



# JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITIES SCIENCES RESEARCH

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi

Open Access Refereed e-Journal & Refereed & Indexed

Article Type	Research Article	Accepted / Makale Kabul	25.12.2019
Received / Makale Geliş	29.10.2019	Published / Yayınlanma	25.12.2019

## KIZ ERGENLERDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ<sup>1</sup>

### ANALYSIS OF RELATIONSHIP BETWEEN TECHNOLOGY ADDICTION IN FEMALE ADOLESCENT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE

**Doç. Dr. Ayşegül ULUTAŞ**

İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Malatya / TÜRKİYE,  
ORCID: 0000-0002-6497-6534

**Öğr. Gör. Burcu COŞANAY**

Muş Alparslan Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çocuk Gelişimi Programı, Muş / TÜRKİYE, ORCID: 0000-0002-8337-3851

**Dr. Öğr. Üyesi Oğuz EMRE**

İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Malatya / TÜRKİYE,  
ORCID: 0000-0001-6819-3151



**Doi Number:** <http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.1665>

**Reference:** Ulutaş, A., Coşanay, B. & Emre, O. (2019). Kız ergenlerde teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 6(47), 4335-4345.

## ÖZET

Bu çalışmada kız ergenlerin teknoloji bağımlılığı ile duygusal zekâları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde planlanmıştır. Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Malatya il merkezinde lise eğitimine devam eden kız ergenler oluştururken evren içerisinde uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 170 kız ergen örneklem grubunu oluşturmaktadır. Araştırma süresince kız ergenlere "Teknoloji Bağımlılığı" ve "Rotterdam Duygusal Zekâ" ölçekleri ile kişisel bilgi formundan oluşan veri toplama araçları uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde, değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre kız ergenlerde teknoloji bağımlılığı ile duygusal zekâ arasında negatif ilişkiler bulunduğu görülmüştür. Bulgular doğrultusunda araştırmacılara, ailelere ve eğitimcilerle yönelik önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Sözcükler:** Teknoloji bağımlılığı, Duygusal zekâ, Kız ergenler.

## ABSTRACT

In this study, analysis of the relationship between technology addiction in female adolescent and emotional intelligence is aimed. The research is planned to be performed in the relational survey model. While the universe of the study consists of female adolescents attending high school in Malatya city center in the fall semester of 2018-2019 academic year, the sample group consisted of 170 female adolescents selected from the universe by appropriate sampling method. During the study, scales of "Technology Addiction" and "Rotterdam Emotional Intelligence" and also data collection tools consisting of a personal information form were applied to female adolescents. In the analysis of the data obtained, it is benefitted from Pearson Product Moment Correlation Analysis and multiple linear regression analysis, in order to determine the relationships between variables. According to the results obtained, it was seen that there is a negative relationship between technology addiction and emotional intelligence in female adolescents. In line with the findings, recommendations were made for researchers, families and educators.

**Keywords:** Technology addiction, Emotional intelligence, Female adolescents.

<sup>1</sup> Bu çalışma, 18-19 Nisan 2019 tarihlerinde düzenlenen 3. Uluslararası Kadın Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur

## 1. GİRİŞ

Değişen ve gelişen dünyada teknoloji baş döndürücü bir hızla ilerlemekte ve gündelik yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmektedir. Hemen hemen her yaşta insanın hayatında yer alan teknolojinin özellikle adolesan dönemde yer alan bireyler için dikkat çekici olduğu bilinen bir gerçektir. Bireyin yaşamındaki farklı durumların başarılı bir şekilde üstesinden gelmesini sağlayan ve aynı zamanda bilişsel olmayan tüm özellikler (Lyusin, 2006) olarak bilinen duygusal zekâ teknolojinin kısıncında yer alan bir unsur olarak durmaktadır. Teknolojik alanda son yıllardaki hızlı gelişmeler ve teknolojinin yaşamımızın her alanına girmesi teknolojik cihazları günümüzde vazgeçilmez kılmaktadır. Teknoloji bağımlılığı kişinin teknolojik cihazlara karşı düşkün olması veya ondan vazgeçememesidir. Teknoloji bağımlılığı, literatürde alkol veya uyuşturucu gibi kimyasal olmayan, kumar bağımlılığı gibi davranışsal bir bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Griffiths, 2000). Teknoloji bağımlılığı ile ilgili son yıllarda yapılan çalışmaların internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve cep telefonu bağımlılığı gibi birçok farklı şekilde isimlendirildiği görülmektedir (Ertemel ve Aydın, 2018). Günümüzde de çocukların teknolojik aletlerle çok erken yıllarda tanışmaları, onlar için ciddi sonuçlar doğurabilecek teknoloji bağımlısı olmalarına neden olmaktadır. Bilgisayar ve internet kullanım süreleri çocukların yaşlarının ilerlemesi ile artmaktadır (Mustafaoğlu, Zirek, Yasacı ve Razak Özdiçler, 2018).

