



## The association of internet addiction with attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction

## İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi

Ümit Morsünbül<sup>1</sup>

### Abstract

The aim of this study is to determine how gender, attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction predict internet addiction. Participants consist of 350 (203 female, 147 male) university students. Personal Information Form, Relationship Scales Questionnaire, Ten-Item Personality Inventory, UCLA Loneliness Scale and Life Satisfaction Scale were used in order to measure related variables. Frequency and percentage analysis were used to analyze participants' demographic traits and internet using traits. Hierarchical regression analysis was performed to determine the predictors of internet addiction. Results of this study revealed that participants use internet much more for entertainment and interaction (%53.7) and they access internet much more from their home (% 52.3). According to results of hierarchical regression analysis all variables together explained 51% of total variance. It was determined that the best predictor of internet addiction was attachment styles and the weakest predictor of internet addiction was loneliness. Based on results of this study it can be said individuals who addicted to internet have

### Özet

Çalışmanın amacı cinsiyetin, bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun internet bağımlılığını ne yönde yordadığını belirlemektir. Katılımcılar üniversitede eğitim gören 350 (203 kadın, 147 erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada ilgili değişkenleri ölçmek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, On-Maddeli Kişilik Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerine ve interneti daha çok hangi amaç için ve nerede kullandıklarına ilişkin bilgilerinin analizinde frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Çalışmanın sonuçları katılımcıların interneti daha çok (% 53.7) eğlence ve etkileşim amaçlı olarak kullandıklarını ve internete daha çok (% 52.3) evden ulaştıklarını göstermiştir. Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre tüm değişkenler birlikte toplam varyansın % 51'ini açıklamaktadır. Toplam varyansa en yüksek katkı sağlayan değişkenin bağlanma stilleri olduğu, en az katkı sağlayan

<sup>1</sup> Yrd. Doç. Dr., Aksaray Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, [morsunbulumit@gmail.com](mailto:morsunbulumit@gmail.com)

more attachment styles which are formed with anxious and avoidance. They have more emotional instability and lower extraversion and conscientiousness personality traits. Finally their loneliness level is high but life satisfaction level is low. Additionally, it can be said individuals who addicted to internet are mostly males. Consequently, when specialists try to decrease the rates of internet addiction among individuals, they should consider whether modification can be made in attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction.

**Keywords:** Internet addiction, attachment styles, personality traits, loneliness, life satisfaction.

[\(Extended English abstract is at the end of this document\)](#)

değişkenin ise yalnızlık olduğu saptanmıştır. Araştırma bulgularına dayanarak internet bağımlısı olarak tanımlanabilecek bireylerin bağlanma örüntülerinin daha çok kaygı ve kaçınmayla biçimlendiği, kişilik özellikleri açısından duygusal dengesizlik özelliğinin daha baskın olduğu ve yalnızlık düzeylerinin yüksek, yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu söylenebilir. Ayrıca internet bağımlılığı sorununu yaşayan bireylerin daha çok erkekler olduğu söylenebilir.

**Anahtar Sözcükler:** İnternet bağımlılığı, bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık, yaşam doyumu.

## Giriş

Bireylerin internette aşırı zaman harcaması ve yaşamlarının diğer yönlerini ihmal etmesi olarak tanımlanan internet bağımlılığı gün geçtikçe artmaktadır (Young, 1996; Greenfield, 1999; Huang, 2010). İnterneti aşırı düzeyde kullanma bireylerin uyku düzenlerine, çalışma verimliliğine, günlük rutinlerine ve sosyal yaşamlarına zarar vermektedir (Young, 1996, 1998). İlk ortaya çıktığında sınırlı alanlarda kullanılan internet günümüzde iletişim teknolojisindeki büyük ilerlemelerle birlikte bireylerin yaşam alanlarının büyük kısmında kullanılmaktadır (Cooney & Morris 2009). Türkiye’de internet kullanımıyla ilgili istatistiklere bakıldığında 2007 yılında hanelerin % 18.9’u internete erişim olanağına sahipken 2012’de bu rakam % 47.2’ye çıkmıştır. İnternet kullanıcılarının büyük bölümünün de 14-24 arasındaki ergenlerin ve beliren yetişkinlerin olduğu görülmüştür (TÜİK, 2007, 2012).

İnternet bağımlılığı pek çok değişkenden etkilenmektedir. Bu çalışma kapsamında bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun etkileri incelenecektir. Bağlanma, bireylerin kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1973). Bartholomew ve Horowitz (1991) Bowlby’nin (1973) kendisi ve başkalarına ilişkin bilişlerinden oluşan içsel çalışan modeller kavramına dayanarak dört bağlanma stili önermişlerdir. Bunlar güvenli (olumlu kendilik ve başkaları modeli), saplantılı (olumsuz benlik, olumlu başkaları modeli), kayıtsız (olumlu benlik, olumsuz başkaları modeli) ve son olarak da korkulu (olumsuz kendilik ve başkaları modeli) bağlanma stilleridir. Bağlanma stilleri ile bağımlılık arasındaki çalışmalara bakıldığında çoğu

çalışmada alkol bağımlılığı ile ilişkisi incelenmiştir. Bazı çalışmalar (Mc Nally vd., 2003, Cooper vd., 1998) özellikle kaygılı bağlanma stiline alkol bağımlılığının güçlü yordayıcısı olduğunu göstermiştir. İnternet bağımlılığı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilere inceleyen çalışmaların sonuçları güvenli bağlanma stiline internet bağımlılığıyla negatif, korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerinin ise pozitif yönde ilişkili olduklarını göstermiştir (Lei & Wu 2007, Olmeodow vd., 2013).

