklık	Çarpıklık
İnternet Bağımlılığı	391	2.35	.711	.035	.648	.578
Düşünme İhtiyacı	391	5.77	1.02	.034	.090	.158
Duyguları İfade Etme	391	4.85	.691	.051	.589	-.543

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri toplam puanı ile olumlu duygu, olumsuz duygu ve yakınlık alt boyutlarının cinsiyet ve sigara kullanma durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla ilişkisiz grup t- testi analizi yapılmıştır.

**Tablo II**

*Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri toplam puanı ile olumlu duygu, olumsuz duygu ve yakınlık alt boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları*

İnternet Bağımlılığı	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	2.29	.70	387	3.04	.002	.34
	Erkek	103	2.53	.71				
Düşünme İhtiyacı	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	5.74	1.06	387	1.24	.214	.14
	Erkek	103	5.89	.90				
Duyguları İfade Etme	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	4.92	.66	387	3.20	.001	.36
	Erkek	103	4.67	.70				
Olumlu Duygu	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	5.10	.92	387	4.50	.000	.52
	Erkek	103	4.62	.92				
Olumsuz Duygu	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	4.54	.97	387	.028	.97	0
	Erkek	103	4.54	1.07				
Yakınlık	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Kız	286	5.01	.80	387	1.82	.170	.20
	Erkek	103	4.84	.83				

Tablo 2 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet ile arasında zayıf düzeyde anlamlı farklılık görülmektedir ( $t(387)=3.04$ ,  $p<.01$ ). Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ( $\bar{x}=2.53$ ,  $ss=.71$ ), kız öğrencilere göre ( $\bar{x}=2.29$ ,  $ss=.70$ ) daha yüksektir. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün küçük olduğu (Cohen's  $d=.34$ ) görülmüştür. Düşünme ihtiyacının cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ( $t(387)=1.24$ ,  $p>.05$ ). Duyguları ifade düzeyinin ise cinsiyete göre zayıf düzeyde anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ( $t(387)=3.20$ ,  $p<.01$ ). Kız öğrencilerin duyguları ifade düzeyleri ( $\bar{x}=4.92$ ,  $ss=.66$ ), erkek öğrencilerin ( $\bar{x}=4.67$ ,  $ss=.70$ ) duyguları ifade düzeylerinden yüksektir. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün küçük olduğu (Cohen's  $d=.36$ ) görülmüştür.

Duyguları ifade etmenin alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı fark olup olmadığı incelendiğinde ise öğrencilerin olumlu duygu düzeylerinin, cinsiyete göre istatistiksel açıdan zayıf düzeyde anlamlı bir farklılık olduğu ( $t(387)=4.50$ ,  $p<.001$ ) görülmüştür. Erkek öğrencilerin olumlu duygu düzeylerinin ( $\bar{x}=4.62$ ,  $ss=.92$ ), kız öğrencilere göre ( $\bar{x}=5.10$ ,  $ss=.92$ ) daha düşük olduğu görülmektedir. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu (Cohen's  $d=.52$ ) görülmüştür. Olumsuz duygu ( $t(387)=0.28$ ,  $p>.05$ ) ve yakınlık ( $t(387)=1.82$ ,  $p>.05$ ) alt boyutlarının ise cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

**Tablo III**

Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri toplam puanı ile olumlu duygu, olumsuz duygu ve yakınlık alt boyutlarının sigara Kullanma Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

İnternet Bağımlılığı	Sigara Kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	2.55	.79	377	2.89	.004	.35
	Hayır	303	2.29	.68				
Düşünme İhtiyacı	Sigara Kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	5.99	1.03	377	2.01	.044	.25
	Hayır	303	5.73	1.03				
Duyguları İfade Etme	Sigara kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	4.87	.64	377	.161	.872	.02
	Hayır	303	4.85	.70				
Olumlu Duygu	Sigara kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	4.88	.85	377	.776	.438	.10
	Hayır	303	4.98	.98				
Olumsuz Duygu	Sigara kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	4.75	1.0	377	1.919	.056	.25
	Hayır	303	4.50	.99				
Yakınlık	Sigara kullanıyor mu?	N	$\bar{x}$	ss	t testi			
					sd	t	p	Cohen's d
	Evet	76	4.94	.86	377	.392	.69	.04
	Hayır	303	4.98	.79				

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların internet bağımlılığı düzeylerinin sigara kullanma değişkenine göre zayıf düzeyde anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ( $t(377)=2.89$ ,  $p<.01$ ). Sigara kullananların internet bağımlılığı düzeyleri ( $\bar{x}=2.55$ ,  $ss=.79$ ), kullanmayanlara göre ( $\bar{x}=2.29$ ,  $ss=.68$ ) daha yüksektir. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün küçük olduğu (Cohen's  $d= .35$ ) görülmüştür. Düşünme ihtiyacı sigara kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ( $t(377)=2.01$ ,  $p<.05$ ). Sigara kullanmayan kişilerin düşünme ihtiyacı düzeyleri ( $\bar{x}=5.73$ ,  $ss=1.03$ ), kullandığını belirten kişilere göre ( $\bar{x}=5.99$ ,  $ss=1.03$ ) daha düşüktür. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün küçük olduğu (Cohen's  $d= .25$ ) görülmüştür. Duyguları ifade etme düzeyi ile ( $t(377)=0.161$ ,  $p>.05$ ) alt boyutları olan olumlu duygu ( $t(377)=0.776$ ,  $p>.05$ ), olumsuz duygu ( $t(377)=1.919$ ,  $p>.05$ ), yakınlık ( $t(377)=0.392$ ,  $p>.05$ ) düzeyleri sigara kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