Ergenlerde teknoloji bağımlılığı son yıllarda artış eğilimi göstermektedir. Balıkesir’de yapılan araştırmada 2853 lise öğrencisinin % 17’sinin düşük, % 67’sinin orta ve % 16’sının da yüksek düzeyde internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir (Yılmaz, Şahin, Haseski ve Erol, 2014). Özellikle gençler tarafından akıllı telefonlar ise internette vakit geçirmek, sosyal ağlara girmek ve müzik dinlenmek için kullanılmaktadır (Aktaş ve Yılmaz 2016). Teknolojinin ölçülü ve kontrollü kullanımı günlük hayatımızı kolaylaştırırken, sınırsız ve kontrolsüz kullanımı ise ciddi sağlık problemlerine yol açmaktadır (Arısoy, 2009). Çocukluk yıllarından itibaren teknoloji kullanımının aşırı derecede olmasının obezite riskini artırdığı görülmektedir (Bel-Serrat ve ark., 2013; De Jong ve ark., 2013; Mitchell, Pate, Beets ve Nader, 2013). Ergenlerin teknolojik cihaz kullanım sıklığının ve sayısının uyku kalitesini olumsuz etkilediği bildirilmektedir (Bruni ve ark., 2015). Bireylerin çevreye uyum sürecinde ve insan ilişkilerinde yerini alan teknolojinin sosyal zekâ ile de ilintili olduğu bir gerçektir. Bireyler arasındaki ilişki ağında bireyin kendini ifade edebilme ve karşısındaki bireyler ile empatiye dayalı bir iletişim kurabilme becerilerinden olan sosyal zekânın çeşitlerinden biri de duygusal zekâdır. Kavram olarak duygusal zekâ (Emotional Intelligence-EQ) ilk Mayer ve Salovey tarafından kullanılmaya başlanmıştır. John D. Mayer ve Peter Salovey’e göre duygusal zekâ, bireylerin duyguları algılama, anlamlandırma ve ifade etme, duygu ve düşüncelerini bir araya getirebilme, mantık yürütebilme, kendisiyle beraber başkalarının duygularını da düzenleyebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Mayer ve Salovey, 1997). Bar-On, duygusal zekâyı kişinin çevrenin istek ve baskılarıyla baş edebilmesini sağlayan beceriler olarak ifade etmektedir (Bar-On, 1997). Duygusal zekâ denildiğinde akla gelen isimlerden bir diğeri olan Daniel Goleman (2010) da duygusal zekâyı “kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yola devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek doyumunu erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkalarının yerine koyabilme ve umut besleme” şeklinde ifade etmektedir.

Duygusal zekâ ile ilgili birden çok tanımın olmasının nedeni duygusal zekâ üzerinde çalışılmaya başlandığından beri hâlâ tartışmaların devam etmesi ve kesin bir sonuca ulaşılamamış olunmasıdır. Duygusal zekâ konusunda çalışma yapan her bir bilim adamı konuya farklı bir bakış açısı ile yaklaştığı için ortaya farklı duygusal zekâ sınıflamaları ve dört farklı duygusal zekâ modeli çıkmıştır. Bu modeller bilim adamlarının yaklaşımları açısından yetenek ve karma modeller olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Duygusal zekâyı bir yetenek, beceri grubu olarak gören ve bireysel yeterlilik olarak ele alan yetenek modelinde Mayer ve Salovey’in Duygusal Zekâ Modeli yer almaktayken, duygusal zekâyı bireysel yeterlilik olarak kabul etmeyip bireysel özellik, bireyin sosyal ilişkisi, davranışları ve becerilerinin duygusal zekâda önemli olduğunu belirten karma modelde ise Cooper ve Sawaf Modeli, Goleman Modeli ve Bar-On Modeli yer almaktadır (Çakar ve Arbak, 2004). Belirtilen bu dört modelin en önemli ortak özelliği duygusal zekâyı, bireyin sahip olduğu duygu ve durumları tanıması bununla birlikte diğer bireylerin de duygularını tanıyarak yönlendirebilmesi yeteneği olarak kabul etmeleridir.

Duygulara gösterilen ilgi ve anlayış olarak kabul edilen duygusal zekâ, günümüzde yaşamdaki başarıyı yakalamada IQ (Intelligence Quotient)’dan daha önemli olarak görülmektedir. Çünkü bu zekâ türü

olumsuz duygu ve durumları onararak bu tür duygu ve davranışları olumlu yönde arttırabilme becerisine sahiptir (Beltrán-Catalán, Zych, Ortega-Ruiz ve Llorent, 2018). Psikologlar yaşamdaki bireysel başarının %20'sine IQ'nun, %80'ine ise duygusal zekânın etki ettiğini belirtmektedirler. Bu etken ise duygusal zekânın önemini gözler önüne sermektedir (Marzuki, Mustaffa ve Saad, 2015). Öğrencilerin, iletişim becerileri ve yeterliliklerini belirlemek için de duygusal zekâdan yararlanılmaktadır. ABD'de (Amerika Birleşik Devletleri) 448 üniversite öğrencisiyle yürütülen bir çalışmada duygusal zekânın akademik performansa etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda yüksek duygusal zekâyâ sahip olan öğrencilerin daha iyi bir akademik performansla sahip olduğu görülürken duygusal zekâ düzeyi düşük olan öğrencilerin akademik performanslarının da düşük olduğu belirlenmiştir (Stump, Husman ve Corby, 2014). Kısacası bireyin yetenek, yetkinlik ve başarı sürecinde ihtiyaç duyacağı en önemli kaynaklardan biri duygusal zekâdır.

Bağımsızlık mücadelesinin, kimlik kazanma karmaşasının, uyum sorunlarının ve duygusal dalgalanmaların en fazla yaşandığı dönem olan ergenlik dönemi olarak kabul edilmektedir (Sezen ve Murat, 2018). Yaşanan bu karmaşa ergenin duygusal ve psikolojik anlamda sorun yaşamamasına neden olmakla birlikte aile ve akran ilişkilerini, sosyal yaşamını, akademik başarısını olumsuz etkilemektedir (Çakar ve Arbak, 2004). Aynı zamanda bu dönem antidepresan ilaç kullanımının, duygudurum ve anksiyete bozukluklarının görülmesi açısından da risk zamanı olarak kabul edilmektedir. Bu dönem, yalnızca içinde bulunulan süreç içerisinde değil yetişkinlik sürecinde de etkili olan psikolojik anlamda bir uyum dönemi olarak adlandırılmaktadır. Bu süreci ergenin sağlıklı bir şekilde atlatabilmesi açısından aile ile geçirilen kaliteli zaman, sağlıklı akran ilişkileri, ergenin sosyal çevresi ve bireysel özellikleri oldukça önemlidir. Bu bireysel özellikler; ergenin sahip olduğu özgüven, düzenleme stratejileri ve sosyal açıdan yetkin olma durumudur (McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin ve Nolen-Hoeksema, 2011). Son yıllarda yapılan çalışmalar neticesinde bu özelliklere duygusal zekâ (EQ) da eklenmiştir (Mayer, Roberts ve Barsade, 2008; Resurrección, Salguero ve Ruiz-Aranda, 2014).

