

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Cilt: 12 Sayı: 66 Ekim 2019

www.sosyalarastirmalar.com

Issn: 1307-9581



Volume: 12 Issue: 66 October 2019

www.sosyalarastirmalar.com

Issn: 1307-9581

Doi Number: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3664>

ÖĞRETMENLERİN İNTERNET KULLANIM ALIŞKANLIKLARI İLE YALNIZLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİ: TRABZON ÖRNEĞİ

RELATIONSHIP BETWEEN TEACHERS' INTERNET USAGE HABITS AND LONELINESS: TRABZON EXAMPLE

Özden TOPRAK*
Olgun KÜÇÜK**

Öz

İnternet ile birlikte aracı iletişim, yüz yüze iletişimin yerini almaya başlamıştır. Nüfusun demografik ve sosyal yapısındaki değişim aile ve arkadaşlarla olan iletişimi azaltarak insanı internet ortamına yöneltmiştir. Kişi internette ne kadar çok zaman harcarsa ailesi ve arkadaşlarıyla geçireceği zaman o oranda azalmaktadır. Bu durum kişide yalnızlığa bağlı psikolojik sorunların oluşmasına yol açabilmektedir. Popülerleşen Facebook gibi sosyal ağlar birçok etkileşimin gerçekleşmesine izin vermektedir. Yine de Facebook, video oyunları ve hatta sanal gerçeklik yalnızlık duygusunu ortadan kaldırmaya yetmemektedir. İnsanlar sosyal yapıdadır ve bu nedenle diğer insanlarla yakın ilişki kurmaları önemlidir. İnternet bağımlıları, yaşamın zorluklarından kaçmak isterler, ancak interneti kullanmadan da yalnızlık sorununu çözenin yolları bulunmaktadır. Bu çalışmada, öğretmenlerin internet kullanım alışkanlıkları ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişki ortaya konmaya çalışılmıştır. Yöntem olarak saha araştırması kullanılmış olup, veriler 80 katılımcıdan elde edilmiştir. Araştırmaya katılan öğretmenlerin genel olarak yalnızlık hissetmedikleri fakat internete olan güven düzeyleri arttıkça yalnızlık düzeylerinde de artış olduğu bulgulanmıştır. Yine, öğretmenlerin yaşamdan yüksek düzeyde memnun oldukları anlaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: İletişim Psikolojisi, İnternet Kullanım Alışkanlıkları, Yalnızlık Düzeyi.

Abstract

Interaction with the Internet has begun to replace face-to-face communication. The change in the demographic and social structure of the population has reduced the communication with family and friends and directed people to the internet. The more time a person spends on the Internet, the less time they will spend with family and friends. This situation may lead to psychological problems related to loneliness. Social networks such as popular Facebook allow many interactions to take place. Nevertheless, Facebook, video games and even virtual reality are not enough to eliminate the feeling of loneliness. People are social and therefore it is important that they have close relationships with other people. Internet addicts want to escape the difficulties of life, but there are ways to solve the problem of loneliness without using the internet. In this study, it was tried to reveal the relationship between teachers' internet usage habits and loneliness level. Field research was used as the method and data were obtained from 80 participants. It was found that the teachers who participated in the study did not feel loneliness in general, but the loneliness levels increased as the trust levels increased. Again, teachers were found to be highly satisfied with life.

Keywords: Communication Psychology, Internet Use Habits, Loneliness Level.

* Dr. Öğr. Üyesi, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Radyo Televizyon Sinema Bölümü, yrddocozdentoprak@gmail.com

** Öğr. Gör., Karabük Üniversitesi, Safranbolu Meslek Yüksekokulu, Görsel İşitsel Teknikler ve Medya Yapımcılığı Bölümü, Radyo ve Televizyon Programcılığı Programı, olgunkucuk61@gmail.com



Giriş

Toplumu oluşturan bireyler düşünce ve duygu iletimi yoluyla diğer bireylere ulaşmayı arzular. Diğer bir ifadeyle, iletişimin temel amacı anlaşılma ve anlaşmayı sağlamaya çalışmaktır. İletiyi gönderenlerin anlaşılabilmesi, alıcının iletiye tepki vermesini de gerektirmektedir. Mesajı iletenle birlikte mesaj alıcısının da iletişim sürecinde aktif olması önemlidir. Bu nedenle kitle iletişiminde karşılıklı ve dolaylı bir etkileşimden söz edilebilir. Bununla birlikte, mesajı iletenle alıcının süreç içinde yer alması her zaman iletişimin oluşacağı sonucunu da vermemektedir. Kitle iletişim sürecinde iletişimin yaşanabilmesi ancak alıcı kitlenin mesaja yanıt vermesiyle gerçekleşebilmektedir (Gökçe, 2010, 229).

Toplum içindeki aktif ve sosyal ilişkileri güçlü bireylerin, pasif bireylere oranla yaşamlarını daha dolu ve eğlenceli geçirme potansiyeli taşıdıkları düşünülmektedir. Yapılan bazı çalışmalar ise internet ve sosyal medya kullanımının kişinin mutluluğu üzerinde etkisi olabileceği sonucunu göstermektedir (Balcı ve Demir, 2018, 339-342).

İnternet çok yaygın bir araç konumuna gelmeden önce çağdaş imgeleri ele geçirmeyi başarmıştır. Bir ütopyanın gerçekleşmesi gibi düşünülebilecek bu siber teknoloji, sağladığı özgürlük ortamı, mesajların anında iletilmesi, zaman ve mekânın sınırlılıklarına meydan okuyan biçimiyle yepyeni bir iletişim mecrası oluşturmuştur. İnternet, toplumsal iletişimdeki eşitsizlik bariyerini olabildiğine yıkararak, bilgi ve paylaşımın toplumun tüm katmanları arasında yayılmasını kolaylaştırmıştır. İnternetin yaygınlaşmasıyla birlikte televizyon gibi geleneksel araçlar yoluyla edilgen olarak bilgiye erişen kitleler interaktif iletişimle gerçek anlamda tanışma olanağı bulmuşlardır (Maigret, 2014, 328).

İnternet ağı sanal da olsa bir örgütlenme modelini ifade etmektedir. Toplumsal ilişkiler burada ağ üzerinden sürdürülmektedir. Ağ yapılanması elektronik yolla verilerin uzun mesafelere anlık olarak taşınabilmesine olanak sağlamaktadır. Bu ise daha önce benzeri görülmemiş bir iletişim modeli olarak dikkatleri üzerine çekmektedir. Ağ yapılanması farklı mecralarda yer alan bilgilerin toplanması, işlenmesi ve dağıtılması işlevini yerine getirebilecek bir teknolojiye sahiptir. Bu teknoloji, veri iletimi için gerektiğinde atmosferi, gerektiğinde bakır ve fiber iletkenleri kullanmaktadır (Törenli, 2005, 136-137).