Kişilik özellikleri internet bağımlılığını yordayan önemli bir değişken olarak ele alınmaktadır. Kişilik özelliklerinin sosyal etkileşimi etkilediğini ileri süren Sosyal Ağ Kuramına göre dışadönük kişilerin içedönüklere ve göre interneti daha fazla kullanacakları varsayılmaktadır (Kraut vd., 2002, Hardie & Tee, 2007; Batıgün & Kılıç, 2011). Buna karşın kişinin kimliğini gizli tutabilmesine ve gelecek olumsuz geri dönütleri azalttığı için Sosyal Ödünleme Yaklaşımı içedönük bireylerin interneti daha çok kullanacaklarını ileri sürmektedir (Pennebaker, 1989; Batıgün & Kılıç, 2011). Araştırma sonuçları farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Bazı çalışmalar (Griffiths & Dancaster, 1995; Xiuqin vd., 2009) içedönüklük, ve psikotik kişilik özelliklerinin, başka çalışmalar ise (Tuten & Bosnjak, 2001; Batıgün & Kılıç, 2011) deneyime açıklık, nörotizm ve özdenetimin internet bağımlılığı ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Bu çalışma kapsamında internet bağımlılığını etkileyen bir değişken olarak yalnızlık ele alınmıştır. Yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki üzerine yapılan araştırmalar (David, 2001; McKenna vd., 2002, Hamburger & Ben-Artzi, 2003, Ceyhan vd., 2007; Chou & Hsiao, 2000; Esen & Siyez, 2011) yalnızlığın mı internet bağımlılığına yoksa internet bağımlılığının mı yalnızlığa yol açtığı konusunda farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Farklı sonuçlar olmasına rağmen yalnızlığın ve internet bağımlılığının birbiriyle ilişkili olduğu görülmüştür. McKenna vd. (2002) göre yalnız bireyler internet aracılığıyla başkalarıyla daha kolay iletişime geçebileceklerini ve bu yolla kendilerini daha iyi ifade edebileceklerini hissederler.

Bu çalışmada internet bağımlılığını yordayan bir diğer değişken olarak yaşam doyumunun etkisi incelenmiştir. Yaşam doyumu kişinin çeşitli yaşam alanlarındaki doyumuna ilişkin değerlendirmelerini yansıtır (Myers & Deiner, 1995). Araştırmalar (Caplan, 2005; Esen & Siyez 2011; Cao vd., 2011) internet bağımlılığıyla yaşam doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir.

Türkiye'de internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar gün geçtikçe artmaktadır. Bunun temel nedenlerinden biri internet kullanımının hızlı bir biçimde artmaya devam etmesidir. Yapılan çalışmalara bakıldığında internet bağımlılığının kişilik özellikleri (Batıgün & Kılıç, 2011; Çelik ve ark. 2012; Ekşi, 2012), yalnızlık (Esen & Siyez, 2011), saldırganlık ve akran baskısı (Yükselgün, 2008; Satan, 2013), siberzorbalık (Özdemir & Akar, 2011) gibi değişkenlerle olan ilişkilerinin

yanında internetin hangi amaçlar için kullanıkları, internet kullanım sıklıkları ve internette yönelik tutumları (Batıgün & Kılıç, 2011; Köse vd., 2007; Akkoyunlu & Yılmaz, 2005) incelenmiştir.

İnternet kullanımını özellikle ergenler ve beliren yetişkinler arasında daha yaygındır. Ergenlik dönemi ve beliren yetişkinlik dönemleri riskli davranışların ve bağımlılıkların daha sıklıkla ortaya çıktığı dönemlerdir (Arnett & Jensen, 1993; Arnett, 2000). Bu çalışmada da üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı incelenmiştir.

Buraya kadar yapılan açıklamaların ışığında bu çalışmanın amacı cinsiyetin, bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun internet bağımlılığını ne yönde yordadığını ortaya koymaktır.

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Bu araştırma cinsiyetin, bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun internet bağımlılığını ne yönde yordadığını ortaya koymayı amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni internet bağımlılığı, bağımsız değişkenleri ise cinsiyetin, bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumdur.

### Araştırma Grubu

Katılımcılar Aksaray üniversitesi Eğitim Fakültesinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve İngilizce öğretmenliği bölümlerinde 2012-2013 eğitim döneminde eğitim gören 1-4 sınıf öğrencisi olan 350 kişiden oluşmaktadır. Çalışmaya katılanların 203'ü (%58) kadın, 147'si (%42) ise erkektir. Çalışmaya katılanların yaş ortalaması 22.2 (SS=1.05) ve yaş aralığı 20-26'dır.

### Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, gibi demografik özelliklerine ilişkin bilgileri ve interneti daha çok hangi amaç için ve nerede kullandıkları kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir.