Duygusal zekâ ile ilgili çalışmaların bundan on yıl önce yetişkinler üzerinde daha fazla yoğunlaştığı görülmektedir. Fakat araştırmacılar duygusal zekânın ergenlik döneminde öğretilirliğini ve gelişimsel bir süreç olarak değerlendirilebileceğini fark ettiklerinde duygusal zekâ ile ilgili ergenler üzerindeki çalışmalar da önem kazanmaya başlamıştır (Brackett, Rivers ve Salovey, 2011). Alan yazın incelendiğinde çalışma grubunu ergenlerin oluşturduğu çalışmaların genellikle duygusal zekâ ile psikolojik sağlamlık (Ergün, 2016), stres (Extremera, Duran ve Rey, 2007), saldırganlık, akıl sağlığı (Ruiz-Aranda vd., 2012), sosyal anksiyete (Díaz-Castela vd., 2013), depresyon (Fernández-Berrocal, Extremera ve Ramos, 2003; Repetto, Pena ve Lozano, 2006), yeme bozuklukları, başa çıkma becerileri (Chan, 2005; Downey, Johnston, Hansen, Birney ve Stough, 2010), madde bağımlılıkları (Ruiz-Aranda, Fernández-Berrocal, Cabello ve Extremera, 2006), uyum problemleri (Frederickson, Petrides ve Simmonds, 2012; Hafizoğlu, 2007; Salguero, Palomera ve Fernández-Berrocal, 2012), akademik başarı (Stump, Husman ve Corby, 2014), yaşam doyumu (Yalnızca Yıldırım, 2015) internet bağımlılığı (Parker, Taylor, Eastbrook, Schell ve Wood, 2008; Sezen ve Murat, 2018), akıllı telefon bağımlılığı (Demir, 2018; Yapça Kaypaklı, 2018) gibi konular arasındaki ilişkileri belirlemek olduğu görülmektedir. Yüksek duygusal zekâyâ sahip ergenlerde duygusal ve davranışsal problemlerin, madde, internet ve telefon bağımlılığının daha az görüldüğü araştırmalar sonucunda belirlenmiştir. İlgili alan yazın incelendiğinde teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen bir araştırmanın olmaması alanda bir eksiklik olarak görülmüştür. Duygusal zekâ ile teknoloji bağımlılığının ilişkisine örneklem veya ölçme araçları bağlamında benzer sonuçlara yeterince rastlanmamıştır. Bu nedenle; kız ergenlerde teknoloji bağımlılığı, duygusal zekâyâ göre değişmekte midir? sorusu araştırmanın ana problemini oluşturmaktadır.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, kız ergenlerde teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişki incelendiğinden ilişkisel tarama yönteminin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. İlişkisel tarama modelinde planlanan araştırma betimsel niteliktedir. İlişkisel tarama modelinde değişkenler arasındaki ilişkileri saptamak amaçlanır (Sönmez ve Alacapınar, 2011). Bir değişkenin değerinin bilinmesi durumunda diğer değişkenin de kestirilmesine fırsat veren ilişkisel tarama modelinde iki ya da daha fazla değişkenin

birlikte değişimi söz konusudur (Karasar, 2012). Bu bağlamda, çalışmanın bağımsız değişkeni teknoloji bağımlılığı iken bağımlı değişkeni duygusal zekâdır.

## 2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Malatya il merkezinde lise eğitimine devam eden kız ergenler oluştururken evren içerisinde uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 170 kız ergen örneklem grubunu oluşturmaktadır. Katılımcılara ait bazı demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur:

**Tablo 1.** Kız Ergenlerin Bazı Demografik Bilgileri

	n	%
<b>İnternet İmkânı</b>		
Var	158	92,9
Yok	12	7,1
<b>İnternete Bağlanma Yeri</b>		
Ev	24	14,1
Cep telefonu	<b>108</b>	<b>63,5</b>
Okul	3	1,8
İnternet kafe	2	1,2
Diğer	33	19,4
<b>İnternet Kullanım Süresi</b>		
1 saatten az	9	5,3
1-2 saat	30	17,6
3-4 saat	<b>60</b>	<b>35,3</b>
5-6 saat	43	25,3
7 saat ve üzeri	28	16,5
<b>İnternet Kullanım Amacı</b>		
Sosyal medya	<b>92</b>	<b>54,1</b>
Haber ve gündem takibi	5	2,9
Alışveriş, oyun ve eğlence	16	9,4
Araştırma ve inceleme	13	7,7
Diğer	44	25,9
<b>Bilgisayara Sahip Olma</b>		
Var	76	44,7
Yok	<b>94</b>	<b>55,3</b>
<b>Akıllı Telefona Sahip Olma</b>		
Var	<b>158</b>	<b>92,9</b>
Yok	12	7,1
<b>Sosyal Medya Hesabı</b>		
Var	<b>164</b>	<b>96,5</b>
Yok	6	3,5
<b>Toplam</b>	<b>170</b>	<b>100</b>