İnternetin yaşamda yer alması bireysel, sosyal ve ticari etkinliklerde köklü değişimleri beraberinde getirmiştir. Kişilerin internet kullanmaya başlaması, tekdüze yaşam tarzları üzerinde devrim etkisi oluşturmuştur. Bireyler interneti hem günlük işler için kullanmakta, hem de boş vakitlerini geçirme ve eğlence aracı olarak yararlanmaktadır. Kişiler her geçen gün sosyal medya mecralarında daha fazla zaman geçirme eğilimi içine girmektedir (İnce ve Koçak, 2017, 737).

Yeni medya teknolojisi internet kullanıcılarına hem bireysel hem de kitlesel erişim olanağı tanımakta, eş zamanlı ve eşzamanlı etkileşimi sağlamaktadır. Bununla birlikte günümüz şartlarında halen pek çok uygulamanın geleneksel ve yeni medyanın bir arada olduğu melez altyapılardan oluştuğu görülebilmektedir (Geray, 2003, 20).

Yeni medya gerçekte ortak bir dile dayanmaktadır. Bu yeni medya ortamı beklenenin aksine toplumsallığı değil bireyselliği önelemektedir. İnsanların birlikte hareket etmeleri ise devlet ve otorite tarafından tercih edilmemektedir. Bu bakımdan toplumsallıktan uzaklaşmış, ekranlar karşısında saatlerini geçiren bireyler daha çok tercih edilmektedir. (Mattelart, 2004, 38-39).

İnternet ve Yeni Medyanın toplumsal ilişkileri değiştirip dönüştürdüğü sıklıkla dile getirilen bir düşünce olmakla birlikte, internetin sadece araç olduğu ve iletişimin temel unsuru olan mesajların üretilmesi ve toplumsal etkileri noktasında belirleyici bir işlevi olmadığını düşünenlerde bulunmaktadır. Medyaya eleştirel yaklaşanlar sadece şeklinin değiştiğini, amaç ve etkilerinde ise bir değişim olmadığını görülmektedir.

İnternet ve mobil cihazlar kitle iletişimin sonunu getirmemiş, tam tersi kitlelerin yönetilip denetlenmesini ve kapitalist ekonomik düzenin işini daha da kolaylaştırmıştır. Geçmişte geleneksel kitle iletişim araçlarıyla zaman zaman maruz kalınan ilan ve reklamlara internet ve yeni medya ortamında çok daha sıklıkla karşılaşılmaktadır. Bu yönüyle internet, kitle iletişimin tahakküm edici yönünü beklenenin aksine törpülememiş tam tersine olanaklarının daha da gelişmesine yol açmıştır. Yeni iletişim teknolojilerinin geleneksel medyayı ortadan kaldırdığı söylenmektedir. Oysa insanların çoğu halen haberleri televizyondan almayı sürdürmektedir. Aslında kitle iletişimi son bulmamış, internet sayesinde kitle bilenmeyen olmaktan çıkmış tüm özellikleri bilinen bireyler ve onların oluşturduğu kolaylıkla yönlendirilebilen kitlelere dönüşmüştür. Geçmişte kitle iletişim araçları üzerinden sürdürülen hegemonyanın yeni medya araçları sayesinde çok daha verimli bir şekilde devam ettirilmesi sağlanmıştır. Toplumda ise, Yeni Medya ile sanki tüm üretim ve yönetim ilişkilerinin değiştiği gibi yanlış bir algı



bulunmaktadır. Değişen sadece araçtır, aracın hizmet ettiği yönetsel mekanizma ise olduğu gibi durmaktadır (Erdoğan, 2014, 422-423).

1. İnternet Kullanım Alışkanlıkları

Günümüzde teknolojinin egemenliği altında yaşanmaktadır. İnsanlar gelişen interaktif teknolojiye her geçen gün daha da adapte olmakta, bu teknolojileri hayatlarının her alanına sokmakta, hatta bağımlı hale gelebilmektedir. Özellikle yeni neslin ilgi gösterdiği ve yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelen internet ve dolayısıyla sosyal medya gençler arasında yoğun biçimde kullanılmaktadır. (İnce ve Koçak: 2017: 747) İnternetin yaşamımıza girmesi birçok pratikler sağladığı gibi eğitimden sağlığa, iletişimden eğlenceye kadar pek çok yaşam alanını da şekillendirmektedir (Okkay, 2019a, 116-117).

İnternet çevrimiçi haber sitelerinden haber okumak, elektronik posta gönderip almak, finansal işlemler yapmak, kariyer olanaklarına erişmek, sosyal ağlar üzerinden etkileşim içinde olmak ve alışveriş yapmak için kullanılmaktadır.

İnternet üzerinden e-posta yoluyla iletişim kurma, *Whatsapp* ve *Messenger* gibi programlarla sohbet etme, bilgiye erişme, ürün satın alma, çevrimdışı veya çevrimiçi dijital oyun oynama gibi sanal etkinlikler zamanımızın önemli bir bölümünü kapsamaktadır. Dijital medya araçlarına ayrılan zamanın artmasıyla birlikte, geleneksel medya araçlarına ayrılan zaman da gittikçe kısalmaktadır (Binark, 2007, 5)

İnternet hızlı yayılımına paralel olarak tüm medya araçları içinde etkinliği en yüksek araç olma özelliği taşımaktadır (Holtz, 2002). İnteraktif teknolojilerin gelişmesi dijital medyayı önemli bir araç haline getirmiştir. Forumlar, anlık mesajlaşma imkânı sağlayan programlar, sosyal ağlar ve bloglar internet veri hızı ve dijital teknolojinin sağladığı imkânlarla insanlığın en yaygın sosyalleşme araçları haline gelmiştir. Farklı bilgi formlarına dijital teknoloji sayesinde tüm platformlarda kolaylıkla kullanılabilme imkânı sağlanmıştır (Okkay, 2019c, 421).

Sosyal medya ortamı çevrimiçi etkinliğe açık bir ortamdır. Topluluk, katılım, açıklık ve bağlantı gibi özellikleri içermektedir. Düşünce paylaşımı, insanlar arası etkileşim, söylemler ve tartışmalar, ortak çalışma, sanatsal faaliyet ve ticaret gibi pek çok farklı özelliği bünyesinde taşıyabilmektedir (Mayfield, 2008).

İnternet kullanımına paralel olarak sosyal medya kullanımı toplumda her geçen gün yaygınlaşmaktadır. Hatta bazı kullanıcılarda bağımlılık oluşturduğu gözlenmektedir. Bu olgu bireylerin gündelik yaşamlarını olumsuz etkileyebilmektedir. Bununla ilgili ülkemizde ve dünyada yapılmış çok sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri de Koçak ve İnce (2019, 803) tarafından 2019 yılında Karabük ilinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırmanın sonucuna göre sosyal medya bağımlılık düzeyi arttıkça, kullanıcıların kendilerini zihinsel anlamda daha yorgun hissettikleri anlaşılmıştır.