**Tablo IV**

Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri toplam puanı ile olumlu duygu, olumsuz duygu ve yakınlık alt boyutlarının Algılanan Başarı Değişkenine İlişkin ANOVA Sonuçları

	Algılanan Başarı	N	$\bar{x}$	SS	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık	eta-kare
İnternet Bağımlılığı	Düşük	20	2.92	.61	Gruplar arası	7.481	2	3.740	7.642	.001	düşük-	.038
	Orta	288	2.34	.70	Gruplar içi	189.916	388	.489			orta/yüksek,	
	Yüksek	83	2.24	.68	Toplam	197.397	390				orta-düşük,	
	Toplam	391	2.35	.71							yüksek- düşük	
Düşünme İhtiyacı	Düşük	20	5.55	.96	Gruplar arası	6.537	2	3.268	3.157	.044	orta-yüksek,	.016
	Orta	288	5.72	1.01	Gruplar içi	401.662	388	1.035			yüksek-orta	
	Yüksek	83	6.01	1.05	Toplam	408.199	390					
	Toplam	391	5.77	1.02								
Duyguları İfade Etme	Düşük	20	4.74	.54	Gruplar arası	.277	2	.139	.289	.749	-	.001
	Orta	288	4.86	.67	Gruplar içi	186.030	388	.479				
	Yüksek	83	4.86	.76	Toplam	186.308	390					
	Toplam	391	4.85	.69								
Olumlu Duygu	Düşük	20	4.90	0.85	Gruplar arası	0.111	2	0.056	0.061	0.941	-	.000
	Orta	288	4.97	0.92	Gruplar içi	354.221	388	0.913				



	Yüksek	83	4.96	1.06	Toplam	354.332	390					
	Toplam	391	4.97	0.95								
Olumsuz duygu	Düşük	20	4.46	1.13	Gruplar arası	0.164	2	0.082	0.079	0.924		.000
	Orta	288	4.54	0.98	Gruplar içi	400.230	388	1.032			-	
	Yüksek	83	4.56	1.09	Toplam	400.393	390					
	Toplam	391	4.54	1.01								
Yakınlık	Düşük	20	4.78	0.63	Gruplar arası	0.793	2	0.396	0.593	0.553		.003
	Orta	288	4.98	0.84	Gruplar içi	259.493	388	0.669			-	
	Yüksek	83	4.99	0.75	Toplam	260.286	390					
	Toplam	391	4.97	0.81								

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin algılanan akademik başarı açısından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir ( $F(2, 388)=7.642, p<.01$ ). Varyansların homojen dağılıp dağılmama durumu incelendiğinde ise homojen bir dağılım görülmüştür ( $F= 0.434, p>.05$ ). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan LSD testinin sonucunda, akademik başarı düzeyini düşük olarak algılayan ( $\bar{x}=2.92, ss=.61$ ) kişilerin internet bağımlılığı düzeyleri, akademik başarısını orta ( $\bar{x}=2.34, ss=.70$ ) ve yüksek ( $\bar{x}=2.24, ss=.68$ ) olarak algılayanlardan daha yüksek çıkmıştır. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu ( $\eta^2=.038$ ) görülmüştür.

Yine Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin düşünme ihtiyacı düzeylerinin algılanan akademik başarı açısından anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Varyansların homejen dağılıp dağılmama durumu incelendiğinde ise homojen bir şekilde dağıldığı görülmüştür ( $F= 0.057, p>.05$ ). Yapılan LSD testi sonucunda akademik başarı düzeyini yüksek olarak algılayan ( $\bar{x}=6.01, ss=1.05$ ) öğrencilerin düşünme ihtiyacı düzeyleri orta olarak algılayanlardan ( $\bar{x}=5.72, ss=1.01$ ) daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu farklılığa ait etki büyüklüğünün küçük olduğu ( $\eta^2=.016$ ) görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile düşünme ihtiyacı, duyguları ifade etme ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan korelasyona ait sonuçlar Tablo 5'te gösterilmiştir.

**Tablo V**

Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme düzeyleri arasındaki ilişkilere ilişkin bulgular

	Duyguları İfade Etme	Düşünme İhtiyacı	İnternet Bağımlılığı	Olumlu Duygu	Olumsuz Duygu	Yakınlık
Duyguları İfade Etme r	1					
Düşünme İhtiyacı r	.016	1				
İnternet Bağımlılığı r	.030	-.168**	1			
Olumlu Duygu r	.847**	-.012	.066	1		
Olumsuz Duygu r	.683**	-.011	.093	.385**	1	
Yakınlık r	.675**	.068	-.110*	.366**	.202**	1

Tablo 5'e bakıldığında internet bağımlılığı ( $GA_{\text{internet bağımlılığı}}=[2.28,2.42]$ ) ile düşünme ihtiyacı ( $GA_{\text{düşünme ihtiyacı}}=[5.67,5.88]$ ) arasında negatif ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r=-.168, p<.01$ ). İnternet bağımlılığı ile duyguları ifade etme ( $r=-.030, p>.01$ ) ile alt boyutları olan olumlu duygu ( $r=-.066, p>.01$ ) ve olumsuz duygu ( $r=-.093, p>.01$ ) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Duyguları ifade ölçeğinin alt boyutu olan "yakınlık" duygu ifadesi ile ( $GA_{\text{yakınlık}}=[4.87,5.06]$ ) internet bağımlılığı ( $GA_{\text{internet bağımlılığı}}=[2.28,2.42]$ ) arasında ise ters yönde ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r=-.110, p<.01$ ).