*İnternet Bağımlılığı Ölçeği*: İnternet bağımlılığını ölçmek amacıyla Young (1998) tarafından geliştirilen ve Bayraktar (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanan İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) kullanılmıştır. İBÖ 1-6 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.91 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur.

*İlişki Ölçekleri Anketi*: Bağlanma stillerini belirlemek amacıyla Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ve Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe'ye uyarlanan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) kullanılmıştır. İÖA 1-7 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları 0.27 ile 0.61 arasında değiştiği; test tekrar test sonuçlarının da 0.54 ile 0.78 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının 0.24 ile 0.63 arasında değiştiği bulunmuştur.

*Kişilik Ölçeği*: Kişilik özelliklerini belirlemek ölçmek amacıyla Gosling vd. (2003) tarafından geliştirilen ve Atak (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan On-Maddeli Kişilik Ölçeği (OMKÖ) kullanılmıştır. OMKÖ 1-7 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları 0.81 ile 0.86 arasında ve test tekrar test güvenilirlik sonucu da 0.86 ile 0.89 arasında değişmektedir. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının 0.79 ile 0.84 arasında değiştiği bulunmuştur.

*UCLA Yalnızlık Ölçeği*: Katılımcıların yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Russel, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından geliştirilen ve Demir (1990) tarafından Türkçe'ye uyarlanan UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA) kullanılmıştır. UCLA 1-4 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.96 olduğu ve test tekrar test güvenilirlik sonucu da 0.94 olduğu bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur.

*Yaşam Doyumu Ölçeği*: Katılımcıların yaşam doyumu düzeylerini belirlemek amacıyla Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ve Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) kullanılmıştır. YDÖ 1-7 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için yapılan test tekrar test sonucu 0.85 olduğu ve Cronbach alfa iç tutarlık katsayısının da 0.76 olduğu bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.74 olarak bulunmuştur.

## **Uygulama**

Çalışmada veriler grup uygulaması biçiminde toplanmıştır. Veriler, katılımcılardan üniversitede ders saatleri içinde dersin yürütücüsünden izin alınıp derslere girilerek toplanmıştır. Veriler toplanırken gönüllülük ilkesi esas alınarak katılımcıların onayları alınmıştır. Katılımcılara ilk

olarak çalışmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve ardından da çalışmaya katılmak isteyen katılımcılara ölçekler verilmiştir. Gerekli durumlarda da katılımcılara ek açıklamalar yapılmıştır. Ölçme araçlarının uygulanması 35-40 dakika arasında değişmiştir.

### Verilerin Analizi

Katılımcıların yaş, cinsiyet, gibi demografik özelliklerine ve interneti daha çok hangi amaç için ve nerede kullandıklarına ilişkin bilgilerinin analizinde frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analizden önce değişkenlerin normalliği kontrol edilmiş ve aykırı değerler incelenmiştir. Mahalanobis uzaklık değerine sahip 8 gözlemler analiz dışı tutulmuş ve sonuç olarak 350 veri ile analiz yapılmıştır. Ayrıca değişkenler arasındaki çoklu şişme, varyans şişmesi (VIF) ve tolerans değerleri incelenmiştir. Sonuçlar değerlerin uygun düzeyde olduğunu göstermiştir. Demografik değişkenlerden cinsiyet analize dahil edildiğinde erkekler 1, kadınlar 0 olarak kodlanmıştır. Verilerin analiz edilmesinde en az 0.05 anlamlılık düzeyi benimsenmiştir.

## Bulgular

### İnternet Kullanımı İle İlgili Bulgular

Araştırma grubunun internet kullanımıyla ilgili bulguları Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** İnternet Kullanımıyla İlgili Bulgular

İnternet kullanım amacı	N	%
Daha çok eğlence/etkileşim amaçlı	188	53.7
Daha çok bilgi amaçlı	162	46.3
<b>İnternete ulaşım yeri</b>		
Evden	183	52.3
İnternet kafe	71	20.3
Cep telefonu	70	20
Okul	21	6
Diğer	5	1.4

Tablo 1’deki sonuçlara katılımcıların interneti daha çok (%53.7) eğlence ve etkileşim amaçlı olarak kullandıkları ve internete daha çok (% 52.3) evden ulaştıkları görülmektedir

## Değişkenlerin İnternet Bağımlılığı İle Olan İlişkileri

Değişkenlere ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve internet bağımlılığı ile olan ilişkileri Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Değişkenlere İlişkin Ortalamalar, Standart Sapmalar ve İnternet Bağımlılığı ile İlişkileri

	Ortalama	Ss	İnternet Bağımlılığı
Kayıtsız bağlanma stili	21.72	3.10	0.40**
Güvenli bağlanma stili	17.39	3.59	-0.32**
Korkulu bağlanma stili	14.66	3.40	0.19*
Saplantılı bağlanma stili	13.90	2.82	0.25**
Deneyime açıklık	8.45	1.38	0.04
Yumuşak başlılık	9.04	2.27	-0.08
Duygusal dengesizlik	9.25	2.60	0.40**
Sorumluluk	8.22	1.6	-0.28**
Dışadönüklük	8.82	1.76	-0.27**
Yalnızlık	34.60	9.52	0.41**
Yaşam doyumu	21.23	7.52	-0.39**
İnternet bağımlılığı	41.35	13.72	

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$

Tablo 2'deki sonuçlara bakıldığında internet bağımlılığı ile en yüksek düzeyde anlamlı olarak ilişkide olan değişken yalnızlık iken ( $r = 0.41$ ,  $p < 0.01$ ) en düşük düzeyde anlamlı olarak ilişkide olan değişken korkulu bağlanma stilidir ( $r = 0.19$ ,  $p < 0.05$ ). Değişkenlerden deneyime açıklık ( $r = 0.04$ ,  $p > 0.05$ ) ve yumuşak başlılık ( $r = -0.08$ ,  $p > 0.05$ ) internet bağımlılığı ile anlamlı olarak ilişkili değildir.