Günümüzde insanlar boş zamanlarının büyük bir kısmını sosyal medya karşısında geçirirken bu araç sayesinde kişiler ve olaylar hakkında çeşitli bilgiler de toplayabilmektedir. Literatürde bulunan pek çok araştırma ise adeta bu görüşü doğrular niteliktedir. Toprak ve arkadaşları (2019, 892) tarafından Hatay il merkezinde yapılan araştırmada, 40 yaş ve üstü kadınlarının önemli bir kısmı boş zamanlarını geçirmelerine yardımcı olduğu için sosyal medya kullandıklarını belirtmişlerdir.

Yeni medya artık yaşamın her alanında kullanılmaktadır: kişilerarası iletişim, ticaret, siyaset, sağlık, kariyer ve oyun. Yeni medya ile geleneksel medyadan (gazete, radyo, televizyon, sinema) farklı olarak, dijital kodlama sistemine temellenen, iletişim sürecinin aktörleri arasında eş anlı ve çok yoğun kapasitede, yüksek hızda karşılıklı ve çok katmanlı etkileşimin gerçekleştiği multimedya biçimselliğine sahip iletişim araçları kastedilmektedir (Binark, 2007, 21).

Teknolojik ilerlemede yaşanan baş döndürücü gelişmeler sadece toplumu ve sosyal hayatı etkilemekle kalmayıp, çoğu iş alanında büyük dönüşümleri de beraberinde getirmiştir. Çok yakın zamanda hayatımıza giren İnternet teknolojisi bankacılıkta, sanayide, ticarete, eğitimde, sağlıkta ve diğer pek çok iş alanında olduğu gibi yayıncılık alanında da köklü değişikliklere yol açmıştır (İnce, 2018: 23). Bu bağlamda, İnteraktif teknolojilerinin gelişimiyle birlikte medya dönüşüme uğramaya başlamıştır. Yeni medya ile birlikte yirmi dört saat hedef kitle ile iletişim ve etkileşim neredeyse zorunlu hale gelmektedir. Yeni medyada veri madenciliği yaparak hedef kitlenin sosyo demografik özelliklerine ulaşmak, ilgi duyduğu alanlara, onların çevrelerine ulaşmak, diğer bir deyişle hedef kitleyi gözetleyerek onlara ulaşmak, hatta gerekirse kişiselleştirilmiş içerik sunmak kolaylaşmıştır (Okkay, 2019b, 289).

İnternet teknolojisi ile kitle iletişim araçları iç içe geçmiş, internete erişim hızının her geçen gün artışı, yayıncılık hizmetine yeni boyutlar kazandırmıştır. Yeni medyanın eşzamansızlık/ asenkronizasyon, etkileşimlilik, kitlesizleştirme özelliği artık bütün mecralarda karşımıza çıkmaya başlamıştır. Değişen bu iletişim ortamında kullanıcıların, içerik üretim ve dağıtımına dâhil olması mümkün kılınmıştır. İnternetle birlikte sırf kitle iletişim araçlarının kullanımı değişmemiş, hobilerin, kültürel faaliyetlerin çoğu bu sanal



ortamda hayat bulmaya başlamıştır. Zaman, mekân, uzam kavramlarını yeniden tanımlayan iletişim teknolojileri, bireylerin sosyal, kültürel yaşamlarını ve alışkanlıklarını kökten değişime uğratmıştır. Arkadaş edinmek, oyun oynamak ve hatta müze gezmek, kitap okumak gibi birçok aktivite sanal dünyaya taşınmıştır (Okkay ve Toprak, 2017, 45).

2. Öğretmenlerin İnternet Kullanım Alışkanlıkları

İnternet bilgi almak ve iletişim kurmak gibi farklı amaçlar için kullanılabilir. Dijital teknoloji farklı yaş gurubundan insanlara okula gitmeden uzaktan öğrenme olanağı sağlamaktadır. Günümüzde artık dünyada pek çok üniversite uzaktan eğitim yöntemiyle internet üzerinden ders içerikleri paylaşmaktadır. Öğretmenler internetin sağladıkları olanaklardan içerikleri ilginç ve çekici kılmak için yararlanabilmektedir. (Shin, 2014, 46).

21. yüzyılda eğitim anlayışında dönüşüm yaşanmış ve iki önemli ilke benimsenmiştir. Bu ilkeler bilgi toplumu oluşturulması ve eğitimin ömür boyu sürdürülmesidir. Bireylerin gerekli bilgi donanımına sahip olmaları yeniçağın beklenen özelliğidir. Bilgi sahibi bireylerin yetiştirilebilmesi için internetten azami ölçüde destek almak yarar sağlamaktadır (Aggarwal, 2000, 43).

Bilgiye erişimde internetin rolü artık yadsınamaz hale gelmiştir. Dijital mecra, araştırmacı ve öğrenciler için neredeyse sınırsız bilgi kaynakları barındırır seviyeye ulaşmıştır. Bu olgu ise eğitimde internet olanaklarının kullanımını günden güne artırmaktadır (Edwards & Bruce, 2002, 180).

İnternetteki bilgilerin çoğalması ve arama motorları sayesinde bu bilgilere çok hızlı erişilebilmesi sorun ve sorularda kısa sürede bilgi desteği alınmasına olanak sağlamıştır. Arama motorlarının gelişmiş özellikleri sayesinde cevapsız sorular gittikçe azalmaktadır. Bununla birlikte çevrimiçi ortamda doğru bilgiler yanında gereksiz ve doğruluğu tartışmalı bilgiler de yer alabilmektedir. Bu durum ise bilgi kirliliği kavramını gündeme getirmektedir (Tillman, 2003). İnternet kullanıcısının neredeyse sonsuz bilgi ortamında gezinirken bilgiler arasından doğru olanları ayırt etme yeteneğine sahip olmasında yarar bulunmaktadır. İnsanların web arama hizmetlerini kullanırken dijital medya okuryazarlığı konusunda bilgi sahibi olmaları bilginin açıklaması bakımından önem arz etmektedir (Spink, Bateman ve Jansen, 1999, 117).

İnternette bilgiler sunucu bilgisayarlar yardımıyla dolaşıma girmektedir. Sunucu bilgisayarlar web siteleri için gerekli dijital alanı sağlarlar. Bu hizmet ücretli olabileceği gibi ücretsiz olarak ta verilebilmektedir. Günümüzde yaygın gazete ve dergilerin artık dijital sürümleri de bulunmaktadır. Geleneksel medya araçları fiziki ortamı terk ederek elektronik ortama yerleşme sürecini tamamlamak üzeredir (Patil ve ark. 2004).