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyini, düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etmenin alt boyutlarının yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla yapılan Çoklu Regresyon Analizine ait sonuçlar Tablo 6'da gösterilmiştir.

**Tablo VI**

İnternet Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart hata	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	3.024	.321		9.423	.000		
Düşünme ihtiyacı	-.108	.034	-.156	-3.145	.002	-.168	-.158

<b>Yakınlık</b> (duyguları ifade alt boyutu)	-.129	.047	-.148	-2.762	.006	-.110	-.139
<b>Olumsuz duygu</b> (duyguları ifade alt boyutu)	.062	.038	.089	1.649	.100	.093	.084
<b>Olumlu duygu</b> (duyguları ifade alt boyutu)	.063	.042	.084	1.484	.139	.066	.075

R=0.237 R<sup>2</sup>=.056

F(4, 386)=5.740 p=.0000

Tablo 6'da yer alan yordayıcı değişkenlerle internet bağımlılığı arasındaki ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı arasında negatif yönde bir ilişki ( $\beta=-.156$ ,  $r=-.168$ ) olduğu, fakat diğer değişkenler kontrol edildiği zaman iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=-.158$  olduğu görülmektedir. Yakınlık ile internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki görülmekte ( $\beta=-.148$ ,  $r=-.110$ ), ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=-.139$  olduğu görülmektedir. Olumsuz duygu ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki görülmekte ( $\beta=.089$ ,  $r=.093$ ), ancak diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=.84$  değerini aldığı görülmektedir. Olumlu duygu ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki görülmekte ( $\beta=.084$ ,  $r=.066$ ), fakat yine diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun  $r=.75$  olduğu görülmektedir. Düşünme ihtiyacı, yakınlık, olumsuz duygu ve olumlu duygu değişkenleri birlikte, internet bağımlılığı ile anlamlı düzeyde bir ilişki göstermektedir ( $R=.237$  R<sup>2</sup>=.056,  $p<.01$ ). Bu değişkenler birlikte internet bağımlılığındaki toplam varyansın yaklaşık %5,6'sını açıklamaktadır.

### Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmadaki amaç üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyinin düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etme değişkenleri ile arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca bu üç kavramın cinsiyet, sigara kullanma durumu, algılanan akademik başarı durumuna dayalı farklılıklara ve internet bağımlılığını düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade alt boyutlarının yordayıp yordamadığına bakılmıştır.

Çalışma sonucunda internet bağımlılığının cinsiyet durumuna dayalı anlamlı düzeyde bir farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçlara göre erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puanları kız öğrencilerden daha yüksektir. Bu sonuç kızların internet bağımlılığı düzeylerinin erkeklerden düşük olduğunu göstermektedir. Akdağ, Şahan Yılmaz ve Özhan Şan (2014), Anlı (2018), Baysan-Arslan, Altınova, Daşbaşı ve Kesen (2019), Cebeci, Kaya ve Candal (2016), Karasu, Bayır ve Çam'ın (2017), Yılmaz, Yılmaz, Sönmez ve Aşıkhasan'ın (2019) yaptığı çalışmalar bu çalışmanın bulguları ile örtüşmektedir. Anlayışlı ve Serin (2019), Balci ve Gülnar (2009), Ozan, Erol, Dönmez ve Kurt (2014), Pektaş ve Mayda (2018), Sağır ve Doğruluk (2018), İyitoğlu ve Çeliköz (2017), Taş (2018), Taş, Eker ve Anlı (2014), Yılmaz, Gökdere Çinar ve Özyazıcıoğlu (2017) tarafından yapılan çalışmalarda ise internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Canan, Ataoğlu, Özçetin ve İcmeli (2012) tarafından yapılan çalışmada da erkeklerin internet bağımlılığı düzeyi kızlardan daha düşük çıkmıştır. Kırnık, Susam ve Özbek'in (2019) yaptığı çalışmada da erkeklerin kızlar gibi arkadaşlarıyla birlikte olmak yerine interneti daha çok tercih ettikleri, internette daha çok vakit geçirdikleri ve üniversitede derslerde internet kullanımından dolayı daha çok devamsızlık yaptıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmada internet bağımlılığı düzeyinin kızlarda daha düşük çıkmasının sebebi erkeklere göre daha çok birbirleri ile yüz yüze iletişime ve sosyalleşmeye ayrılmaları, interneti daha az tercih etmeleri olabilir.

Çalışma sonucunda düşünme ihtiyacının cinsiyete dayalı farklılaşmadığı görülmüştür. Cacioppo ve Petty (1982), Polat (2008) ve Sorhan (2014) tarafından yapılan çalışmalar bu çalışmanın sonucuyla örtüşmektedir. Düşünme ihtiyacı ile ilgili Demirtaş-Madran'ın (2012), Gençdoğan'ın (2001) yaptığı çalışmalarda ise kızların düşünme ihtiyaçlarının erkeklerden daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada öğrencilerin düşünme ihtiyaçlarının cinsiyete göre farklılaşmamasının sebebi, her iki cinsiyete de üniversitelerde öğrencilerin düşünme becerilerini, düşünme ihtiyacını geliştirecek eğitim-öğretim faaliyetlerine sahip olması olabilir.

