

Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Öğrenmenin İnternet Kötüye Kullanımına Etkisi

Sinan Okur¹, Tarık Totan²

Özet: Her geçen gün daha fazla gelişen ve milenyum çağında insanların yaşamlarında önemli bir yere sahip olan internet, sağladığı kolaylıklardan dolayı vazgeçilmez bir iletişim aracı haline gelmiştir. Fakat internetin aşırı, bilinçsiz ve kontrolsüz kullanımı sonucunda başta ergenler olmak üzere birçok insanın interneti kötüye kullandığı görülmüştür. İnternet kötüye kullanımında olduğu gibi sosyal ve duygusal öğrenmenin de özellikle ergenler için önemli olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda sosyal duygusal öğrenmenin internetin kötüye kullanımına etkisinin nasıl olacağı merak edilmektedir. Bu çalışmada amaç, ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeylerinin internet kötüye kullanımına etkisini incelemektir. Araştırmada veri toplama araçları olarak Sosyal ve Duygusal Öğrenme Ölçeği, Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmaya 155 kız öğrenci (%48,4) ve 165 erkek öğrenci (%51,6) olmak üzere toplam 320 ergen katılmıştır. Araştırma yapıldığı dönemde bu öğrencilerin 122'si (%38,1) birinci, 113'ü (%35,3) ikinci, 85'i ise (%26,6) üçüncü sınıfa devam eden lise öğrencisidir. Araştırma sonucunda ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeyleri ile internet kötüye kullanım puanları arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu, bunun dışında da sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını istatistiksel olarak yordadığı bulunmuştur. Ayrıca sosyal ve duygusal öğrenme değişkeninin alt boyutları olan öz-yönetim, ilişki kurma becerisi ve sorumlu bir şekilde karar verme becerisinin internet kötüye kullanımını negatif yönde manidar düzeyde yordadığı da tespit edilmiştir. Bunun dışında yapılan analiz sonuçları, modelde cinsiyetin yordayıcı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Elde edilen bu bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal ve Duygusal Öğrenme, İnternet Kötüye Kullanımı, Ergenlik.

Geliş Tarihi: 30.04.2020 – **Kabul Tarihi:** 03.03.2021 – **Yayın Tarihi:** 25.03.2021

DOI: 10.29329/mjer.2021.340.8

THE EFFECT OF SOCIAL AND EMOTIONAL LEARNING ON INTERNET ABUSE IN ADOLESCENTS

Abstract: The internet, which is developing more and more and has an important place in the lives of people in the millennium, has become an indispensable communication tool due to the convenience it provides. However, as a result of excessive, unconscious and uncontrolled use of the internet, many people, especially adolescents,

¹ **Sinan Okur**, Öğr. Gör., Eğitim Bilimleri Bölümü, Milli Savunma Üniversitesi Hava Harp Okulu, ORCID: 0000-0002-3439-5907

Correspondence: okursinan8@gmail.com

² **Tarık Totan**, Prof.Dr., Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, ORCID: 0000-0001-8859-3338

have been found to abuse the Internet. As with internet abuse, social and emotional learning is considered to be especially important for adolescents. In this respect, it is wondered how social emotional learning will have an impact on internet abuse. The aim of this study is to examine the effect of social and emotional learning levels of adolescents on internet abuse. In the research, Social and Emotional Learning Scale, Young Internet Addiction Test Short Form and personal information form were used as data collection tools. A total of 320 adolescents, 155 female students (48,4%) and 165 male students (51,6%), participated in the study. During the study period, 122 (38,1%) of these students were high school students, while 113 (35,3%) were in the second grade and 85 (26,6%) were in the third grade. As a result of the study, it was found that there was a moderate negative relationship between adolescents' social and emotional learning levels and internet abuse scores. In addition, it was found that social and emotional learning statistically predicted internet abuse. In addition, it has been found that self-management, relationship building skills and decision-making skills, which are the sub-dimensions of the social and emotional learning variable, negatively predict the internet abuse. Apart from this, the analysis results revealed that gender doesn't have a predictive effect on the model. These findings were discussed in the light of the literature.

Keywords: Social and Emotional Learning, Abuse of the Internet, Adolesence.