Tablo 1 incelendiğinde; kız ergenlerin %92,9’u internet imkânına sahiptir. %63,5’i internete cep telefonu ile bağlanmaktadır. Katılımcıların %35,3’ünün günlük internet kullanım süresi 3-4 saattir. Kız ergenlerin %54,1’i sosyal medyayı kullanmak için interneti kullanmaktadır. 55,3’ünün bilgisayara sahip olmadığı görülmektedir. 92,9’u akıllı telefona sahip olduğunu belirtmiştir. Katılımcı ergenlerin %96,5’inin sosyal medya hesabına sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

## 2.3. Veri Toplama Araçları

**Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği:** Young (1996) tarafından lisedeki öğrencilerde bağımlılık düzeyini tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir. Aydın (2017) tarafından geçerlik güvenirliği yapılmıştır. Sosyal ağ kullanma (6 madde), anlık mesajlaşma (6 madde), çevrimiçi oyun oynama (6 madde) ve web siteleri kullanma (6 madde) olmak üzere dört alt boyuttan oluşan Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği beşli likert tipinde 1-hiçbir zaman, 2-nadiren, 3-orta sıklıkta, 4-çok sık, 5-her zaman olacak şekilde derecelendirilmiştir. Ölçeğin geçerlik-güvenirlik çalışması 532 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Her bir alt boyut için aritmetik ortalamalar yorumlanırken, en yüksek puan 30 (6×5), en düşük puan 6 (6×1) olarak belirlenmiştir. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği toplam puanına ait en düşük puan 24 (24×1), en

yüksek puan ise 120 (24×5)'dir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin güvenilirliği iç tutarlılık ile hesaplanmış olup Cronbach Alpha ( $\alpha$ ) değeri 0.86'dır. Alt boyutların iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; sosyal ağ kullanma (0.786), anlık mesajlaşma (0.81), çevrimiçi oyun oynama (0.90) ve web siteleri kullanma (0.86) olarak hesaplanmıştır.

**Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği:** Pekaar ve diğ. (2018) tarafından geliştirilen ve Sarıçam ve Çelik (2018) tarafından geçerlik-güvenirlik çalışması yapılan ölçek, ben odaklı ve diğer odaklı duygusal zekâyı değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin gözden geçirilmesi 566 katılımcı ile yapılmıştır. Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği; Kendi-odaklı duygu değerlendirme (7 madde), Diğerleri-odaklı duygu değerlendirme (7 madde), Kendi-odaklı duygu düzenleme (7 madde), Diğerleri-odaklı duygu düzenleme (7 madde) olarak dört alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Her bir alt boyutun iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha- $\alpha$ ); Kendi-odaklı duygu değerlendirme (0.90), Diğerleri-odaklı duygu değerlendirme (0.87), Kendi-odaklı duygu düzenleme (0.72), Diğerleri-odaklı duygu düzenleme (0.89) olarak belirlenmiştir. Ölçeğin toplam puanına ait Cronbach Alpha değeri ise 0.87'dir.

## 2.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri SPSS 22 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada alt problemlerin çözümlenmesi için her bir alt ölçekteki maddelerin aritmetik ortalamaları hesaplanarak o faktör için bir puan hesaplanmıştır. Analizler söz konusu faktör puanları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin hesaplanmasında Pearson Momentler Çarpım Korelasyon tekniği kullanılmıştır. İki değişkenin olduğu durumlarda en az eşit aralıklı ölçek varsayımı olduğunda Pearson Momentler Çarpım Korelasyon yöntemi kullanılır (Baykul ve Güzeller, 2013). Duygusal zekânın teknoloji bağımlılığını açıklama ve yordama gücünün belirlenmesinde çoklu regresyon analizine başvurulmuştur.

## 3. BULGULAR

**Tablo 2.** Teknoloji Bağımlılığı ve Duygusal Zekâ Ölçeği Puan Dağılımı

n= 170	Min	Max	Ort $\pm$ SD
<b>Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği Toplam Puan</b>	24	113	55,57 $\pm$ 22,36
<b>Duygusal Zekâ Ölçeği Toplam Puan</b>	50	135	105,07 $\pm$ 14,80

Tablo 2 incelendiğinde, TBÖ ve RDZÖ ölçeklerinden alınan puanların dağılımı görülmektedir. Araştırmada katılımcı kız ergenlerin TBÖ toplam puan düzeylerinin 24 ile 113 arasında değişmekte olup ortalamasının 55,57  $\pm$  22,36 olduğu; RDZÖ puan düzeylerinin 50 ile 135 arasında değişmekte olup ortalamasının 105,07  $\pm$  14,80 olduğu saptanmıştır.

**Tablo 3.** Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği ile Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Dağılımları

Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği						
Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği		Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme	Diğerleri-Odaklı Durum Değerlendirme	Kendi-Odaklı Duygu Düzenleme	Diğerleri-Odaklı Duygu Düzenleme	Toplam Puan
Sosyal Ağ Kullanma	r	0,261	-0,091	0,033	0,078	0,095
	p	<b>0,001**</b>	<b>0,240</b>	<b>0,665</b>	<b>0,313</b>	<b>0,218</b>
Anlık Mesajlaşma	r	0,227	-0,045	0,013	0,084	0,093
	p	<b>0,003**</b>	<b>0,561</b>	<b>0,867</b>	<b>0,277</b>	<b>0,225</b>
Çevrimiçi Oyun Oynama	r	0,120	-0,026	-0,011	0,056	0,045
	p	<b>0,121</b>	<b>0,736</b>	<b>0,888</b>	<b>0,467</b>	<b>0,564</b>
Web Siteleri Kullanma	r	0,148	-0,108	-0,050	0,119	0,029
	p	<b>0,055</b>	<b>0,162</b>	<b>0,514</b>	<b>0,121</b>	<b>0,712</b>
Toplam Puan	r	0,220	-0,080	-0,007	0,101	0,075
	p	<b>0,004**</b>	<b>0,300</b>	<b>0,929</b>	<b>0,190</b>	<b>0,328</b>