Web tabanlı öğrenme için dijital ortama uyum sağlayabilecek içerik ve materyallere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu öğrenme türündeki içerikler web ortamından sağlanmakta ve alternatif çözümler için onaya ihtiyaç duyulmaktadır (Tsai ve Machado, 2002).

Öğrencilerin bu yeni öğretim formatı içinde bilgisayar ve internet teknolojisiyle tanışmaları bu alandaki becerilerinin aratmasına diğer yandan da genel olarak okuma, yazma ve içerik üretimleri için olumlu etki sağlayabilmektedir (Ergün, 1998).

İnternet, eğitimin desteklenmesi amacıyla öğretmenler tarafından yoğun biçimde kullanılmaktadır. Öğretmenler gerekli ders içeriklerine buradan da kolaylıkla ulaşabilmektedir. Uzaktan eğitimde gerekli başarının sağlanabilmesi için öğrencilerin medya okuryazarlığı eğitimi almalarında yarar vardır. Öğretmenler öğrencilere sanal ortamı zararlarından korunarak verimli bir şekilde kullanabilmeleri için gerekli yönlendirmeleri yapmalıdır. Tüm kitle iletişim araçlarının işlevlerini içinde taşıyan internet tabanlı mecralar, bilgiye erişme ve ders içeriklerinin interaktif sunumunu sağlamak yanında asosyallik, odaklanma problemi, hayal gücünde zayıflama ve kullanıcının sanal ortama kapılması gibi olumsuzlukları da beraberinde taşımaktadır.

3. İnternet, Yaşam Doymu ve Yalnızlık

Yaşam, bir yönüyle kişilerin çalışma hayatı ve bunun dışındaki anlarının toplamından oluşmaktadır. Yaşam doymu ise, kişinin beklentileri ve bunların karşılanmasıyla ilgili bir konudur. Böylece yaşam doymu, bireyin yaşama dair beklentileri ve bu beklentilerin gerçekleşme düzeyi ile oluşan durumu ifade etmektedir (Yılmaz ve Altınok, 2009, 451).

Yaşam doymu, pozitif ruh sağlığının farklı alanlarından birini ifade edebilmektedir. Bu aynı zamanda yargılayıcı ve bilişsel bir süreci de belirtmektedir. Yaşam doymu direkt olarak doğrulanabilir bir gerçekliği ifade etmekten öte bireylerin öznel yargılarının eseri olarak ortaya çıkmaktadır. Bireyler yaşamdan beklentileri ve yaşadıkları ortam ve şartların zihinsel analizi sonucunda belli bir yargıya varabilmektedir (Cummins ve Nistico, 2002, 37).



Yaşam doyumu kişinin yaşam kalitesini belirleyen kriterler anlamında evrensel bir değerlendirme olarak ta tanımlanabilmektedir. Memnuniyet düşüncesi bireyin kendi yaşam standartlarını uygun standartlar olarak belirlenmiş verilerle kıyaslanması sonucu ortaya çıkmaktadır. Kişilerin mevcut yaşam standartlarından memnuniyet duyup duymamaları kişisel düşünce ve yargıları paralelinde ürettikleri bir durumu ifade etmektedir. Yaşam doyumu standartları kişiye dışardan empoze dlebilecek doneler değildir. Yaşam doyumu, belirli bir zaman ve toplumsal statüde yaşayan bir kimsenin yaşamı hakkındaki duygu ve düşüncelerinin ortaya konması olarak açıklanabilmektedir (Shin ve Johnson, 1978, 46).

İnternet bağımlılığı, kişinin zamanının gereğinden çok çalmasına yol açarak yaşam doyumu üzerinde olumsuz etki yapabilmektedir(Köse, 2016). İnternet bağımlılığı ile yalnızlık ve yaşam doyumu arasında ilişki bulunmaktadır (Şenol-Durak ve Durak, 2011, 23).

Çok hızlı bir biçimde insanların günlük hayatında yer bulan internet, insana sağladığı pek çok kolaylığın yanında onun hayatından pek çok şeyi de alıp götürmüştür. İnternet kişiler arasındaki samimi iletişimi sekteye uğratmış, onları hayatın gerçekliğinden uzaklaştırmış, sosyal yaşamdan kopartarak asosyal kişiler haline getirmiştir. İnsanlar gerçek kişiler yerine sanal arkadaşlıklara yönelmiş, gerçekte birbirinin yüzünü dahi görmeyen kişiler sanal ortamda hemen her şeyi paylaşma yoluna gitmektedir. Sanal arkadaşlıklar ise sosyalleşmeyi sağlamadığı gibi kişinin daha da yalnızlaşmasına yol açabilmektedir (Bayram ve Gündoğmuş, 2016, 307).

Yalnızlık genel olarak, kişiler arasındaki ilişki ve sosyal etkileşimin yetersiz olmasının oluşturduğu ruh halini ifade etmektedir. Yalnızlık, kişinin dış çevre ile ilişkisini azaltması olarak tanımlanabilmekte ve kendi iradesi ile yaşadığı bir duygu da olabilmektedir(Yılmaz ve Altınok, 2009, 451).

Yalnızlık, kişinin diğerleriyle olan ilişkilerinin tatmin edici düzeyde olmaması ve gerçekte arzuladığıyla gerçekleşen ilişki düzeyi arasında oluşan boşluk olarak ortaya çıkmakta ve psikolojik, öznel bir duygu ve deneyimi ifade etmektedir (Ditomaso, Brannen-McNulty, Ross, Burgess, 2003). Diğer bir deyişle yalnızlık, kişinin toplumsal ilişkilerindeki niteliksel ve niceliksel eksikliklerle beraber, sosyal ağını oluşturmada yaşadığı zorlanmadan kaynaklı mutsuzluk deneyimi olarak açıklanabilmektedir (Peplau ve Perlman, 1979, 101).

Genel olarak araştırmacılar, internet bağımlılığı ve yalnızlık arasında önemli oranda bağlantı olduğunu söylemektedir(Morahan-Martin ve Schumacher, 2003, 659).

Kendini yalnız hisseden ve toplumu oluşturan bireylerle kolaylıkla iletişim kurmayı beceremeyen kişiler sosyal açlıklarını internet kullanımı yoluyla giderme davranışı gösterebilmektedir. Böylelikle kişi sosyalleşme ihtiyacını doğal yolla karşılamadığı için başka sorunlarla da karşılaşabilmektedir. Bu durumda sosyalleşme eksikliğinden kaynaklanan sorunlara yeni sorunlar eklenebilmektedir. Bu durum kişilerin toplumsal hayattan iyice koparak izole olmasına ve sanal bir yalnızlıkla baş başa kalmasına yol açabilmektedir (Ümmet ve Ekşi, 2016, 29). Uzun süreli yoğun internet kullanımı, depresyon, yalnızlık ve sosyal ilişkilerdeki zayıflamayı da beraberinde getirmektedir. Aşırı sanallaşmanın toplumsal ilişkileri zayıflatıp, toplumdan uzaklaşma eğilimini beraberinde getirdiği yapılan birçok araştırmayla ortaya konmuş bir gerçektir (Oktan, 2014, 281).