GİRİŞ

Her geçen gün daha fazla gelişen ve günümüzde insanların yaşamlarında önemli bir yere sahip olan internet, sağladığı kolaylıklardan dolayı vazgeçilmez bir iletişim aracı haline gelmiştir. Milenyum ağında tüm dünyada yaşanan teknolojik gelişmeler sonucunda insanların yaşamının merkezinde yer alan internet, insanların birbirleriyle kolaylıkla iletişim kurduğu, bilgiye hızlıca ulaştığı ve günlük işlerini halledebildiği bir araç olarak tanımlanmaktadır (Candemir-Karabur, 2017). Günümüzde sürekli gelişen internet, hemen hemen herkes tarafından kullanılan bir iletişim aracı haline gelmiştir. Hem ucuz hem de ekonomik olan internetin tüm dünyada giderek yaygınlaştığı yapılan araştırmalarda göze çarpmaktadır. Internet World Stats tarafından 2017 yılında yapılan araştırmaya göre dünya nüfusunun %49,6'sı interneti kullanmaktadır. Yine aynı yıl ülke bazında yapılan araştırmada ise, Türkiye'de interneti 41 milyondan fazla insanın kullandığı tespit edilmiştir. We Are Social tarafından 2018 yılında yayınlanan raporda ise, dünya nüfusunun %53'ünün internet kullanıcısı olduğu belirlenmiştir (Kemp, 2018). 2019 yılında Worldometers tarafından yapılan başka bir araştırmada da dünyada 4,1 milyar insanın interneti kullandığı saptanmıştır. We Are Social tarafından 2020 yılının raporlarına göz atıldığında dünyada 4,5 milyardan fazla insanın interneti kullandığı ve ülkemizde ise nüfusun %74'ünün, bir diğer ifadeyle 62 milyon insanın internet kullanıcısı olduğu belirlenmiştir. Tüm bu veriler dikkate alındığında her geçen gün internet kullanıcı sayısının hem ülkemizde hem de dünyada hızla arttığı söylenbilir.

Ucuz, seri ve hızlıca ulaşılabilen internet sosyalleşme, eğitim, sağlık, bankacılık işlemleri gibi birçok kolaylığı beraberinde getirirken, tüm bu imknlardan ötürü aşır ve kötüye kullanım bazı problemlere neden olmaktadır. Yapılan araştırmalara bakıldığında internetin kötüye kullanımı

sonucunda insanların günlük işlerini aksattıkları, akademik ve mesleki yönden düşüş yaşadıkları, kişilerarası ilişkilerinde problemler yaşadıkları, uzun saatler boyunca internet başında kaldıkları, fiziksel ihtiyaçlarını karşılamayı ihmal ettikleri ve dahası bunun sonucunda ciddi rahatsızlıklar yaşadıkları görülmüştür (Bulut, 2019; Canoğulları ve Güçray, 2017; Caplan, 2002; Eagen, 2008; Gámez-Guadix, Calvete, Orue ve Las-Hayas, 2015; Kılıç ve Durat, 2017; Koyama ve diğerleri, 2010; Okur, Özkan ve Arslan, 2019). İnternetin birçok olumlu yanı olmasına rağmen kontrolsüz ve bilinçsiz şekilde kötüye kullanımı, internet bağımlılığının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

İnternet bağımlılığı ile ilgili alanyazında birçok farklı tanım yapılmıştır. Bu tanımlara bakıldığında insanların internet kullanımında kontrolü yitirmesi ve sonucunda akademik, sosyal ve psikolojik olarak olumsuz etkilenmesi internet bağımlılığı olarak açıklanmıştır (Davis, 2001). Bir başka tanımda internet bağımlılığı aşırı internet kullanımı sonucu zaman kavramının yitirilmesi, temel sorumlulukların yapılmaması ve yoksunluk ile tolerans belirtilerinin görülmesi olarak tanımlanmıştır (Ceyhan, 2008; Young, 2004). Hem yurt içindeki hem de yurt dışındaki alanyazında, bilinçsiz ve kontrolsüz internet kullanımının net bir tanı kriteri olmadığından ve çeşitli ölçekler geliştirilerek konu ele alındığından internet bağımlılığı, problemlerli internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, kompulsif internet kullanımı, aşırı internet kullanımı, internet bağıllığı, internetomani, kompulsif bilgisayar kullanımı ve internet kötüye kullanımı gibi farklı kavramlarla ifade edilmiştir (Okur, 2019). İnternet kötüye kullanımı, bireylerin interneti aşırı ve kontrolsüz şekilde kullanmaları sonucunda günlük yaşamlarının olumsuz etkilenmesi olarak ifade edilebilir. Günüş'e (2009) göre alanyazında kullanılan tüm kavramların ortak noktası, internetin bilinçsizce kötüye kullanılmasıdır. Bu kavramlar araştırmalarda birbirlerinin yerine kullanılmakta ve net bir ayırım yapılamamaktadır. Bu çalışmada genel olarak internet kötüye kullanımı kavramı tercih edilse de bazı yerlerde internet bağımlılığı kavramına da yer verilmiştir.