\*\* $p < 0,01$

Tablo 3'teki korelasyon katsayıları incelendiğinde; Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği alt boyut ve toplam puanları ile Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği alt boyut ve toplam puanı için hesaplanan korelasyon katsayıları ve anlamlılık düzeyleri görülmektedir. TBÖ sosyal ağ kullanma alt boyut puanı ile RDZÖ alt boyut puanları ve toplam puanı arasındaki korelasyon katsayılarının -0.091 ile 0.261 arasında değiştiği görülmektedir. Korelasyon katsayılarının ayrıntılı incelenmesinde TBÖ'nin sosyal ağ kullanma alt boyutu ile RDZÖ'nin kendi odaklı durum değerlendirme alt boyutunun pozitif yönlü manidar olduğu ve her iki alt boyut arasındaki korelasyonun zayıf olduğu saptanmıştır ( $p=0.001$ ;  $r=0.261$ ). TBÖ'nin anlık mesajlaşma alt boyutu ile RDZÖ'nin kendi odaklı durum değerlendirme alt boyutunun pozitif yönlü manidar olduğu ve her iki alt boyut arasındaki korelasyonun zayıf olduğu ( $p=0.003$ ;  $r=0.227$ ) ortaya çıkmıştır. TBÖ'nin çevrimiçi oyun oynama ve web siteleri kullanma alt boyutu ile RDZÖ'nin alt boyut puanları ve toplam puanı arasında ilişkilerin anlamlı olmadığı ( $p>0.05$ ) görülmüştür. TBÖ'nin toplam puanı ile RDZÖ'nin kendi odaklı durum değerlendirme alt boyutunun pozitif yönlü manidar olduğu ve aradaki korelasyonun zayıf olduğu saptanmıştır ( $p=0.004$ ;  $r=0.220$ ).

**Tablo 4.** Duygusal Zekâ ile Sosyal Ağ Kullanma Alt Boyutu

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Duygusal Zekâ	0.311	0.09	4.42	0.00

  

Değişken	Std. Edilmemiş Beta	Std. Hata	Std. Beta	t	P
Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme	0.55	0.14	0.45	3.95	0.00
Diğerleri-Odaklı Durum Değerlendirme	0.21	0.09	0.52	2.22	0.02
Kendi-Odaklı Duygu Düzenleme	0.19	0.13	0.20	1.51	0.13
Diğerleri-Odaklı Duygu Düzenleme	0.35	0.17	0.28	2.02	0.04

Tablo 4 incelendiğinde; regresyon analizi sonuçlarına göre RDZÖ'nün alt boyutları, TBÖ'nün sosyal ağ kullanma boyutunu 0.09 düzeyinde açıklamaktadır. Başka bir ifade ile RDZÖ'nün alt boyutlarının TBÖ'nün sosyal ağ kullanma boyutunu açıklama gücü 0.09'dur. Bu değer yüksek sayılmayacak düzeyde olsa da 0.00 düzeyinde manidardır ( $f=4.42$ ). Sosyal ağ kullanma alt boyutuna ilişkin değişkenliğin 0.09'u RDZÖ'nün alt boyutlarından kaynaklanırken, geri kalanının araştırmaya dâhil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı söylenebilir. Ayrıca RDZÖ'nün alt boyutlarına ait t değerleri incelendiğinde, ölçeğin 1. ( $t=3.95$ ), 2. ( $t=2.22$ ) ve 4. ( $t=2.02$ ) alt boyutu TBÖ'nün sosyal ağ kullanma alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $p<0.05$ ); 3. alt boyutu ( $t=1.51$ ;  $p>0.05$ ) açıklamamaktadır.

**Tablo 5.** Duygusal Zekâ ile Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Duygusal Zekâ	0.260	0.06	3.00	0.20

  

Değişken	Std. Edilmemiş Beta	Std. Hata	Std. Beta	t	P
Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme	0.45	0.14	0.35	3.07	0.00
Diğerleri-Odaklı Durum Değerlendirme	0.15	0.10	0.35	1.46	0.14
Kendi-Odaklı Duygu Düzenleme	0.10	0.13	0.10	0.77	0.44
Diğerleri-Odaklı Duygu Düzenleme	0.28	0.18	0.22	1.53	0.12

Tablo 5 incelendiğinde; regresyon analizi sonuçlarına göre RDZÖ'nün alt boyutları, TBÖ'nün anlık mesajlaşma boyutunu 0.06 düzeyinde açıklamaktadır. Başka bir ifade ile RDZÖ'nün alt boyutlarının TBÖ'nün anlık mesajlaşma boyutunu açıklama gücü 0.06'dır. Bu değer yüksek sayılamayacak düzeyde olduğu ve anlamlı fark oluşturmadığı ( $p=0.20$ ;  $f=3.00$ ) görülmüştür. Anlık mesajlaşma alt boyutuna ilişkin değişkenliğin 0.06'sı RDZÖ'nün alt boyutlarından kaynaklanırken, geri kalanının araştırmaya dâhil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde açıklanabilir. Ayrıca RDZÖ'nün alt boyutlarına ait t değerleri incelendiğinde, ölçeğin 1.( $t=3.07$ ) alt boyutu TBÖ'nün anlık mesajlaşma alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $p<0.05$ ); 2. ( $t=1.46$ ), 3. ( $t=0.77$ ), 4. ( $t=1.53$ ) alt boyutu açıklamamaktadır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 6.** Duygusal Zekâ ile Çevrimiçi Oyun Oynama Alt Boyutu

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Duygusal Zekâ	0.28	0.07	3.52	0.00

  