Çalışmada duyguları ifade etme ve duyguları ifadenin alt boyutu olan olumlu duygunun cinsiyete dayalı anlamlı düzeyde bir farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Erkek öğrencilerin duyguları ifade etme ve olumlu duygu düzeylerinin kızlardan daha düşük olduğu görülmüştür. Olumsuz duygu ve yakınlık alt boyutları ile

cinsiyet arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Literatür incelendiğinde duyguları ifade etme ve alt boyutları ile ilgili sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Ekşi, İkiz ve Başman (2020) ve Varol (2018) tarafından yapılan çalışmalarda da kızların duyguları ifade etme düzeyleri erkeklerden yüksek çıkmış, Yalçın (2010) tarafından yapılan araştırmada ise yine kız öğrencilerin olumlu duygu düzeyleri erkeklerden yüksek çıkmıştır. Bu bulgular araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Kuyumcu (2011) ise yaptığı çalışmada duyguları ifade etme ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yalçın (2010)'ın yaptığı araştırmada bu çalışmadan farklı olarak olumsuz duygu ile yakınlık alt boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Bu çalışmada duyguları ifade etme düzeyinin kızlarda da yüksek olmasının sebebi, kızların duyguları ifade etmede erkeklerle karşılaştırıldığında daha ayırt edici ve daha karmaşık davranmaları, kızların duyguları diğerleriyle paylaşmaya daha eğimliyken, erkeklerin daha çok içlerinde saklamaları (Feldman ve diğerleri, 2000) olabilir.

Bu çalışma sonucunda internet bağımlılığının sigara kullanma durumuna dayalı arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Sigara kullanmayan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri kullananlardan daha düşüktür. Alaçam ve diğerleri (2015), Altınova, Daşbaşı ve Kesen (2019), Jain ve diğerleri (2020) ve Yılmaz ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışmalar araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Ergin, Uzun ve Bozkurt (2013), Pektaş ve Mayda (2018) tarafından yapılan araştırmalarda ise internet bağımlılığı ile sigara kullanımı arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Bağımlılığa sebep olan ve toplumda oldukça yaygın olan maddelerden biri olan sigaranın (Tezcan ve Yardım, 2003), giderek artan tüketim oranı, kendini kontrol edememe, kişinin sosyal ilişkilerinde bozulmaya sebep olma vb. özellikleri internet bağımlılığının belirtileri ile olarak benzeşmektedir. İnternette sigarada bağımlılık oluşturma seviyesinde kullanıldıklarında benzer örüntüler sergilemektedir (Alaçam ve diğerleri, 2015). Dolayısıyla araştırma sonucunda da sigara kullanma düzeyi yüksek olanların internet bağımlılığı düzeylerinin de yüksek çıkması beklenen bir durumdur.

Çalışmada düşünme ihtiyacının sigara kullanma durumuna dayalı zayıf düzeyde anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sigara kullanmayan öğrencilerin düşünme ihtiyaçları kullananlardan daha düşük çıkmıştır. Literatür incelendiğinde düşünme ihtiyacı ile sigara kullanma durumunu inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Düşünme ve sigara üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde sigaranın başlangıçta bilişsel işlevleri geçici olarak bir miktar arttırdığı ancak zamanla uzun süreli kullanımın ardından nikotin eksikliği sebebiyle bilişsel işlevlerde azalmaya yol açtığı görülmüştür (Campos, Serebrisky ve Castaldelli-Maia, 2016). Bu araştırmada ise katılımcıların üniversite öğrencisi olduğu yani ileri yaşlarda olmadıkları, dolayısıyla sigara kullanımında erken dönemde bilişsel işlevlerde artışın gözlemlendiği dönemde araştırmaya katılmaları, araştırma sonucunda sigara kullanımı ile düşünme ihtiyacı arasında zayıf düzeyde anlamlılık göstermesinin sebebi olabilir. Bir başka açıdan da bu araştırmada katılımcıların sigara kullanım süresi hakkında bilgi alınmamıştır. Dolayısıyla nikotin sebebiyle uzun süreli kullanımda bilişsel işlevlerde azalmaya yol açtığına dair araştırma sonucu düşünüldüğünde, sigara kullanım süresinin değerlendirilmemesi, düşünme ihtiyacı ile sigara kullanımı arasında pozitif ve anlamlı bulunan ilişkinin zayıf olmasının sebebi olabilir. Çalışma sonucunda duyguları ifade etme ve yakınlık, olumsuz ve olumlu duygu alt boyutlarının sigara kullanma durumuna dayalı farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında ise bu değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

İnternet bağımlılığının algılanan akademik başarı duruma dayalı anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmış, başarısını orta ve yüksek olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri, başarısını düşük olarak algılayanlardan daha düşük düzeyde çıkmıştır. İnternet bağımlılığı ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Akdağ ve diğerleri (2014), Anlayışlı ve Serin (2019), Çok ve Kutlu (2018), İyitoğlu ve Çeliköz (2017), Mishra, Draus, Goreva, Leone ve Caputo (2014), Türel ve Toraman (2015)'ın yaptığı çalışmalar araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Düşünmenin etkili olduğu alanlarda bağımlı kişiler düşük performans sergilerler (Kim, 2012). Bu araştırmanın katılımcılarının üniversite öğrencileri olduğu düşünüldüğünde, düşünme süreci içinde bulundukları en yoğun alanlardan biri akademik alandadır. Başarısını düşük olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek çıkmasının sebebi bu durum olabilir.

Çalışma sonucuna göre düşünme ihtiyacının algılanan akademik başarı durumuna dayalı anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Başarısını yüksek olarak algılayan öğrencilerin düşünme ihtiyacı düzeyleri, orta olarak algılayanlardan daha yüksek çıkmıştır. Düşünme ihtiyacı ile algılanan akademik başarı arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Akpur (2017), Elias ve Loomis (2002), Sadowski ve Gülgöz (1996), tarafından yapılan çalışmalar araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Bilişsel süreçlerin aktif olarak kullanılmasıyla elde edilen akademik başarı, dolayısıyla düşünme ihtiyacı ile ilintili bir kavramdır. Dolayısıyla bu sonuç beklenen bir durumdur.

