

Genişletilmiş zet

Üniversite ğrencilerinde Sosyal Yeterlilik ve İnternet Bağımlılığı: Tanımlayıcı ve Korelasyonel Bir Çalışma

Giriş

Sosyal yeterlilik, kişilerin sosyal iletişim becerilerini ve kişilerarası ilişkilerini içerir ve sosyal yeterlik düzeyi bireylerin sosyal ortamlarda gerçekleştirdiği davranışları ve iletişim biçimlerini belirleyen bir etmen olarak düşünülmektedir. Aynı zamanda sosyal ortamlarda bireyin bir ilişkiyi başlatarak devam ettirme ve iletişim bağlantıları oluşturma becerilerine ait inancını da kapsar. Üniversite yaşamı bireylerin sosyal ilişkilerini şekillendiren önemli bir deneyim olarak görülmektedir. Bu yaşantıda sosyal yeterliliği yüksek olan öğrencilerin daha doyumlu ve daha başarılı oldukları vurgulanmaktadır. Sosyal anlamda zorluk yaşama ruhsal bozukluklara zemin hazırlarken, öğrencilerin bağımlılıklar gibi olumsuz ve riskli davranışlar göstermeleri daha muhtemel görülmektedir. Bu davranışlardan biri de patolojik internet kullanımı olarak bilinen internet bağımlılığıdır.

İnternetin yoğun bir şekilde kullanılması gençlerin fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimini olumsuz olarak etkilemekle birlikte, sosyal ilişkilerini olumsuz etkilediği, dürtü kontrolünü güçleştirdiği, dikkat dağınıklığı yarattığı, yalnızlığa ve depresyona, akademik başarıda düşmeye, sosyal işlevsellikte gerilemeye, mesleki işlevlerde bozulmaya neden olduğu gösterilmiştir. Bu bağlamda sosyal beceriler açısından zayıf olan öğrencilerin, vresinden izole olması nedeniyle interneti daha yoğun kullandıkları; internetin sosyal ve iletişimsel özelliklerinin özellikle yalnızlık, sosyal izolasyon ve sosyal destek yetersizliği nedeniyle yoğun olarak kullanıldığı belirtilmektedir. Bu durumun da genel olarak gençlerde problemlili internet kullanımının artmasına yol açabildiği vurgulanmaktadır.

Sağlığın geliştirilmesi ve koruyucu ruh sağlığı açısından; internet bağımlılığının niversite öğrencilerindeki etkilerini ve nedenlerini araştırmak, bağımlılıkla mücadelede ve davranışsal bağımlılıklar için yapılacak girişimlerin planlanmasında büyük öneme sahiptir. İncelenen literatür ışığında araştırmaların daha çok internet bağımlılığı ile psikososyal sorunlar ve zyeterlik arasındaki ilişkileri ortaya koyduğu ancak kişinin sosyal yeterlilik algısının internet bağımlılığındaki yerini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışma niversite ğrencilerinin sosyal yeterlik ve internet bağımlılık düzeylerini belirleyerek aralarındaki ilişkiyi incelemek amacıyla planlanmış ve gerçekleştirilmiştir.

Yöntem

Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olan bu araştırma Karabük niversitesinde 2018 – 2019 bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini çalışma kapsamına alınan niversitenin fakültelerinde öğrenimine devam eden öğrenciler oluşturdu. Evrenin bilindiği durumlarda örneklem hesaplama formülüne göre örneklem alınacak ğrenci sayısı hesaplandı ve 380 kişinin örneklem grubunu oluşturacağı belirlendi. Araştırmanın rneklemi fakültele göre tabakalandırıldı ve basit tesadüfi yöntemle oluşturuldu. Çalışmaya alınacak ğrenci sayıları Neyman Dağıtımı kullanılarak ve tabaka örneklem genişliği formülünden yararlanılarak belirlendi ve 142'si kadını ve 238'i erkek toplam 380 fakülte ğrencisi çalışma kapsamına alındı. Çalışmaya katılmayı kabul etme, belirtilen üniversitede fakülte ğrencisi olma, aktif internet kullanıcısı olma, iletişim engelinin olmaması ve kişinin kendi ifadesine göre psikiyatrik bir hastalık tanısının bulunmaması araştırmaya alınma kriterlerini oluşturdu.

Verilerin toplanmasında Katılımcı Bilgi Formu, Sosyal Yeterlik - Sosyal Sonuç Beklentileri leği (SY-SSB) ve İnternet Bağımlılık leği (İB) kullanıldı ve tanımlayıcı istatistikler ve Pearson korelasyon analizi, ANOVA ve iki grup karşılaştırmasında t-test kullanılarak değerlendirildi.