### Regresyon analizi sonuçları

İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde ilk adımda cinsiyet, ikinci adımda bağlanma stilleri, üçüncü adımda kişilik özellikleri, dördüncü adımda yalnızlık ve son olarak beşinci adımda yaşam doyumu değişkeni analize dahil edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3’de aktarılmıştır

**Tablo 3.** Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	Ss	$\beta$	t
<b>I. Aşama</b>				
Cinsiyet	9.13	1.41	0.32	6.45***
R <sup>2</sup> = 0.10	R <sup>2</sup> $\Delta$ for model = 0.10	F for R <sup>2</sup> $\Delta$ = 41.61***		
<b>II. Aşama</b>				
Korkulu bağlanma	0.31	0.28	0.07	1.10
Güvenli bağlanma	-0.58	0.20	-0.15	-3.86**
Kayıtsız bağlanma	1.07	0.26	0.26	5.05***
Saplantılıbağlanma	0.76	0.31	0.15	3.42*
R <sup>2</sup> = 0.30	R <sup>2</sup> $\Delta$ for model = 0.20	F for R <sup>2</sup> $\Delta$ = 23.90***		
<b>III. Aşama</b>				
Deneyime açıklık	0.71	0.46	0.07	1.54
Yumuşak başlılık	-0.23	0.36	-0.03	-0.65
Duygusal dengesizlik	0.96	0.30	0.18	4.21**
Sorumluluk	-1.70	0.51	-0.20	-4.33**
Dışadönüklük	-0.93	0.39	-0.12	-3.36*
R <sup>2</sup> = 0.41	R <sup>2</sup> $\Delta$ for model = 0.11	F for R <sup>2</sup> $\Delta$ = 7.98***		
<b>IV. Aşama</b>				
Yalnızlık	0.25	0.10	0.17	3.38*
R <sup>2</sup> = 0.45	R <sup>2</sup> $\Delta$ for model = 0.04	F for R <sup>2</sup> $\Delta$ = 5.68*		
<b>V. Aşama</b>				
Yaşam Doymu	0.37	0.13	0.20	3.82*
R <sup>2</sup> = 0.51	R <sup>2</sup> $\Delta$ for model = 0.06	F for R <sup>2</sup> $\Delta$ = 7.97*		

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001.

Tablo 3’te aktarılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına göre regresyon denkleminde ilk sırada giren cinsiyet değişkeni ( $\beta = 0,32$ ,  $p < 0,001$ ) toplam varyansın % 10’unu açıklamaktadır. Denkleme ikinci sırada giren bağlanma stilleri varyansa % 20’lik bir katkı sağlamaktadır. Bağlanma stillerinden güvenli ( $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,01$ ), kayıtsız ( $\beta = 0,26$ ,  $p < 0,001$ ) ve son olarak da saplantılı bağlanma stili ( $\beta = 0,15$ ,  $p < 0,05$ ) internet bağımlılığını anlamlı olarak yordamaktadır.



Analize üçüncü sırada giren kişilik özellikleri varyansa % 11'lik bir katkı sağlamaktadır. Kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik ( $\beta = 0,18, p < 0,05$ ), sorumluluk ( $\beta = -0,20, p < 0,01$ ) ve son olarak da dışa dönüklük ( $\beta = -0,12, p < 0,05$ ) kişilik özelliği internet bağımlılığını anlamlı olarak yordamaktadır. Analize dördüncü sırada giren yalnızlık değişkeni ( $\beta = 0,17, p < 0,05$ ) varyansa % 4'lük bir katkı sağlamaktadır. Analize son olarak dahil edilen yaşam doyumu değişkeni ( $\beta = 0,20, p < 0,05$ ) varyansa % 6'lık bir katkı sağlamaktadır. Sonuç olarak analize dahil edilen tüm değişkenler birlikte toplam varyansın % 51'ini açıklamaktadır.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Bu çalışmanın temel amacı cinsiyetin, bağlanma stillerinin, kişilik özelliklerinin, yalnızlığın ve yaşam doyumunun internet bağımlılığını ne yönde yordadığını ortaya çıkarmaktır. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda analize dahil edilen tüm değişkenlerin birlikte internet bağımlılığındaki varyansın % 51'ini açıkladığı görülmüştür. Toplam varyansa en yüksek katkı sağlayan değişkenin bağlanma stilleri olduğu, en az katkı sağlayan değişkenin ise yalnızlık olduğu saptanmıştır.