İnternet bağımlısı bireylerin, bağlanma durumlarının sıklıkla kaçınma ve kaygı üzerinden şekillendiği görülmektedir. Bu kişilerin duygusal bakımdan dengesiz oldukları, yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu ve yaşamdan aldıkları hazzın ise düşük kaldığı görülebilmektedir (Morsünbül, 2014, 357). İnterneti yoğun biçimde kullananların aile ve arkadaşlarıyla daha az iletişim kurma eğiliminde oldukları ve onlara zaman ayırma konusunda eksiklik gösterdikleri anlaşılmaktadır(Batıgün ve Hasta, 2010, 213).

İnternetin aşırı kullanımı, geniş bir sosyal ağ sağlaması ve çevrimiçi farklı iletişim modelleri sunması nedeniyle de ortaya çıkabilmektedir. Kendini yalnız hisseden kişiler toplumsal hayata göre daha kolay olan bir gruba ait olma ve arkadaş edinme için interneti tercih etmeye yönelebilmektedir (Shapira, Goldsmith, Keck P, Khosla, McElroy, 2000, 267).

İnternet bağımlılığı ve yalnızlık olgusu çift yönlü bir etkileşim halinde olabilmektedir. Yalnızlık bazen internet bağımlılığını getirirken, bazı durumlarda ise internet bağımlılığının yalnızlığa yol açtığı görülebilmektedir. Çok yoğun internet kullanımının ise bireyleri dış dünyadan izole ettiği düşünülmektedir. (Manouchehr, Douran ve Sohrabi, 2007, 1699). Gerçek dünyada ne pahasına olursa olsun ilişki kurmayı hedefleyenler bunun uğrunda kırılğan ve ikiyüzlü ilişkilere yönelebilmektedir. Yalnızlık bazı durumlarda ise aşırı internet kullanımının yan etkisi olabilmektedir(Underwood ve Findlay, 2004, 124). Öte yandan internette aşırı vakit geçirmenin depresyon ve yalnızlığı artırdığı, toplumsal ilişkileri zayıflatıp, kötü ruh haline neden olduğu bilinmektedir (Kiesler, Boneva, Cummings, Helgeson, Crawford, 2002, 5849).



Yalnızlıktan kurtulmayı beceremeyen bireyler, sorunlu internet kullanım davranışlarına yönelebilmektedir. Bu kişilerin internette fazla zaman geçirmeleri gerçek hayattaki yalnızlıklarını azaltmamakta, tam aksine yaşamsal faaliyetlerini olumsuz etkileyecek sonuçları beraberinde getirebilmektedir(Uzbaş, Sosyal ve Aysan, 2015, 1035).

Günümüzde kapitalist sistemin bizi içine soktuğu döngüde insanlar sosyalleşmeye bile vakit bulamaz hale gelmiştir. Yoğun çalışma koşulları, şehrin yoğun trafiği gibi sebepler, insanları sosyalleşmek için interneti kullanmaya itebilmektedir. İnternet ortamında herkesin içerik üretebilmesi, yeni insanlarla tanışabilmesi, takipçi edinebilmesi ve daha birçok şey interneti diğer iletişim araçlarından farklı kılmaktadır (Okkay, 2018, 1082).

İstedikleri çoğu şeyi evlerinden çıkmadan simülasyon evreninde yapabilir hale gelen bireylerin, çevreleriyle kurdukları iletişim de yondeşmiş, büyük bir değişime uğramış, bireyler sanal bir dünya içinde kendi gerçek dünyalarına yabancılaşmaya başlamıştır. Bireyin gerçek dünyadan uzaklaşp zaman, mekan, uzam kavramlarının yeniden şekillendiği bir evrende yeni bir sanal benlik ile var olması, gün geçtikçe gerçeğin yerini simülasyonun almasına yol açmıştır. Git gide yabancılaşan bireyler, birbirleriyle iletişim kurmak yerine, yeni medyanın interaktif yapısı içinde, gerçek gibi görünen sanal dünyada kaybolmaya başlamıştır (Okkay ve Toprak, 2017). İnternet kullanımı yoğunlaştıkça bireyler daha çok yalnızlaşmaya başlamıştır.

4.Yöntem

Trabzon örneği üzerinden yapılan bu çalışma genel tarama modeline uygun olacak bir şekilde oluşturulmuştur. Çalışmada bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında karşılaştırmalı ilişki tarama yapılmıştır.

4.1. Araştırmanın Problemi

Yukarıdaki literatür taraması ışığında bu çalışmada, aşağıda yer alan sorulara yanıtlar aranmıştır:

Araştırma Sorusu 1: Öğretmenlerin internet kullanım sıklığı nedir?

Araştırma Sorusu 2: Araştırmaya katılanların yalnızlık düzeyleri ile internete güven düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

Araştırma Sorusu 3: Öğretmenlerin internet kullanım nedenleri nelerdir?

Araştırma Sorusu 4: Öğretmenlerin yaşam doyum düzeyleri nedir?

4.2.Araştırmanın Uygulanması ve Örneklem Seçimi

Araştırma evreni, çalışmanın yapıldığı zamanı kapsayan dönemde, Trabzon il merkezinde yaşayan öğretmenlerden oluşmaktadır. Rastlantısal örneklem tekniğinin kullanıldığı araştırmaya aktif olarak öğretmenlik yapan 80 kişi katılmıştır. Araştırmaya konu olan veriler ise yüz yüze görüşmeye dayalı anket tekniğiyle toplanmıştır.

4.3.Verilerin Analizi ve Kullanılan Testler

Alan araştırması 2- 18 Mayıs 2019 tarihleri arasında, Trabzon il merkezinde öğretmenlerle yüz yüze görüşme yoluyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada elde edilen veriler SPSS paket programı vasıtasıyla elektronik ortama yüklenmiştir. Araştırmaya katılanların medya kullanım sıklıkları Frekans analizi ile hesaplanmıştır. Yine katılımcıların internete güven düzeyleri ile toplumsal yaşamdaki yalnızlık düzeyleri Frekans analizi yardımıyla ortaya konulmuştur.

4.4. Bulgular ve Yorum

Bu başlık altında öğretmenlerin bazı özellikleri değerlendirilmiş olup daha sonra öğretmenlerin internet kullanım sıklıklarına ilişkin çeşitli analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Araştırmanın son bölümünde ise öğretmenlerin internet kullanım alışkanlıkları ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişler ortaya konulmaya çalışılmıştır.