Bu çalışma sonucunda düşünme ihtiyacıyla internet bağımlılığının aralarında ters yönde anlamlı bir ilişki oluşturduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığı düzeyi arttıkça düşünme ihtiyacı azalmaktadır. İnternet bağımlılığı ile duyguları ifade etme ile olumlu ve olumsuz duygu alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiş, fakat internet bağımlılığının yakınlık ile ters yönde farklılaştığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı arttıkça kişilerin birbirlerine kullandıkları yakınlık içeren duygu ifadelerini kullanma düzeyleri azalmaktadır.

İnternet teknolojisinin getirdiği yeniliklerle insanlar eski zamanlara göre birbirlerine daha az ihtiyaç duymakta, birçok kişi işini internetle gelişen “akıllı” teknolojiler ile halletmektedir. Bir adrese ulaşmaya çalışırken önceden insanlar birbirlerine sorarken şimdi her yerde yanımızda taşıyabildiğimiz internet ve navigasyon ile birlikte tek bir dokunuşla yol tarifi alabilmektedir. Sosyal bir varlık olan insan diğerleriyle iletişime geçerken yakınlık içeren duygu ifadelerini artık cümlelere, kelimelere dökmek yerine yine internetin sağladığı yeniliklerle ifade etmektedir. Kelimelere, cümlelere, yüz yüze görüşmeye ve daha birçok şeye olan ihtiyacımızı azaltarak günlük yaşamımızı kolaylaştırmaya çalışan internet teknolojileri (Cengizhan, 2005), insanın temel ihtiyacı olan iletişim kurma biçimlerini değiştirmiş (Vural ve Bat, 2010), sağlıklı bir şekilde duygu ve düşüncelerini karşı tarafa aktarmalarının önüne geçmeye başlamıştır. Tüm bu sebepler internet bağımlılığı düzeyinin arttıkça düşünme ihtiyacının ve yakınlık duygu ifadesinin azalmasının sebeplerinden olabilir.

Çalışmanın bir başka sonucu da internet bağımlılığını düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade etmenin yakınlık alt boyutu %5.6 oranında anlamlı düzeyde yordamasıdır. İnternet, yaşamı kolaylaştırması sebebiyle insan yaşamında düşünmeye olan ihtiyacı azaltmakta, ayrıca insanların birbirlerine olan ihtiyacını da azaltarak kullanılan yakınlık içeren duygu ifadeleri de dolayısıyla azaltmaktadır. Bu durum internet bağımlılığının düşünme ihtiyacı ve yakınlık alt boyutunun yordayıcısı olmasının nedenlerinden biri olabilir.

### Gelecek Çalışmalar için Öneriler

Çalışma sonucunda sigara kullananların internet bağımlılığı düzeylerinin de yüksek olduğu görülmüştür. Sigara bağımlılığı ile ilgili tedavi sürecinde olan bireylerle internet bağımlılığı ile ilgili konular da ele alınarak tedavinin etkililiği artırılabilir. Ayrıca bağımlılık ile ilgili bilgilendirici çalışmalarda sigara kullanımının yol açtığı bu risk ile ilgili bilgilendirme yapılabilir.

Çalışma sonucunda internet bağımlılığı düzeyi yükseldikçe yakınlık duygu ifadesi düzeyinin düştüğü görülmüştür. İnsanların birbirleri ile kurdukları iletişimleri ve dolayısıyla sosyalleşmeleri bu durumdan olumsuz etkilenebilir. Bu sebepler insanlar birbirleri ile iletişim kurarken daha çok yüz yüze iletişim kurmaları, interneti kullanırken de “emoji” gibi duygularını ve düşüncelerini cümleye, kelimeye dökmelerini engelleyen araçlar kullanmak yerine kendi cümleleriyle iletişime geçmeleri için teşvik edilebilir. Kişilere bu yönde bilgilendirici çalışmalar yapılabilir. İnternet bağımlılığı olan kişilerle çalışılırken iletişim, duyguları ve düşünceleri ifade etme vb. konuları ele alınabilir.

İnternet bağımlılığı düzeyi yüksek çıkan kişilerin düşünme ihtiyaçları düşük çıkmıştır. İnternet kullanımı her alanda yaygınlaşmış ve bizlerin düşünme ihtiyaçlarını azaltarak işimizi kolaylaştırıyor olsa da bireyler zaman zaman insanların günlük aktivitelerinde interneti kullanmadan, sanal ortamdan uzak gerçek dünyaya yakın, düşünme becerilerini daha fazla kullanmalarını sağlayacak aktivitelere yönlendirilebilir. Bu konuda toplumu teşvik edici, bilgilendirici çalışmalar yapılabilir.

Araştırma katılımcıların oluşturduğu Türkiye’de yer alan iki devlet üniversitesi ve üç özel üniversitesinin çeşitli bölümlerinde okuyan öğrencilerden alınan verilerle sınırlıdır. Ayrıca toplanan veriler Young İnternet

Bağımlılığı Testi - Kısa Formu, Düşünme İhtiyacı Ölçeği, Duyguları İfade Etme Ölçeklerine verilen yanıtlar ve bu ölçeklerin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır. Araştırmacılar internet bağımlılığı ile düşünme ihtiyacı ve duyguları ifade becerileri ile ilgili yapılacak başka çalışmalarda çocuklar, ergenler, yetişkinler gibi farklı gruplarda çalışma konusunu ele alabilirler. Düşünme ihtiyacı ve sigara kullanımı ile ilgili yapılacak araştırmalarda sigara kullanım süresi ile ilgili de veriler toplanabilir.