Analize alınan ilk değişken olan cinsiyet değişkeni internet bağımlılığını pozitif yönde yordamaktadır. Bu sonuç erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde internet bağımlılığına sahip olduğunu göstermiştir. Bu sonuç daha önce yapılan bazı çalışmaların (Vaizoğlu ve ark. 2004, Chen ve Luo 2007, Tsitsika ve ark. 2009, Lam ve ark. 2009, Cao ve ark. 2011, Batıgün ve Kılıç 2011) sonuçları ile tutarlıdır. İnternet bağımlılığının erkekler arasında daha yaygın olmasının nedenleriyle ilgili açıklamalardan biri erkeklerin interneti oyun oynamak, siberseks, internetten pornografik görüntüleri izlemek ve online kumar oynamak için daha yoğun kullandıklarıdır. Bunların tümü de patolojik internet kullanımıyla yüksek düzeyde ilişkilidir (Tsai ve Lins. 2001, Coa ve ark. 2011). Erkekler arasında internet bağımlılığının daha yüksek olmasıyla ilgili yapılan bir diğer açıklama da kadınların erkeklerden daha iyi iletişim becerilerine sahip olması ve erkeklerin kendilerini yüz yüze olmayan iletişimlerde daha iyi ortaya koymalarıdır. Bu nedenle de erkeklerin kadınlara göre interneti iletişim kurmak için daha fazla kullandıkları belirtilmektedir (Korkut 2005).

Analize ikinci sırada alınan bağlanma stillerinden güvenli bağlanma internet bağımlılığını olumsuz yönde yordarken, belirgin olarak kaygı ve kaçınmayla karakterize olan kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri internet bağımlılığını olumlu yönde yordamaktadır. Bu sonuç bağlanma açısından kaygı ve kaçınmanın internet bağımlılığı için önemli değişkenler olduğunu göstermiştir. Bu sonuç konuyla ilgili yapılmış çalışmaların sonuçları (Kim 2005, Lei 2007, Shin ve ark. 2011) ile tutarlılık göstermektedir. Benzer biçimde yüksek düzeyde Facebook

kullanımıyla bağlanma arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar da (Oldmeadow ve ark. 2013, Sheldon ve ark. 2011) kaygı ve kaçınmanın önemli faktörler olduğunu ortaya koymuştur. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireyler olumlu kendilik ve olumsuz başkaları modeline sahiptir. Bu bireyler kendilik değerlerini riske sokmayacak ve başkalarıyla doğrudan yakınlık oluşturmayacak iletişime geçmek isterler. Saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler ise olumsuz kendilik ve olumlu başkaları modeline sahiptirler. Bu bireyler başkalarıyla iletişime geçmek isterler ancak başkalarının kendilerine karşı olumsuz tepkiler vereceği kaygısını yaşayıp dururlar. Bu yönlerden internet alanı hem saplantılı hem de kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler için kendilerine göre değişimler yapabileceği, kimliklerini saklayabilecekleri, herhangi bir ret durumunda kendilerini kolaylıkla ortamdan çekebilecekleri bir alan sağlayarak bu bireylerin doğrudan insanlarla ilişki kurmak yerine sanal olarak iletişimi yeğlemesine neden olabilir. Bu çalışmanın bağlanma ile ilgili sonuçlarına göre güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin interneti bağımlılık düzeyinde kullanmadıklarını göstermiştir. Güvenli bağlananlar daha kolay sosyal ilişkiler içine girebilir ve duygularını daha kolay ifade edebilirler. Bu bireyler olumlu kendilik ve başkaları modeline sahip oldukları için başkalarıyla internette iletişime geçmek yerine doğrudan ilişkiye geçmeyi tercih ederler ve interneti daha işlevsel yönleriyle kullanabilirler. (Mukilincer ve Shaver 2007, Olmeadow ve ark. 2013, Shin ve ark. 2011, Dereli ve Karakuş 2011).

Analize üçüncü sıradan alınan kişilik özelliklerinden sorumluluk ve dışadönüklük özellikleri internet bağımlılığını olumsuz yönde yordarken duygusal dengesizlik olumlu yönde yordamaktadır. Bu daha önce yapılan bazı çalışmaların sonuçları ile benzerlikler göstermektedir. Yapılan bazı çalışmalar (Hardie ve Tee 2007, Kraut ve ark. 2002, Wolfradth ve Doll 2001, Batıgün ve Kılıç 2011) duygusal dengesizliğin internet bağımlılığını olumlu yönde dışa dönüklüğün ise olumsuz yönde yordadığını göstermiştir. Duygusal dengesizlik ve dışadönüklük boyutlarıyla ilgili bu çalışmanın sonuçları da aktarılan çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Bu çalışma kapsamında sorumluluk boyutunun da internet bağımlılığını olumsuz yönde yordadığı saptanmıştır. Bu sonuç daha önce yapılan çalışmaların (Batıgün ve Kılıç 2011, Çelik ve ark. 2012) sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Dışadönüklere bakıldığında bu bireylerin sosyal, girişken, iletişime açık bireyler olduğu söylenebilir. Bu özellikler bireylerin diğer kişilerle kolayca ilişkiye geçmesini ve sürdürmesini kolaylaştırmaktadır. Sorumluluk özelliğinin baskın olduğu bireyler düzenli ve özdisiplinli bireylerdir. Bu bireyler kurdukları ilişkinin sorumluluğunu üstlenmekte ve sürdürmekte pek sorun yaşamazlar. Bu özellikler bireylerin internet alanından çok gerçek alandaki ilişkilere ve etkinliklere yoğunlaşmasını sağlamaktadır. Duygusal dengesizlik özelliğinin baskın olduğu

bireyler ise ilişkilerde güvensiz olma, kaygılı ve sınırlı oldukları için doğrudan ilişkiler yerine ilişkiyi ve koşulları kolayca manipüle edebilecekleri interneti daha çok tercih ediyor olabilirler (Somer 1998, McCrae ve Costa 1989, 1991, Atak 2012).