4.5.Katılımcıların Bazı Özellikleri

Yaş dağılımının betimleyici istatistiklerine bakıldığında en düşük 27 en yüksek 52 yaşında öğretmenle görüşüldüğü ortaya çıkmaktadır. Anket sorularını cevaplayan öğretmenlerinin yaş ortalaması 41.5 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 1. Yaşa İlişkin Merkezi Eğilim İstatistikleri

N	En Düşük	En Yüksek	Ortalama
80	27	52	41.5



4.6. Haftalık Medya Kullanım Sıklığı

Çalışmaya katılanların medya kullanım sıklıklarını tespit etmek için 5'li Likert tipinde (1= Hiç Takip Etmem, 2= Haftada 1-2 Gün Takip Ederim, 3= Haftada 3-4 Gün Takip Ederim, 4= Haftada 5-6 Gün Takip Ederim, 5= Her Gün Düzenli Takip Ederim) anket formu hazırlanmıştır. Yapılan inceleme sonucunda öğretmenlerin haftalık en sık kullandıkları medya aracı olarak internet ve sosyal medya öne çıkmaktadır. Diğer taraftan en az takip edilen medya aracı 1.78 aritmetik ortalaması ile gazete olurken, bunu 2.57 aritmetik ortalama ile radyo izlemektedir (bkz. Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların Haftalık Medya Kullanım Sıklığının Merkezi Eğilim İstatistikleri

	Katılımcı Sayısı	En Düşük	En Yüksek	Ortalama
İnternet	80	3	5	4.56
Sosyal Medya	80	1	5	3.75
Televizyon	80	1	5	3.42
Radyo	80	1	5	2.57
Gazete	80	1	5	1.78

4.7. Katılımcıların İnternet Kullanım A alışkanlıkları

Öğretmenlerin internet kullanım sürelerinin betimleyici istatistik sonuçlarına bakıldığında, en az 10 dakika, en yüksek 120 dakika günlük internet kullandıkları bulgulanmıştır. Günlük İnternet kullanım sürelerinin ortalaması ise 50 dakika olarak hesaplanmıştır (bkz. Tablo 3).

Tablo 3. Öğretmenlerin Günlük İnternet Kullanım Süreleri

	Katılımcı Sayısı	En Az	En Çok	Ortalama
İnternete Kullanım Süresi	80	10 dk.	120 dk.	50 dk.

4.8. İnternete Güven Düzeyi

Öğretmenlerin internete güven düzeylerini tespit etmek için 1 ile 10 arasında puan vermeye yönelik bir skala (1= Hiç güvenmem, 10= Çok güvenirim) oluşturulmuştur. Araştırmaya katılan 80 öğretmenin verdiği yanıtlar incelendiğinde, öğretmenler düşük düzeyde (\bar{x} 4.31) internete güven duymaktadır (bkz. Tablo 4).

Tablo 4. Öğretmenlerin İnternete Güven Düzeylerinin Betimleyici İstatistikleri

	Katılımcı Sayısı	En Az	En Çok	Ortalama
İnternete Güven Düzeyi	80	1	10	4.31

Tablo 5'te de görüldüğü gibi; araştırmaya katılanların internet kullanım zamanları ile internete güven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma vardır ($F= 13.99$; $p < .01$). 7 yıl ve üzeri internet kullananlar 5.14 aritmetik ortalaması ile en fazla internete güven duyan kesimdir (bkz. Tablo 5).

Tablo 5. Katılımcıların İnternet Kullanım Zamanı ile İnternete Güven Düzeyleri Arasındaki İlişki

Katılımcıların İnternet Kullanım Zamanları	Ortalama	F	P
1- 3 yıl arası	3.00	13.99	.000
4-6 yıl arası	3.26		
7 yıl ve üzeri	5.14		

4.9. Katılımcıların Yalnızlık Düzeyi

Öğretmenlerin 1 ile 10 puan arasında değişen bir gösterge çizelgesi (1=Hiç yalnız değilim, 10= Çok yalnızım) üzerinden toplumsal yaşamdaki yalnızlık düzeyleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Ankete katılan 80 kişinin verdiği yanıtlar incelendiğinde katılımcılar düşük düzeyde (\bar{x} 2.68) kendilerini yalnız hissetmektedir (bkz. Tablo 6).

Tablo 6. Toplumsal Yaşamada Yalnızlık Düzeyine İlişkin Merkezi Eğilim İstatistikleri

	Katılımcı Sayısı	Hiç Yalnız Değilim	Çok Yalnızım	Ortalama
Yalnızlık düzeyi	80	1	10	2.68



4.10. Öğretmenlerin İnternete Güven Düzeyi ile Yalnızlık Düzeyi Arasındaki İlişki

Katılımcıların internete güven düzeyi ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin belirlenmesi açısından Korelasyon Analizi sonuçları incelendiğinde; pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .228$; $p < .05$). Başka bir anlatımla öğretmenlerin internete olan güven düzeyi arttıkça, yalnızlık düzeyleri de artmaktadır (bkz. Tablo 7).

Tablo 7. İnternete Güven Düzeyi ile Yalnızlık Düzeyi Arasındaki İlişki

	Yalnızlık Düzeyi
İnternete Güven Düzeyi	.228*

Not* $p < .05$

4.11. Öğretmenlerin İnternet Kullanım Nedenleri

Çalışmaya katılanların internet kullanım nedenlerini tespit etmek için 5'li Likert tipinde (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum) hazırlanan 11 maddeden oluşan bir ölçekten yararlanılmıştır.

Tablo 8'de de görüldüğü gibi; "olaylar ve kişiler hakkında bilgi sahibi olmak için" 4.02 aritmetik ortalama değeriyle en fazla katılım gösterilen internet kullanım nedeni olmuştur. İkinci sırada; 3.55 aritmetik ortalaması ile "arkadaşlarımla iletişimde bulunmak için", üçüncü sırada, 3.42 aritmetik ortalamasıyla "eğlenmek ve rahatlamak için" maddesi yer almaktadır. Çalışmaya katılanların internet kullanım nedenleri arasında en az öneme sahip madde ise; 1.80 aritmetik ortalaması ile "insanların iletişim bilgilerine ulaşmak için" maddesi olurken bunu 1.88 aritmetik ortalaması ile "insanları daha iyi tanıma için" maddesi izlemektedir.