#### Yazar(lar)ın Beyanı

**Araştırmacıların katkı oranı beyanı:** Araştırmanın verileri doğrudan birinci yazar tarafından toplanmış ve her iki yazar, araştırmanın giriş, yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç bölümlerine katkıda bulunmuştur.

**Çatışma beyanı:** Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

**Destek ve teşekkür:** Bu araştırmanın gerçekleştirilmesi için herhangi kişi ya da kurumdan fon desteği sağlanmamıştır.

#### Kaynaklar

- Adıgüzel, G. (2012). *Üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin empatik eğilim, duyguları ifade etme ve öz-anlayış açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Akdağ, M., Şahan Yılmaz, B., Özhan, U. ve Şan, İ. (2014). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (İnönü Üniversitesi örneği). *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 77-96. doi:10.17679/iuefd.98972
- Akin, A. ve Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal Of Educational Sciences*, 3(1), 138-148.
- Akpur, U. (2017). The predictive degree of university students' levels of metacognition and need for cognition on their academic achievement. *European Journal of Foreign Language Teaching*, 20(2), 52-63.
- Alaçam, H., Ateşçi, F. C., Şengül, A. C. ve Tümkaya, S. (2015). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının sigara ve alkol kullanımı ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(6), 383-389.
- Altınbaş, K., Gülöksüz, S., Özçetinkaya, S. ve Oral, E. T. (2010). Empatinin biyolojik yönleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(1), 15-25.
- Altınova, A., Daşbaş, S. ve Kesen, N. F. (2019) 11-17 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığı ve video kanallarının takip edilmesinin incelenmesi. *Pediatric Practice and Research*, 7(4), 90-96.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal elkitabı* (5. bs.) (Çev. E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anlayışlı, C. ve Serin, N. B. (2019). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyonun cinsiyet, akademik başarı ve internete giriş süreleri açısından incelenmesi. *Folklor/edebiyat*, 25(97), 730-743.
- Anlı, G. (2018). Kişilerarası duyarlılık ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 103-118.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Hoeksema, S. M. (2010). *Psikolojiye Giriş* (Çev. Y. Alogan). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Balkan, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar-internet bağımlılığı ve aile fonksiyonları arasındaki ilişki. *Education Sciences*, 6(1), 231-239.
- Barett, F. L., Lane, R. D., Sechrest, L. ve Schwartz, G. E. (2000). Sex differences in emotional awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(9), 1027-1035.
- Bavolar, J. ve Mihal, S. (2018). Decision-making styles and information search—the relationships with need

for cognition and curiosity. *Psychology and Its Contexts*, 9(2), 27–36.

- Baysan-Arslan, S., Cebeci, S., Kaya, M. ve Canbal, M. (2016). Relationship between internet addiction and alexithymia among university students. *Clinical & Investigative Medicine*, 39(6), 111-115.
- Bisen, S. S. ve Deshpande, Y. (2020). Prevalence, predictors, psychological correlates of internet addiction among college students in India: A comprehensive study. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(2), 117-123.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Cacioppo, J. T. ve Petty, R. E. (1982). The need for cognition. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 42(1), 116–131. doi:10.1037/0022-3514.42.1.116
- Campos, W. M., Serebrisky, D. ve Castaldelli-Maia, M. J. (2016). Smoking and cognition. *Current drug abuse reviews*, 9(2), 76-79.
- Canan, F., Ataoğlu, A., Özçetin, A. ve İçmeli, C. (2012). The association between internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive Psychiatry*, 53(5), 422-426.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: İnternet bağımlılığı. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 83-98.
- Cevizci, A. (2010). *Eğitim sözlüğü*. İstanbul: Say Yayınları.
- Çakar, U., ve Erbak, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zeka ilişkisi ve duygusal zeka. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- Çok, R. ve Kutlu, M. (2018). Üniversite öğrencilerin ders esnasında ders dışı internet kullanım davranışları ile akademik güdülenme düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *The Journal Of International Lingual Social And Educational Sciences*, 4(1), 1-21.
- Demirtaş-Madran, H. A. (2012). Cinsiyet, cinsiyet rolü, yönelimi ve düşünme ihtiyacı. *Turkish Psychological Association*, 15(29), 1–10.
- Dumlupınar, E. O., Mercan, N., Şaylan, O. ve Buran, A. Ç. (2012). İş ortamında duyguları ifade etme ve iletişim becerileri üzerine bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 4(1), 1309–8039.
- Ekşi, H., İkiz, K. ve Başman, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ve duygularını ifade etme becerileri arasındaki ilişkide öz duyarlılığın aracı rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2), 820-829.
- Elias, S. M. ve Loomis, R. J. (2002). Utilizing need for cognition and perceived self-efficacy to predict academic performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(8), 1687-1702.
- Ergin, A., Uzun, S. U. ve Bozkurt, A. İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 6(3), 134-142.
- Eşgi, N. (2014). Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(2), 807–839.
- Fleischhauer, M., Enge, S., Brocke, B., Ullrich, J., Strobel, A. ve Strobel, A. (2010). Same or different? Clarifying the relationship of need for cognition to personality and intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(1), 82-96.
- Gençdoğan, B. (2001). Üniversite öğrencilerinin düşünme ihtiyaçlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(2), 227–234.
- Griffiths, M. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist*, 12(5), 246-250.
- Gülgöz, S. ve Sadowski, C. J. (1995). Düşünme ihtiyacı ölçeğinin Türkçe uyarlaması ve öğrenci başarıları göstergeleri ile korelasyonu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(35), 15–24.
- Güncü, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin eleştirel düşünme eğiliminin sosyo-demografik ve kişilik özellikleri ile