Analize dördüncü sıradan alınan yalnızlık değişkeni internet bağımlılığını pozitif yönde yordamaktadır. Bu sonuç internet bağımlılığı ile yalnızlığın ilişkili olduğuna dair araştırma sonuçlarıyla (Moody 2001, Caplan 2003, Engelberg ve Sjoberg 2004, Batıgün ve Hasta 2010, Esen ve Siyez 2011) tutarlılık göstermektedir. Engelberg ve Sjoberg'e (2004) göre internet bağımlılığı yüksek olan bireylerin yalnızlık düzeyleri yüksek ve sosyal ve duygusal becerilere düşük düzeydedir. Moody (2001) internet bağımlısı olan bireylerin duygusal yalnızlık düzeylerinin yüksek ancak sosyal yalnızlık düzeylerinin ise düşük olduğunu ortaya koymuştur. Bu açıklamaya karşın Erwin ve arkadaşları (2004) bireylerin yüksek sosyal kaygıları olduğu için iletişim için daha çok internet alanını seçtiklerini belirtmiştir. Bu çalışmanın ve daha önce yapılan çalışmaların sonuçlarına dayanılarak yalnızlık düzeyi yüksek olan bireylerin sosyal ilişkileri kurmada, sürdürmede bu ilişkiler içinde kendilerini ifade etme de sorunlar yaşadıkları ve bu nedenle bu kaygıları kendilerine göre azaltan internet alanına yöneldikleri söylenebilir.

Analize son sıradan alınan yaşam doyumu değişkeni internet bağımlılığını negatif yönde yordamaktadır. Yani yaşam doyumu yüksek olan bireylerin internette daha az zaman harcadıkları söylenebilir. Bu sonuç daha önce yapılan çalışmaların (Coa ve ark. 2011, Esen ve Siyez 2011, Batıgün ve Kılıç 2011) sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Bu sonuç olumlu ruh sağlığı özelliğine sahip olan bireylerin internet bağımlılığını daha düşük düzeyde gösterebilecekleri olarak yorumlanabilir.

Buraya kadar yapılan tartışmayı özetlersek internet bağımlısı olarak tanımlanabilecek bireylerin bağlanma örüntülerinin daha çok kaygı ve kaçınmayla biçimlendiği, kişilik özellikleri açısından duygusal dengesizlik özelliğinin daha baskın olduğu ve yalnızlık düzeylerinin yüksek, yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu söylenebilir. Ayrıca internet bağımlılığı sorununu yaşayan bireylerin daha çok erkekler olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada temel değişken olarak internet bağımlılığı incelenmiştir. İnternet kullanımı bireylerin işlevselliğini azaltacak ölçüde aşırı olduğunda zararlı olmasına karşın internette bireylerin yaşamına büyük katkısı olduğu da unutulmamalıdır. Bireyler pek çok alanda bilgiye çok rahatlıkla ulaşabilmekte, düşüncelerini farklı farklı kişilerle rahatlıkla paylaşabilmektedir. Günümüzde internette cep telefonlarına girmesiyle birlikte bireylerin günlük yaşantı deneyimlerini büyük ölçüde belirleyecek bir etkiye sahip olmuştur. Burada ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlarının interneti toptan olumsuz bir değişken olarak tanımlamak yerine bireylerin interneti günlük işlevselliklerini kolaylaştıracak biçimde nasıl kullanabilecekleri

yönünde onlara farkındalık kazandırmalarıyla ve bu çalışmanın da ortaya koyduğu bağımlılık düzeyine neden olabilecek etkenlere odaklanmaları daha yararlı olabilir.

Bu çalışma önemli sonuçlar ortaya koymasına karşın bazı sınırlılıklar göstermektedir. İlk olarak internet bağımlılığının gelişimsel olarak nasıl bir örüntü ortaya koyduğunu anlamak için boylamsal çalışmaların yapılması daha yararlı olacaktır. Boylamsal çalışmalar hem gelişimsel örüntüyü hem de internet bağımlılığı ile bazı değişkenler arasındaki nedensellik ilişkilerinin daha açık biçimde değerlendirilmesini sağlayabilir (Örneğin; yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki nedensellik ilişkisi). Bu çalışmanın ikinci sınırlılığı katılımcıların sadece üniversite öğrencilerinden oluşmasıdır. Bundan sonraki çalışmalarda hem farklı eğitim düzeyinden bireylere hem de eğitim alanı içinde olmayan çalışan bireylere ulaşılması internet bağımlılığını anlamak açısından daha yararlı olabilir.