Değişken	Std. Edilmemiş Beta	Std. Hata	Std. Beta	t	P
Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme	0.52	0.16	0.36	3.15	0.00
Diğerleri-Odaklı Durum Değerlendirme	0.29	0.11	0.60	2.53	0.01
Kendi-Odaklı Duygu Düzenleme	0.18	0.15	0.16	1.17	0.24
Diğerleri-Odaklı Duygu Düzenleme	0.60	0.20	0.42	2.94	0.00

Tablo 6 incelendiğinde; regresyon analizi sonuçlarına göre RDZÖ'nün alt boyutları, TBÖ'nün çevrimiçi oyun oynama boyutunu 0.07 düzeyinde açıklamaktadır. Yani; RDZÖ'nün alt boyutlarının TBÖ'nün çevrimiçi oyun oynama boyutunu açıklama gücü 0.07'dir. Yüksek düzeyde sayılamayacak bu değer anlamlı fark oluşturduğu ( $p=0.00$ ;  $f=3.52$ ) görülmüştür. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutuna ilişkin değişkenliğin 0.07'si RDZÖ'nün alt boyutlarından kaynaklanırken, geri kalanının araştırmaya dâhil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı söylenebilir. RDZÖ'nün alt boyutlarına ilişkin t değerlerine göre, ölçeğin 1.( $t=3.15$ ), 2.( $t=2.53$ ) ve 4.( $t=2.94$ ), alt boyutu TBÖ'nün çevrimiçi oyun oynama alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $p<0.05$ ); 3. ( $t=1.17$ ;  $p=0.24$ ) alt boyutunu açıklamamaktadır.

**Tablo 7.** Duygusal Zekâ ile Web Siteleri Kullanma Alt Boyutu

Model	R	R <sup>2</sup>	F	p
Duygusal Zekâ	0.148	0.02	0.924	0.45

  

Değişken	Std. Edilmemiş Beta	Std. Hata	Std. Beta	t	P
Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme	0.28	0.17	0.19	1.65	0.10
Diğerleri-Odaklı Durum Değerlendirme	0.10	0.12	0.20	0.84	0.40
Kendi-Odaklı Duygu Düzenleme	0.04	0.16	0.43	0.30	0.76
Diğerleri-Odaklı Duygu Düzenleme	0.21	0.21	0.14	0.98	0.32

Tablo 7 incelendiğinde; regresyon analizi sonuçlarına göre RDZÖ'nün alt boyutları, TBÖ'nün web siteleri kullanma boyutunu 0.02 düzeyinde açıklamaktadır. Yani; RDZÖ'nün alt boyutlarının TBÖ'nün web siteleri kullanma boyutunu açıklama gücü 0.02'dir. Bu değer yüksek düzeyde sayılmamakla birlikte manidar da değildir ( $p=0.45$ ;  $f=0.924$ ). Bu bulgu, web siteleri kullanma alt boyutuna ilişkin değişkenliğin 0.02'si RDZÖ'nün alt boyutlarından kaynaklanırken, geri kalanının araştırmaya dâhil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. RDZÖ'nün alt boyutlarına ilişkin t değerlerine göre, ölçeğin 1.( $t=1.65$ ), 2.( $t=0.84$ ), 3.( $t=0.30$ ) ve 4.( $t=0.98$ ) alt boyutunu manidar şekilde açıklamamaktadır ( $p>0.05$ ).

#### 4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Lise öğrencisi kız ergenlerin duygusal zekâ düzeyleri ile teknoloji bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesinden elde edilen bulgular ışığında aşağıdaki sonuçlar ortaya çıkmıştır. Araştırma sonucunda; Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği'nin Kendi-Odaklı Durum Değerlendirme alt boyutunun Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin sosyal ağ kullanma ve anlık mesajlaşma alt boyutları ile pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf bir ilişkiye sahip oldukları görülmektedir. En yüksek ilişkinin sosyal ağ kullanma alt boyutunda olduğu görülmektedir. Bulgulardan elde edilen diğer sonuca bakıldığında; RDZÖ alt boyutları TBÖ'nün sosyal ağ kullanma ve çevrimiçi oyun oynama alt boyutlarını açıkladığı (yordadığı); anlık mesajlaşma ve web sitesi kullanma alt boyutlarını açıklamadığı (yordamadığı) görülmektedir.

Literatür incelendiğinde elde edilen sonuçlara paralel sonuçlar bulunduğu görülmektedir. Van Deursen, Bolle, Hegner ve Kommers (2015) yaptıkları çalışmada duygusal zekânın alışkanlık ya da bağımlılık yaratan akıllı telefon davranışları üzerindeki etkisini bulamamışlardır. Ergenler ile yapılan bir çalışmada yüksek risk altındaki çevrimiçi oyun kullanıcılarının, genel kullanıcılardan daha düşük duygusal zekâ seviyelerine sahip olduğu görülmüştür (Seo, Kang & Chae, 2012). Parker ve ark. (2008) düşük düzeydeki duygusal zekânın, bağımlılık yapan davranışlar (kumar, internet kullanımı ve video oyunu oynama) ile güçlü bir ilişkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Duygusal zekâ puanları yüksek ve interneti bağımlı olarak kullanmayan üniversite öğrencileri, interneti daha çok maillesmek için kullandıkları görülmüştür (Woods, 2001). İnterneti sık sık kullananların yüksek duygusal zekânın tipik sosyal ve duygusal becerilerinden yoksun oldukları görülmektedir (Engelberg ve Sjöberg 2004). Ançel, Açıköz & Yavaş Ayhan (2015) yüksek duygusal zekânın internet bağımlılığına etkisini inceledikleri çalışmalarında, içinde buldukları durumu ve duygularını başkalarına ifade ederken problem yaşayan bireylerin internet bağımlılığının tanı kriterlerinden olan patolojik kumar oynama davranışını geliştirdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Çalışmada internet bağımlılığı ile duygusal zekâ arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Usta (2017), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada duygusal zekâ ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Hamissi, Babaie, Hosseini ve Babaie (2013)'nin yaptığı çalışmada yüksek duygusal zekâyâ sahip üniversite öğrencilerinin daha az internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde Far, Samarein, Yekleh, Tahmasebi & Yaryari (2014), 400 ergen üzerinde yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı yüksek olan ergenlerin duygusal zekâlarının düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Sjöberg (2008)'in 94 erkek ve 59 kadın üzerinde yaptığı araştırma sonucu kadınlarda duygusal zekâ puanının erkeklerden daha fazla olduğunu göstermiştir. Beranuy, Oberst, Carbonell & Chamarro (2009), 404 öğrenci ile yaptıkları çalışmada aşırı internet kullanımı ve düşük duygusal zekâ puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kadınların internet kullanımının sosyal ilişkilere eğilimleri nedeniyle erkeklerden daha az olduğu, erkeklerin ise ekonomik faaliyetlerinde genellikle interneti kullandıkları görülmüştür.