- birlikte araştırılması: Bir vakıf üniversitesi örneği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- İyitoğlu, O. ve Çeliköz, N. (2017). Exploring the impact of internet addiction on academic achievement. *European Journal of Education Studies*, 3(5), 38-59.
- Jain, A., Sharma, R., Gaur, K. L., Yadav, N., Sharma, P., Sharma, N., ... Sinha, K. M. (2020). Study of internet addiction and its association with depression and insomnia in university students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(3), 1700-1706.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Günümüzde insan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(1), 11-17.
- Karagözoğlu-Aslıyüksek, M. (2017). Bilgi profesyoneli adaylarının internet bağımlılığı düzeyleri: Marmara üniversitesi bilgi ve belge yönetimi bölümü örneği. *Bilgi ve Belge Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 23-45.
- Karasar, N. (1998). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (8. bs.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasu, F., Bayır, B. ve Çam, H. H. (2017). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 2146-4561.
- Kılıç, Z. ve Durat, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımının genel psikolojik belirtileri ve sosyal fobi ile ilişkisi. *Sakarya Tıp Dergisi*, 7(2), 97-104.
- Kırnık, D., Susam, E. ve Özbek, R. (2019) Öğretmen adaylarının internet bağımlılık düzeyi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 976-986.
- Kim, D. (2012, Mayıs). İnternette kumar ve oyun bağımlılıkları: Endişe edilmesi gerekiyor mu? 1. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi 2012 (s. 189-192) içinde. İstanbul: Grand Cevahir Kongre Merkezi.
- King, L. A. ve Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of personality and social psychology*, 58(5), 864-877.
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y. ve Aysan, F. (2016). Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 69-76.
- Kuyumcu, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık duyguları ifade etme benlik kurgusu ve öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Eğitimi Dergisi*, 1(2), 104-113.
- Kuyumcu, B. ve Güven, M. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *GEFAD*, 32(3), 589-607.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psiko-eğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Mayda, A. S., Tufan, N. ve Baştaş, S. (2007). Düzce Tıp Fakültesi öğrencilerinin sigara konusundaki tutumları ve içme sıklıkları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(5), 364-370.
- Mishra, S., Draus, P., Goreva, N., Leone, G. ve Caputo, D. (2014). The impact of internet addiction on university students and its effect on subsequent academic success: A survey based study. *Issues in Information Systems*, 15(1), 344-352.
- Ozan, F., Erol, O., Dönmez, F. İ. ve Kurt, A.A. (2014). BÖTE bölümü öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanım amaçları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 3(2), 17-28.

- Pawlikowski, M., Altstötter-Gleich, C. ve Brand, M. (2013). Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1212-1223.
- Pektaş, İ. ve Mayda, S. A. (2018). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı düzeyi ve etkileyen etmenler. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(1), 52-62.
- Polat, R. H. (2008). *Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin bazı sosyo-demografik özellikleri ve düşünme ihtiyacına göre problem çözme becerilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Sadowski, C. J. Ve Gülgöz, S. (1996). Elaborative processing mediates the relationship between need for cognition and academic performance. *The Journal of Psychology*, 130(3), 303-307.
- Sağır, M. ve Doğruluk, S. (2018). Öğretmen adaylarının sosyal medyaya ilişkin tutumları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1041-1063.
- Serim, F. ve Cihangir Çankaya, Z. (2015). Yetişkinlerin psikolojik yardım arama tutumlarının yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 177-198. doi:10.12984/eed.79026
- Sorhan, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinin düşünme ihtiyaçlarının temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumuna göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Southam-Gerow, M. A. (2014). *Çocuklarda ve ergenlerde duygusal düzenleme* (Çev. M. Şahin ve M. Artıran). Ankara: Nobel.
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31-41.
- Taş, İ., Eker, H. ve Anlı, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- Tezcan, S. ve Yardım, N. (2003). Türkiye'de çeşitli sağlık kurumlarında doktor, hemşire ve tıp fakültesi öğrencilerinin sigara içme boyutu. *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 51(4), 390-397.
- Türel, Y. K. ve Toraman, M. (2015). The relationship between internet addiction and academic success of secondary school students. *Anthropologist*, 20(1), 280-288.
- Uçar, E. (2016). Facebook'ta duyguları ifade etme ölçeği geliştirme çalışması. *İhlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 41-57.
- Uysal, M. A., Kadakal F., Karşıdağ Ç., Bayram G. N., Uysal Ö. ve Yılmaz V. (2012). Fagerstrom nikotin bağımlılık testinin Türkçe versiyonun güvenilirliği ve faktör analizi. *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 52(2), 115-121.
- Varol, C. (2018). *Kişilerarası ilişkiler psikoterapisi eğitimi almanın subjektif mutluluk, empati, duyguları ifade etme ve yakın ilişkilerde yaşantılar üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Vural, Z. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 5(20), 3348-3382.
- Yalçın, S. B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin duyguları ifade edebilmelerinin aleksitimi ve psikolojik ihtiyaçlarına göre incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yan, W., Li, Y. ve Sui, N. (2014). The relationship between recent stressful life events, personality traits, perceived family functioning and internet addiction among college students. *Stress and Health*, 30(1), 3-11.
- Yedirir, S. ve Hamarta, E. (2015). Emotional expression and spousal support as predictors of marital satisfaction: The case of Turkey. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(6), 1549-1558.
- Yılmaz, D., Gökdere Çınar, H. ve Özyazıcıoğlu, N. (2017). Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon ve internet



bağımlılığı ile üst ekstremitte fonksiyonel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 34-39. doi:10.22312/sdusbed.311497

Yılmaz, M., Yılmaz, A., Sönmez, C. I. ve Aşıkhasan, İ. (2019). Düzce ili aile sağlığı merkezi çalışanlarında internet, sigara, alkol, madde bağımlılığı ile kişilik ilişkisi. *Evaluation*, 15(1), 15-20.

Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley.

Young, K. S. (2007). Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *Cyber Psychology & Behavior*, 10(5), 671-679.

## EXTENDED ABSTRACT

**Introduction**

Internet addiction is frequently defined as being busy with the internet, not being able to control the time spent on the internet, hiding this situation from others, and continuing to use the internet despite all the negativities in the functionality of life (Young, 2007). In a study conducted with the participation of university students frequently using the internet and being internet addicts, it was found that the persons interpersonal communication, family functions, and poor health conditions in daily life were related to internet addiction (Balkan, 2011). Griffiths (1999) evaluated internet addiction within behavioral addictions and determined six criteria. These are: attention seeking, developing tolerance, conflict, withdrawal symptoms, mood swings, and relapse. Griffiths stated that people with these features can be considered as addicted.

The need for cognition is the desire to be active in cognitive action throughout the life (Kağıtçıbaşı, 2010). Those with a high need for cognition are more curious than others (Bavolar and Mihal, 2018). Individuals with a high need for cognition will examine the incoming messages in more details. Those with a low need for cognition make a superficial assessment and focus more on the characteristics of the message, such as its physical appeal and speech style (Demirtaş-Madran, 2012).

In addition to the need for cognition, the place of emotions in the life is also essential (Southam-Gerow, 2014). Expressing emotions is the transfer of emotions experienced by individuals with facial expressions and verbal messages (Kuyumcu and Güven, 2012). While individuals express their feelings with the recent internet technology, Facebook, WhatsApp, etc. have become frequently used virtual platforms (Uçar, 2016). In a study conducted by Dumlupınar et al. (2012), it was observed that communication skills got stronger as the level of expressing emotions increased. In a study conducted on university students, it was concluded that individuals with a high level of expressing emotions had a high level of self-compassion and empathic tendency and low level of aggression (Adigüzel, 2012).

Internet use has increased in recent years and has become known with the concept of addiction. How internet addiction affects the need for thinking and the ability to express emotions is an important issue. To the best of our knowledge, no previous studies have been found on this subject in the literature. The aim of the study was to examine the relationship between internet addiction, need for cognition and expressing emotions of university students.

**Method**

In this study, the relationship between internet addiction, the need for cognition, and expressing emotions of university students were examined with a relational screening model. The relational screening model investigates the level of whether two or more variables change together (Karasar, 1998). In addition, the purpose of this study is to examine whether these concepts differ according to gender, perceived academic success, and smoking habit. The study group consisted of 391 students randomly selected from students studying at various departments at five universities. The study was conducted by a total of 391 students including 286 girls, 103 boys and two unspecified sex. In the research, Young Internet Addiction Test - Short Form, Thinking Need Scale, Expressing Emotion Scale, and the personal information form created by the researcher were used as data collection tools. The data obtained for the study were collected from the participants on a voluntary basis. The data of this study were analyzed with Multiple Linear Regression, Independent Samples t-Test, One Way ANOVA and Pearson Product-Moment Correlation.

**Results**

As the result of the study, a significant and opposite relationship was found between internet addiction and the need for cognition and proximity (subdimension of expressing emotions). In addition, the need for cognition and proximity (expressing emotions sub-dimension) predicted internet addiction. Due to the innovations brought by internet technology, people need less communication with each other today. Many people use "smart" technologies developed via the internet for working. Therefore, people use their thinking skills less. Internet technologies have made our daily lives easier. It also changed the way people

communicated and started to prevent them from transferring their feelings and thoughts in a healthy manner. All these reasons may be the cause for the need to think and decrease the emotion of affinity as the level of internet addiction increases.

It was concluded that internet addiction showed a significant difference with respect to gender, smoking habit and perceived success. According to the results of the study, internet addiction scores of male students were found to be higher than female students. Internet addiction levels of non-smoking students were lower than the smokers. Internet addiction levels of students who perceived success as medium and high were lower than those who perceived success as low.

It has been noted that the need for cognition differs significantly according to smoking and perceived success. The level of the need for the cognition of students who perceive their success higher is found to be higher than those who perceive their success at a medium level. Thinking needs of nonsmoker students were found to be lower than those smoking.

Regarding expressing emotions and positive emotion (sub-dimension of emotion expression), a significant difference was found with respect to gender. It was also observed that male students expressed their emotions, and their positive emotion levels were lower compared to females.

### **Conclusion**

The aim of the present study was to examine the relationship between internet addiction, the need for cognition, and expressing emotions of university students. A significant and opposite relationship was found between internet addiction and the need for cognition and proximity (subdimension of expressing emotions) in the study. In addition, the need for cognition and proximity predicted internet addiction. It was concluded that internet addiction showed a significant difference with respect to gender, smoking habit and perceived success.

It was also determined that variables of smoking habit and perceived success create a significant difference in the scores of the need for cognition. Regarding expressing emotions, a significant difference was found with respect to gender. In addition, a significant difference was found between positive emotion, being the sub-dimension of emotional expression and gender.