### Kaynakça

- Akkoyunlu, B., & Yılmaz, E. (2005). Öğretmen adaylarının bilgi okuryazarlık düzeyleri ile internet kullanım sıklıkları ve internet kullanım amaçları. *Eğitim Araştırmaları*, 19, 1-4.
- Arnett, J. J., & Jensen, J. (1993). Cultural bases of risk behavior : Danish adolescent. *Child Development*, 64, 1842-1855.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Atak, H. (2013). On-maddelik kişilik ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, doi: 10.4274/npa.y6128.
- Batıgün, A. D., & Hasta D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213-219.
- Batıgün, A. D., & Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26,1-10.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bayraktar, F. (2001). *Ergenlik döneminde internet kullanımının rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İzmir, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. NY: Basic Books.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic internet use in Chinese adolescents and its relations to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11, 1-8.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication*, 55, 721-736.
- Caplan, S. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30, 625-648.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., & Gürcan, A. (2007). Problemlerli internet kullanımını ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 387-416.
- Chen, P., Liu, S., & Luo, L. (2007). A study on the psychological health of internet addiction disorder of college students. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 15, 40-42.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college student's case. *Computers and Education*, 35, 65-80.

- Cooney, G. M., & Morris, J. (2009). Time to start taking an internet history?. *The British Journal of Psychiatry*, 194, 185-189.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Çelik, S., Atak, H., & Başal, A. (2012). Predictive role of personality traits on internet addiction. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 13, 1-8.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Demir, A. (1990). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dereli, E., & Karakus, O. (2011). An examination of attachment styles and social skills of university students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9, 1692-2095.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Ekşi, F. (2012). Narsistik kişilik özelliklerinin internet bağımlılığı ve siber zorbalığı yordama düzeyinin yol analizi ile incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12, 1683-1706.
- Engelberg, E., & Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills and adjustment. *CyberPsychology & Behavior*, 7, 41-47.
- Erwin, B. A., Turk, C. L., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., & Hantula, D. A. (2004). The internet: Home to a severe population of individuals with social anxiety disorder?. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 629-646.
- Esen, E., & Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4, 127-138.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. (2003). A very brief measure of the big five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528.
- Greenfield, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *CyberPsychology & Behavior*, 2, 403-412.
- Griffiths, M. D., & Dancaster, I. (1995). The effect of type A personality on physiological arousal while playing computer games. *Addictive Behaviors*, 20, 543-548.
- Griffin, D., & Batholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Hamburger, Y. A., & Ben-Artzi, E. (2000). The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 16, 441-449.
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in internet addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 5, 34-47.
- Huang, C. (2010). Internet addiction: Stability and change. *European Journal of Psychology of Education*, 25, 345-361.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 143-149.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köse, S., Gencer, A. S., & Gezer, K. (2007). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin bilgisayar ve internet kullanımına yönelik tutumları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 44-54.
- Kraut, S., Kiesler, B., & Boneva, J. (2002). A Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58, 49-74.
- Lam, L.T., Peng, Z. W., Mai, J. C., & Jing, J. (2009). Factors associated with internet addiction among adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 12, 551-555.
- Lei, L., & Wu, Y. (2007). Adolescents' paternal attachment and Internet use. *Cyberpsychology & Behavior*, 10, 633-639.

- McKenna, K. Y. A., Green, A. S., & Gleason, M. E. J. (2002). Relationship formation on the internet: What's the big attraction?. *Journal of Social Issues*, 58,9-31.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1989). Rotation to maximize the construct validity of factors in the NEO personality inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 24,107-124.
- McCrae, R., & Costa, P. T. (1991). Adding liebe und arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17,27-232.
- McNally, A. M., Palfai, T. P., Levine, R. V., & Moore, B. M. (2003). Attachment dimensions and drinking-related problems among young adults: the meditational role of coping motives. *Addictive Behaviors*, 28,1115-1127.
- Moody, E. J. (2001). Internet use and its relationship to loneliness. *CyberPsychology & Behavior*, 4, 393-401.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychology Science*, 6,10-19
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics and change*. NY: The Guildford Press.
- Olmedow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment styles, social skills and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior*, 29,1142-1149.
- Pennebaker, J.W. (1989). Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz, (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 221-244). New-York: Academic Press.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39,472-480.
- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *International Journal of Social Science*, 6, 511-526.
- Sheldon, K. M., Abad, N., & Hirsch, C. (2011). A two-process view of Facebook use and relatedness need-satisfaction: Disconnection drives use, and connection rewards it. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100,766-775.
- Shin, S. E., Kim, N. S., & Jang, E. Y. (2011). Comprasion of problematic internet and alcohol use and attachment styles among industrial workers in Korea. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14,665-672.
- Somer, O. (1998). Türkçe'de kişilik özelliği tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör modeli. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13,17-32.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14,71-106.
- Tsai, C., & Lin, S. J. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology & Behavior*, 4,373-376.
- Tsitsika, A., Critselis, E., & Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., Spiliopoulou, T., Louizou, A., Konstantoulaki, E., & Kafetzis, D. (2009). Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *European Journal of Pediatrics*, 168,655-665
- Tuten, T. L., & Bosnjak, M. (2001). Understanding differences in Web usage: The role of need for cognition and five factor model of personality. *Social Behavior and Personality*, 29,391-398.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2007). 2007 yılı hane halkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması sonuçları. *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, Sayı 186, Ankara.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2012). 2012 yılı hane halkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması sonuçları. *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, Sayı 10880, Ankara.
- Xiuqin, H., Med, M., Huimin, Z., Mengchen, L., Jinan, W., Ying, Z., & Ran, T. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder. *CyberPsychology, Behavior and Social Network*, 13,401-406.