Literatür taraması doğrultusunda ergenlerin duygusal zekâlarının internet ve akıllı telefon gibi bağımlılıklarını etkilediği görülmektedir. Duygusal zekâ ile ilgili çalışmaların genellikle ilkökul, ortaokul ve lise öğrencileri üzerinde yapıldığı görülmekle birlikte örneklem grubunu kızların oluşturduğu ve duygusal zekâ ile teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanılmamıştır. Alandaki bu eksiklikten dolayı bu çalışmanın alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırmacılar için öneriler sunulmuştur.

- ✓ Daha büyük ve farklı bir örnekleme teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekânın farklı değişkenler açısından değerlendirildiği tanımlayıcı çalışmalar yapılması önerilmektedir.
- ✓ Teknoloji bağımlılığı düzeyi yüksek olan ergenlere müdahale edici ve geliştirici yaklaşımlar uygulanmalıdır.
- ✓ Araştırma erkek ergenlerle ve deneysel çalışmalarla da yürütülebilir.
- ✓ Teknoloji bağımlılığı bakımından yüksek ve duygusal zekâ bakımından düşük puan alan ergenlere yönelik sosyal destek ağı kullanılarak bilişsel-davranışsal-sosyal-duygusal yaklaşımlar temelli destek eğitimi sunulabilir.



**KAYNAKLAR**

- ARISOY, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55–67.
- AKTAŞ, H. & YILMAZ, N. (2016). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- ANÇEL, G., AÇIKGÖZ, İ. & YAVAŞ AYHAN, A. G. (2015). Problemlili internet kullanımı ile duygusal zekâ ve bazı sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 255-263.
- AYDIN, F. (2017). *Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- BAR-ON, R. (1997). 'The Handbook of Emotional Intelligence' in 'The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual, Toronto: Multi-Health Systems', (San Francisco: Jossey-Bass, 1997).
- BELTRÁN-CATALÁN, M., ZYCH, I., ORTEGA-RUIZ, R. & LLORENT, V. J. (2018). Victimization through bullying and cyberbullying: emotional intelligence, severity of victimization and technology use in different types of victims. *Psicothema*, 30(2), 183-188.
- BERANUY, M., OBERST, U., CARBONELL, X. & CHAMARRO, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1182–1187.
- BRACKETT, M. A., RIVERS, S. E. & SALOVEY, P. (2011). Emotional intelligence: implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88-103.
- BAYKUL, Y. & GÜZELLER, C. O. (2013). *Sosyal bilimler için istatistik: SPSS uygulamalı* (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- BEL-SERRAT, S., MOURATIDOU, T., SANTALIESTRA-PASÍAS, A. M., IACOVIELLO, L., KOURIDES, Y. A., MARILD, S. & STOMFAI, S. (2013). Clustering of multiple lifestyle behaviours and its association to cardiovascular risk factors in children: The IDEFICS study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 67(8), 848–854.
- BRUNI, O., SETTE, S., FONTANESI, L., BAIOTTO, R., LAGHI, F. & BAUMGARTNER, E. (2015). Technology use and sleep quality in preadolescence and adolescence. *Journal of clinical sleep medicine: Official Publication of the American Academy of Sleep Medicine*, 11(12), 1433.
- CHAN, D. W. (2005). Emotional intelligence, social coping, and psychological distress among Chinese gifted students in Hong Kong. *High Ability Studies*, 16(2), 163-178.
- ÇAKAR, U. & ARBAK, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- DE JONG, E., VISSCHER, T., HIRASING, R., HEYMANS, M., SEIDELL, J. & RENDERS, C. (2013). Association between TV viewing, computer use and overweight, determinants and competing activities of screen time in 4-to 13-year-old children. *International Journal of Obesity*, 37(1), 47–53.
- DEMİR, S. (2018). *Lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının duygusal zekâ ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- DÍAZ-CASTELA, M. M., HALE, W. W., III, MUELA, J. A., ESPINOSA-FERNÁNDEZ, L., KLIMSTRA, T. & GARCÍA-LÓPEZ, L. J. (2013). The measurement of perceived emotional intelligence for Spanish adolescents with social anxiety disorder symptoms. *Anales de Psicología*, 29(2), 509-515.
- DOWNEY, L. A., JOHNSTON, P. J., HANSEN, K., BIRNEY, J. & STOUGH, C. (2010). Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviours in adolescents. *Australian Journal of Psychology*, 62(1), 20-29.