Bulgular

Araştırmada katılımcıların yaş ortalamasının $22,40 \pm 1,69$, %62'sinin kadın olduğu tespit edildi. Katılımcıların SYSSB leğinin Sosyal Yeterlik (SY) alt boyutundan $45,85 (\pm 9,79)$ ve Sosyal Sonuç Beklentileri (SSB) alt boyutundan $23,23 (\pm 5,37)$ puan aldıkları belirlendi. İnternet bağımlılık düzeyleri İB ile değerlendirildi ve öğrencilerin ölçekten aldıkları puanın $85,82 (\pm 26,99)$ olduğu belirlendi. İB'nn alt alt boytlarından alınan puan ortalamalarının sırasıyla Yoksunluk $30,41 (\pm 8,72)$, Kontrol Güçlüğü $24,78 (\pm 8,58)$, İşlevsellikte Bozulma $15,89 (\pm 6,58)$ ve Sosyal İzolasyon $14,74 (\pm 6,78)$ olduğu bulundu. SY ($r = -,232$), SSB ($r = -,233$) puanları ile İB'nn toplam puanı arasında negatif anlamlı bir ilişki saptandı ($p < ,05$). Benzer olarak İB alt boyutlarının tümü ile SY ve SSB arasındaki ilişkilerin de negatif yönde olduğu tespit edildi (her birinde $p < ,05$).

Tartışma

Üniversite ğrencileri arasında sosyal yeterlik algısını ve internet bağımlılığının araştırıldığı bu çalışmada elde edilen bulgular, öğrencilerin sosyal yeterlik düzeyleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğunu göstermiştir. Bireyin sosyal iletişimin gerekliliklerine sahip olması ve bunları iletişim esnasında kullanabilmesiyle açıklanan sosyal yeterlilikte azalmanın olduğu durumlarda internet bağımlılığının artacağı, buna paralel olarak internet bağımlılığının artması durumunda da sosyal yeterlilikte azalma olacağı ve psikososyal sorunların da artacağı öngörülmektedir. Yapılan bir çalışmada internet bağımlılık düzeyi ile

psikososyal uyum sorunları arasındaki ilişkinin pozitif yönlü olduğu bulunmuştur. Bu açıdan bakıldığında sosyal yeterliliği yüksek olan bireylerin olumlu sosyal ilişkiler geliştireceği ve bu bireylerde internet bağımlılığının daha az görüleceği düşünülebilir.

Bu düşünceye paralel olarak ve çalışmada belirlenen negatif ilişki çerçevesinde; öğrencilerdeki sosyal yeterliliğin ve sosyal sonuç beklentilerinin artmasının internet üzerinde kontrol gücünü, yoksunluğu, sosyal izolasyonu ve işlevsellikte bozulmayı azalttığı söylenebilir. Aynı zamanda internet bağımlılığındaki artışın öğrencilerin sosyal yeterlilik ve sosyal sonuç beklenti puanlarında düşmeye neden olduğu sonucuna varılabilir.

İnternette geçirilen sürenin artması ve kontrol edilememesi, bireyin gerçek dünyadan uzaklaşmasına, sosyal ilişkiler başlatmaktan ve sürdürmekten kaçınmasına neden olabildiği literatürde yer almaktadır. Benzer olarak yapılan araştırmaların sonuçları internet bağımlılığının bireyin sosyal öz-yeterliliğini ve yalnızlığını azaltan bir ortam sağladığını, sosyal öz yeterliliği olumsuz etkilediğini ve internet bağımlılığı arttıkça sosyal öz yeterlilik düzeyinin azaldığını göstermektedir.

Sonuç

Araştırma bulguları doğrultusunda çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal yeterlilik düzeylerinin yüksek, internet bağımlılık düzeylerinin orta olduğu ve kullanım açısından internette kontrol gücünü yaşadıkları söylenebilir. Bu sonuçlar üniversitedeki öğrencilerde yaygın olarak kullanılan internetin bağımlılık haline gelmeden önlenmesinde sosyal yeterliliğin artırılmasının ve sosyal becerilerin geliştirilmesinin gerekliliğine vurgu yapar niteliktedir. Bu sonuçlar koruyucu ruh sağlığı kapsamında öncelikle sosyal yeterlilikleri düşük olan ve sosyal beceriler açısından zorlanan öğrenciler belirlenerek bu öğrencilere sosyal becerileri ve yeterlilikleri arttıracak uygun girişimler planlanmalı ve uygulamalar değerlendirilmelidir.