- Vaizoğlu, S. A., Aslan, D., Görmüş, U., Ünlügüzel, G., Özemri, S., Akkuş, A., & Güler, C. (2004). Internet use among high school students in Ankara, Turkey. *Sudi Medical Journal*, 25,737-740.
- Wolfradt, U., & Doll, J. (2001). Motives of adolescents to use the Internet as a function of personality traits, personal and social factors. *Journal of Educational Computing Research*, 24,13-27.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 3,237-244.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychol & Behavior*, 1,237-244.
- Yükselen, Y. (2008). İlköğretim dördüncü ve beşinci sınıf öğrencilerinin internet kullanım düzeylerine göre saldırganlık ve sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

### Extended English Abstract

#### **Introduction**

Internet addiction that defined as spending too much time at the internet and neglecting other aspects of life (Young, 1996; Greenfield, 1999; Huang, 2010). Over use of internet harms individuals' sleeping patterns, work efficiency, daily routine and social lives (Young, 1996, 1998). The statistic about the use of internet in Turkey showed that 47.2% of households have internet access while this rate was 18.9% in 2007. The statistic also indicated that most of internet users are young people between 14-24 years old (TÜİK, 2007, 2012). The aim of this study is to determine how gender, attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction predict internet addiction.

#### **Method**

Participants consist of 350 (203 female, 147 male) university students. Personal Information Form, Relationship Scales Questionnaire, Ten-Item Personality Inventory, UCLA Loneliness Scale and Life Satisfaction Scale were used in order to measure related variables. Frequency and percentage analysis were used to analyze participants' demographic traits and internet using traits. In order to determine relations between internet addiction and relevant variables Pearson Correlation was used. Hierarchical regression analysis was performed to determine the predictors of internet addiction.

#### **Findings**

Results of this study revealed that participants use internet much more for entertainment and interaction (%53.7) and they access internet much more from their home (% 52.3). In order to determine relations between internet addiction and relevant variables Pearson Correlation was used. Findings indicated that loneliness ( $r = 0.41, p < 0.01$ ) was related to internet addiction in highest level while fearful attachment style ( $r = 0.19, p < 0.05$ ) was related to internet addiction in the lowest level. Openness to experience ( $r = 0.04, p > 0.05$ ) and agreeableness ( $r = -0.08, p > 0.05$ ) were not significantly related to internet addiction. . A hierarchical regression analysis was conducted how well internet addiction is predicted by gender, attachment styles, personality traits, loneliness, and life satisfaction. In first step of the regression analysis gender ( $\beta = 0,32, p < 0,001$ ) accounted for 10% of the variance of the internet addiction. In second step of the regression analysis attachment styles were entered and they accounted for 20% variance of the internet addiction. Among attachment styles secure

attachment style ( $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,01$ ), dismissing attachment style ( $\beta = 0,26$ ,  $p < 0,001$ ), and finally preoccupied attachment style ( $\beta = 0,15$ ,  $p < 0,05$ ) significantly predicted internet addiction. In third step of the regression analysis personality traits were entered and they accounted for 11% variance of the internet addiction. Among personality traits emotional instability ( $\beta = 0,18$ ,  $p < 0,05$ ), conscientiousness ( $\beta = -0,20$ ,  $p < 0,01$ ), and finally extroversion ( $\beta = -0,12$ ,  $p < 0,05$ ) significantly predicted internet addiction. In fourth step of the regression analysis loneliness ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ) were entered and it accounted for 4% variance of the internet addiction. Finally, in the last step of the regression analysis life satisfaction ( $\beta = 0,20$ ,  $p < 0,05$ ) were entered and it accounted for 6% variance of the internet addiction.

### **Discussion, Results and Suggestions**

According to results of hierarchical regression analysis all variables together explained 51% of total variance. It was determined that the best predictor of internet addiction was attachment styles and the weakest predictor of internet addiction was loneliness. Results indicated that gender positively predicted internet addiction. This result showed that males have higher level internet addiction than females. According to attachment styles it can be said individuals who addicted to internet have more attachment styles which are formed with anxious and avoidance. According to personality traits individuals who use higher level internet have more emotional instability and lower extraversion and conscientiousness personality traits. Finally, individuals who use higher level internet have higher level loneliness but lower level life satisfaction.

In this study internet addiction was investigated as basic variable. Although the over use of the internet is harmful it should be noted that internet has also great contribution to individual's lives. Through internet individuals can easily reach many areas and can share their thoughts different peoples. Today, internet has great impact that determine individuals' daily life experiences. Therefore specialists working in the field of mental health should try to show how to use the internet to facilitate daily functioning rather than defining the internet as quite negative variable. Consequently, when specialists try to decrease the rates of internet addiction among individuals, they should consider whether modification can be made in attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction.

Although the present study reveals several important findings, it has some limitations. First, a longitudinal studies may be more useful to understand developmental patterns of internet addiction.

The second limitation of this study is that participants consist of only university students. In the next studies to access both individuals in different education levels and non-students groups may be more useful to understand internet addiction.