Tablo 8. İnternet Kullanım Nedenlerinin Betimleyici İstatistikleri

	En Az	En Çok	Ortalama
Olaylar ve kişiler hakkında bilgi sahibi olmak için	1	5	4.02
Arkadaşlarımla iletişimde bulunmak için	1	5	3.55
Eğlenmek ve rahatlamak için	1	5	3.42
Mesaj göndermek ya da mesaj almak için	1	5	3.33
Boş zamanları değerlendirmek için	1	5	3.32
Benim için alışkanlık haline geldi	1	5	3.11
Öğrencilerimle iletişim kurmak için	1	5	3.10
Yalnızlığımı giderdiği için	1	5	2.32
Ekonomik kazanç sağladığı için	1	3	1.95
İnsanları daha iyi tanımak için	1	5	1.88
İnsanların iletişim bilgilerine ulaşabilmek için	1	5	1.80

4.12. Öğretmenlerin Yaşam Doyum Düzeyleri

Araştırmaya katılanların çeşitli kategorilerde yaşam doyum düzeylerini tespit etmek amacıyla 10'lu aralık tipinde (1= Hiç katılmıyorum, 10= Tamamen Katılıyorum) 9 maddeden oluşan bir ölçekten yararlanılmıştır.

Tablo 9'da da görüldüğü gibi; "kendi yaşamımdan ve kişisel koşullarımdan bir bütün olarak memnunum" 7.78 aritmetik ortalama değeriyle en fazla katılım gösterilen yaşam doyum düzeyidir. Diğer bir deyişle araştırmaya katılan yüksek düzeyde kendi yaşamından ve kişisel koşullarından memnuniyet duymaktadır. Bununla birlikte çalışmaya katılanların yaşam doyum düzeyleri arasında en az öneme sahip madde ise; 6.60 aritmetik ortalaması ile "maneviyatımdan memnunum" maddesidir. Yani araştırmaya katılanlar orta düzeyde maneviyatlarından memnuniyet duymaktadır.



Tablo 9. Katılımcıların Yaşam Doyum Düzeylerinin Betimleyici İstatistikleri

	En Az	En Çok	Ortalama
Kendi yaşamınızı ve kişisel koşullarınızı düşündüğünüzde yaşamınızdan bir bütün olarak ne kadar memnunsunuz?	1	10	7.78
Yaşamınızdan başardıklarınızdan ne kadar memnunsunuz?	3	10	7.76
Kendinizi bir topluluğun üyesi olarak hissetmekten ne kadar memnunsunuz?	1	10	7.70
Kişisel ilişkilerinizden ne kadar memnunsunuz?	5	10	7.50
Kendinizi güvende hissetme durumunuzdan ne kadar memnunsunuz?	1	10	7.46
Yaşam standartlarınızdan ne kadar memnunsunuz?	1	10	7.33
Sağlığınızdan ne kadar memnunsunuz?	1	10	7.01
Geleceğinizin güvenliğinden ne kadar memnunsunuz?	1	10	6.63
Maneviyatınızdan ne kadar memnunsunuz?	1	10	6.60

Sonuç

Araştırma kapsamında öğretmenlerin yaşam doyum düzeyi ile internet kullanım alışkanlıkları arasındaki ilişki ele alınmıştır; araştırma sonucunda öğretmenlerin en sık kullandıkları iletişim araçlarının başında internet ve sosyal medya gelmektedir. Diğer taraftan en az takip edilen kitle iletişim aracı gazete ve radyodur. İnternet kullanıcıları internet sayesinde diğer kitle iletişim araçlarına da kolayca ulaşabilir duruma gelmiştir. İnsanlar günümüzde internet üzerinden gazete okuyabilmekte, televizyon izleyebilmekte ve radyo dinleyebilmektedir. İnternet ile birlikte eş zamanlılıkta ortadan kalkmıştır. Artık televizyonda yer alan yarışma programları, diziler internete yüklenmekte, insanlar istediği saat ve günde bunları izleyebilmektedir.

Çalışma sonucunda, öğretmenlerin internet kullanım nedenleri arasında; olaylar ve kişiler hakkında bilgi sahibi olmak, arkadaşlarıyla iletişimde bulunmak, eğlenmek ve rahatlamak, mesaj göndermek ya da mesaj almak, boş zamanlarını değerlendirmek ilk beş sırada yer almaktadır. En düşük öneme sahip olan nedenler ise insanların iletişim bilgilerine ulaşmak ve insanları daha iyi tanımak şikârlarıdır.

Araştırmaya katılan öğretmenler internete düşük düzeyde güven duymaktadırlar. Çalışmada elde edilen bir başka sonuç ise internete güven düzeyi ile yalnız düzeyi arasındaki ilişkidir. Analiz sonucuna göre yalnızlık düzeyi ile internete güven düzeyi arasında pozitif yönde düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Yani, yalnızlık düzeyi arttıkça internete güven düzeyi de artış göstermektedir.

Yine, araştırmaya katılanlar kendi yaşamlarından ve kişisel koşullarından bir bütün olarak yüksek düzeyde memnuniyet duyarken, maneviyatlarından ise orta düzeyde memnuniyet duydukları sonuca varılmıştır.

Sonuç olarak, öğretmenlerin yaşam doyum düzeyleri ile internet kullanım alışkanlıklarına ele alan bu araştırma, örneklemin bir takım demografik özelliklerinden dolayı sınırlı çalışmalardan birini oluşturmaktadır. Gelecekte farklı bölgelerde ve farklı meslek grupları üzerinde yapılacak çalışmalar hem literatürün gelişmesine katkıda bulunacak hem de bölgesel ve meslekler açısından kıyaslama yapılmasına imkân sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Aggarwal, Anil (2000). *Web-Based Learning and Teaching Technologies: Opportunities and Challenges*. Hershey, USA: Idea Group.
- Balcı, Şükrü & Demir, Yavuz (2018). Sosyal Medya Kullanımı ile Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki: Üniversite Gençliği Üzerine Bir İnceleme. *Jass Studies-The Journal of Academic Social Science Studies*, Number: 71 , p. 339-354,
- Batıgün, Ayşegül Durak & Hasta, Derya (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11: 213-219.
- Bayram, Saffet Burak & Gündoğmuş, Gufaran (2016). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Eğilimlerinin ve Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*. 54:307-318.
- Binark, Mutlu (2007). *Yeni Medya Çalışmaları*. Ankara: Dipnot Yayınları.
- Cummins, Robert A. & Nistico, Helen (2002). Maintaining Life Satisfaction: The Role Of Positive Cognitive Bias. *Journal of Happiness Studies*, 3:37-69.
- Ditomaso E.; Brannen-McNulty C.; Ross L. & Burgess M. (2003). Attachment Styles, Social Skills and Loneliness in Young Adults. *Pers. Individ. Dif.* 35:303-312.