- ENGELBERG, E. & SJÖBERG, L. (2004). Internet use, social skills and adjustment. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1), 41–47.
- ERGÜN, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zekâ özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- ERTEMEL, A.V. & AYDIN, G. (2018). Dijital Ekonomide Teknoloji Bağımlılığı ve Çözüm Önerileri. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions* 5(4), 665–690.
- EXTREMERA, N., DURÁN, A. & REY, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism/pessimism: analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 1069-1079.
- FAR, N. S., SAMAREIN, Z. A., YEKLEH, M., TAHMASEBI, S. & YARYARI, F. (2014). Relationship between the components of emotional intelligence and internet addiction of students in Kharazmi University. *Int J Psychol Behav Res*, 3(1), 60-6.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P., EXTREMERA, N. & RAMOS, N. (2003). Inteligencia emocional y depresión. *Encuentros en psicología social*, 1(5), 251-254.
- FREDERICKSON, N., PETRIDES, K. V. & SIMMONDS, E. (2012). Trait emotional intelligence as a predictor of socioemotional outcomes in early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 323-328.
- GOLEMAN, D. (2010). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* (Çeviren: Banu Seçkin Yüksel). 33. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları.
- GRIFFITHS, M. (2000). Does Internet and Computer “Addiction” Exist? Some Case Study Evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(2), 211-218.
- HAFIZOĞLU, Ş. (2007). *Ergenlerde Duygusal Zekâ, Ruhsal Uyum ve Davranış Problemleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- HAMISSI, J., BABAIE, M., HOSSEINI, M. VE BABAIE, F. (2013). Üniversite öğrencileri arasında duygusal zekâ ve teknoloji bağımlılığı ilişkisi. *Uluslararası Dahili Tıp ve Halk Sağlığı İşbirliği Araştırmaları Dergisi*, 5(5), 310.
- KARASAR, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- LYUSIN, D. (2006). Emotional intelligence as a mixed construct: Its relation to personality and gender. *Journal of Russian and East European Psychology*, 44, 54-68. doi:10.2753/RPO1061-0405440604
- MARZUKI, N. A., MUSTAFFA, C. S. & SAAD, Z. M. (2015). Emotional intelligence: Its relationship with communication and information technology skills. *Asian Social Science*, 11(15), 267-274.
- MAYER, J. D., ROBERTS, R. D. & BARSADE, S. G. (2008). Human abilities: emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507-536.
- MAYER, J. & SALOVEY, P. (1997). *What is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence*. New York: Basic Books.
- McLAUGHLIN, K. A., HATZENBUEHLER, M. L., MENNIN, D. S. & NOLEN-HOEKSEMA, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: a Prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544-554.
- MITCHELL, J., PATE, R., BEETS, M. & NADER, P. (2013). Time spent in sedentary behavior and changes in childhood BMI: A longitudinal study from ages 9 to 15 years. *International Journal of Obesity*, 37(1), 54–60.
- MUSTAFAOĞLU, R., ZIREK, E., YASACI, Z. & RAZAK ÖZDİNÇLER, A. (2018). Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 5, 227–247. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.2.0051>

- PARKER, J. D. A., TAYLOR, R. N., EASTABROOK, J. M., SCHELL, S. L. & WOOD, L. M. (2008). Problem gambling in adolescence: relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 45, 174-180.
- REPETTO, E., PENA, M. & LOZANO, S. (2006). Adaptación y validación del emotional intelligence inventory. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 181-189.
- RESURRECCIÓN, D. M., SALGUERO, J. M. & RUIZ-ARANDA, D. (2014). Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 37(4), 461-472.
- RUIZ-ARANDA, D., CASTILLO, R., SALGUERO, J. M., CABELLO, R., FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. & BALLUERKA, N. (2012). Short- and midterm effects of emotional intelligence training on adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health*, 51, 462-467.
- RUIZ-ARANDA, D., FERNÁNDEZ-BERROCAL, P., CABELLO, R. & EXTREMERA, N. (2006). Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 223-230.
- SALGUERO, J. M., PALOMERA, R. & FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. (2012). Perceived emotional intelligence as predictor of psychological adjustment in adolescents: a 1-year prospective study. *European Journal of Psychology of Education*, 27(1), 21-34.
- SEO M., KANG, H. S. & CHAE, S. M. (2012). Emotional Competence and Online Game Use in Adolescents. *Computers, Informatics, Nursing*, 30(12), 640-646.
- SEZEN, M. F. & MURAT, M. (2018). Ergenlerde Akran Zorbalığı, İnternet Bağımlılığı ve Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 160-182.
- SJOBORG, L. (2008). *Emotional intelligence and life adjustment*. International Journal C. Cassady, M.A. Eissa(Eds.), Emotional Intelligence: Perspective on Educational & Positive Psychology, 169-184.
- SÖNMEZ, V. & ALACAPINAR, G. F. (2011). *Örneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- STUMP, G. S., HUSMAN, J. & CORBY, M. (2014). Engineering students' intelligence beliefs and learning. *Journal of Engineering Education*, 103(3), 369-387.
- USTA, S. (2017). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Van DEURSEN A.J.A.M., BOLLE C.L., HEGNER S.M. & KOMMERS, P.A.M. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420
- WOODS, J. S. (2001). An investigation of the relationships among emotional intelligence levels, Holland's academic environments, and community college student's Internet use. Unpublished doctoral dissertation. Mississippi State University. *Dissertation Abstracts International* 62(5-A), 1813.
- YALNIZCA YILDIRIM, S. (2015). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının yordayıcıları olarak anne-baba tutumları ve duygusal zekâ*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- YAPÇA KAYPAKLI, G. (2017). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunda akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı ve duygusal zekâ ile ilişkili özellikler*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- YILMAZ, E., ŞAHİN, Y. L., HASESKİ, H. İ. & EROL, O. (2014). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi - Journal of Educational Sciences Research*, 4(1), 133-144.