- Edwards, S.L. ve Bruce, C.S. (2002). Reflective Internet Searching: An Action Research Model. *The Learning Organization: An International Journal*, 9(4):180-188.
- Erdoğan, İrfan (2014). *Medya Teori ve Araştırmaları Biliş ve Davranış Yönetimi Endüstri, Devlet ve Üniversite İşbirliğinde, Medyanın Egemen ve Alternatif Açıklamaları*. Ankara: Erk Yayınları.
- Ergün, Mustafa (1998). İnternet Destekli Eğitim. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1:1-10.
- Geray, Haluk (2003). *İletişim ve Teknoloji Uluslararası Birikim Düzeninde Yeni Medya Politikaları*. Ankara: Ütopya Yayınları
- Gökçe, Orhan (2010). *İletişim Bilimine Giriş*. Konya: Dizgi Ofset.
- Holtz, Shel (2002). *Public Relations On The Net*. New York: Amacom.
- İnce, Mustafa & Koçak, Mevlüt Can (2017). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt: 7, Sayı: 2, ss.736-749
- İnce, Mustafa (2018). *Haber edinme aracı olarak internet ve internet haberciliği*, Konya: Eğitim Yayınevi
- Koçak, Mevlüt Can; İnce, Mustafa (2019). Gençlerin sosyal Medya Kullanım alışkanlıklarının Kullanımlar ve Doyumlar yaklaşımı Bağlamında Değerlendirilmesi. *Uluslararası Sosyal araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research*, Cilt : 12, Sayı: 64
- Köse, Nihat (2016). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yaşam Doyumuna Etkisi. *Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırma Dergisi*. 1:15-23.
- Kraut Robert., Kiesler S., Boneva B., Cummings J., Helgeson V. ve Crawford A. (2002). Internet Paradox Revisited. *J. Soc. Issues*. 5849-5874.
- Maigret, Eric (2014). *Medya ve İletişim Sosyoloji*. Çev. Halime Yücel, İstanbul: İletişim Yayınları.
- Manouchehr M., Douran B. ve Sohrabi M. H. (2007). *The Internet Use And Users' Social Isolation (cafe-net users of Tehran)*. *N. Engl. J. Med.* 346:1699-1705.
- Mattelart, Armant (2004). *Bilgi Toplumunun Tarihi*. çev. Halime Yücel Altınel, İstanbul: İletişim Yayınları.
- Mayfield, Antony (2008). *What is Social Media*. <http://www.icrossing.com>.
- Morahan-Martin Janet & Schumacher Phllis (2003). Loneliness and Social Uses of The İnternet. *Comput. Hum. Behav.* 19: 659-671.
- Morsünbül, Ümit (2014). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu İle İlişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1): 357-372.
- Okkay, İpek (2019a). Dijital Oyunların Çocuklar Üzerinde Yol Açtığı Etiksel Sorunlar. A.M. Kırık (Ed.) *Yeni Medyada Çocuk ve İletişim* içinde (s.115-141). İstanbul: Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Okkay, İpek (2019b). Haber Tüketiminin Dijitalleşmesi İle Birlikte Pazarlama Stratejilerinin Yeni Medyadaki Dönüşümünün Yol Açtığı Etik Sorunlar. Z. Özdemir ve A. Çetinkaya (Ed.). *Dijital Çağda Habercilik 'Kuram ve Uygulamada Yeni Yönelimler'* içinde (s.289-310). İstanbul: Der Yayınları.
- Okkay, İpek (29-30 Eylül 2018). Sosyal Medyanın Benmerkezci Bireyler Yaratması ile Gelişen Narsist Pazarlama. Edirne: IX. IBANESS Congress Series.
- Okkay, İpek (9-10 Mart 2019c). Tüketiciyi Hem Eğlendirerek Hem de Hissettirmeden Ulaşmanın Yolu Olarak Viral Pazarlama. Tekirdağ: XI. IBANESS Congress Series.
- Okkay, İpek ve Toprak, Özden (26-27 Ekim 2017). Simülasyon Kuramı Çerçevesinde Yeni Medyada Yakınsama. *Kocaeli: Uluslararası İletişim, Edebiyat, Müzik Ve Sanat Çalışmalarında 2. Güncel Yaklaşımlar Kongresi*.
- Oktan, Vesile (2014). Üniversite Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı, Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 23(1):281-292.
- Patil, Sadashiv Kanoji ve ark. (2004). *Nature and Quality of Digital İnformation Hunting: A Case Study of The University of Pune*. India: INFLIBNET.
- Peplau, Letitia Anne., Perlman Daniel (1979). "Blueprint for A Social Psychological Theory of Loneliness," in *Love & Attraction: An Interpersonal Conference*, eds Cook M., Wilson G., editors. New York: Pergamon Press, 101-110.
- Shapira, N.A, Goldsmith, T.D, Keck, P.E, Khosla U.M. ve McElroy S.L. (2000). *J Affect Disord.* 57(1-3):267-72.
- Shin, D.C. ve Johnson, D.M. (1978). Avowed Happiness As An Overall Assessment Of The Quality Of Life. *Social Indicators Research*. 5: 475-492.
- Shin, Luke Yunkeun (2014). A Comparative Study of Mobile İnternet Usage Between The U.S. and korea. *Journal of European Psychology Students*. 46-55.
- Spink, Amanda; Bateman, Judy & Jansen, Bernard. (1999). Searching The Web: a Survey of Excite Users. *Internet Research: Electronic Networking Applications and Policy*. 9(2): 117-128.
- Şenol-Durak, Emre & Durak, Mithat (2011). The Mediator Roles of Life Satisfac-Tion And Self-Esteem Between The Affective Components of Psychological Well-Being and The Cognitive Symptoms of Problematic Internetuse. *Social Indicators Research*. 103: 23-32.
- Tillman, H. N. (2003, March 28). Evaluating Quality on The Net. <http://www.hopetillman.com>.
- Toprak, Özden; Küçük, Olgun & Koçak, Mevlüt Can (2019). 40 Yaş Ve Üstü Kadınların Facebook Kullanımı İle Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki: Hatay Örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt: 12 Sayı: 64, ss. 886-893
- Törenli, Nurcan (2005). *Bilişim Temelinde Haber Medyasının Yeniden Biçimlenişi: Yeni Teknolojileri Medya, Yeni İletişim Ortamı*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Tsai, Susanna & Machado P. (2002). *E-learning, Online Learning, Web-Based Learning, Or Distance Learning: Unveiling The Ambiguity in Current Terminology*. <http://elearnmag.acm.org>.
- Underwood, Heather & Findlay, Bruce (2004). Internet Relationships and Their Impact On Primary Relationships. *Behav. Change*. 21: 127-140.
- Uzbaş, Aslı; Sosyal, Selda. F & Aysan, Ferda (2016). Üniversite Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımının Psikolojik İyi-oluş ve Sosyal Destek ile İlişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(4):1035-1046.
- Ümmet, Durmuş & Eksi, Füsün (2016). Türkiye'deki Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme. *ADDICTA: The Turkish Journal On Addictions*. 3(1):29-53.
- Yılmaz, Ercan & Altınok, Vicdan (2009). Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 15(59):451-469.