İnternet kötüye kullanımının başta ergenler olmak üzere tüm bireyleri etkilemesinden dolayı bu konuda yapılan araştırmalar son yıllarda artmıştır. Tıpkı internet kötüye kullanımı kavramı gibi sosyal ve duygusal öğrenme kavramı da 1990'lardan sonra önem kazanmış ve alanyazında bu konuyla ilgili araştırmalar günümüzde sıklıkla yapılmaya başlanmıştır. Sosyal ve duygusal öğrenme, çocukların ve ergenlerin hem sosyal hem duygusal hem de akademik gelişimlerini sağlamak amacıyla bazı özellikler kazanma süreci olarak ifade edilmektedir (Kabakçı ve Korkut-Owen, 2010). Elias ve diğerlerine (1997) göre ise sosyal ve duygusal öğrenme öğrencilerin farkındalık kazanmalarını, öz-düzenleme becerisine sahip olmalarını, sosyalleşmelerini ve hem duygularını tanıyıp hem de ifade edebilmelerini sağlayan öğrenme olarak tanımlanmaktadır. Kısacası sosyal ve duygusal öğrenme, bireylerin kendi yaşamını düzenleyip yönetebilmesini ve kişilerarası ilişkilerde bulunarak sosyal varlık olmasını sağlamaktadır.

Sosyal ve duygusal öğrenmenin kökeni çok eskilere dayanmasına rağmen son yirmi yılda daha fazla önem kazanmıştır. Fetzer Enstitüsü tarafından 1994 senesinde düzenlenen konferans, sosyal ve

duygusal öğrenme için önemli bir eşik olmuştur (Schaps, 2010; Totan, 2011). Bunun dışında, 1980 sonrasında ortaya çıkan farklı zekâ türlerinin etkisiyle sosyal ve duygusal öğrenme daha da önem kazanmıştır (Soylu, 2007). Özellikle duygusal zekâ kavramının ortaya atılmasıyla birlikte öğrencilerin akademik başarılarında farklı etkenlerin rol oynayabileceğine dikkat çekilmiştir (Zins, Payton, Weissberg ve Utne O'Brien, 2007). Bu yüzden, sosyal ve duygusal öğrenme kavramı son yıllarda alanyazında daha fazla vurgulanmıştır. Öğrencinin akademik başarısının artması, davranış bozukluklarının ve çevreyle uyumsuz davranışların azalması, kişisel ve kişilerarası ilişkilerini sağlıklı şekilde yönetebilmesi, problemle baş etme becerisi kazanması gibi konularda sosyal ve duygusal öğrenmenin etkili olduğu Zins, Weissberg, Wang ve Walberg (2001) tarafından ifade edilmiştir. Ayrıca Beşbudak (2018) sosyal ve duygusal öğrenme sayesinde bireylerin duygularını daha kolay yönetebildiğinden söz etmiştir. Sosyal ve duygusal öğrenme, ergenlerin daha uyumlu bir birey olmasını sağlarken hem okul hem de yaşam performanslarının artırmaktadır (Bencivenga ve Elias, 2003; Kabakçı ve Korkut, 2008). Alanyazında yer alan bilgiler doğrultusunda, okul psikolojik danışmanlarının okullarda öğrencilere yönelik gerçekleştirecekleri etkinliklerde sosyal ve duygusal öğrenme temelli bir yaklaşım benimsemelerinin istenmeyen davranışların azalmasını ve istenen davranışların artmasını kolaylaştıracağı söylenebilir.

Okullarda yaşanan problemlerinin önüne geçmek ve öğrencileri akademik yönden desteklemek amacıyla sosyal ve duygusal öğrenme temelli eğitim programları geliştirilmeye başlanmıştır (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], 2003). Akademik, Sosyal ve Duygusal Öğrenme için İşbirliği esaslı bu yaklaşımda temel amaç, öğrencinin tüm yönlerinin gelişimini sağlamaktır (Durlak ve Weissberg, 2010; Uşaklı, 2015; Zins ve diğerleri, 2007). Bu öğrenme modeli (1) Öz-farkındalık, (2) Sosyal farkındalık, (3) Öz-yönetim, (4) İlişki kurma ve (5) Sorumlu bir şekilde karar verme olmak üzere beş yetkinlik alanına dayanmaktadır (Beşbudak, 2018). *Öz-farkındalık*, bireylerin kendi duygu ve düşüncelerinin farkında olması ve gerçekçi bir şekilde kendisini değerlendirmesi, *sosyal farkındalık* ise bireyin başka insanların duygu ile düşüncelerini anlaması ve değerlendirmesidir. *Öz-yönetim*, amaçlarına ulaşırken keyif alması ve kendine yönelik farkındalığının olmasıyken; *ilişki kurma becerileri*, bireylerin diğer insanlarla sağlıklı iletişim kurması olarak açıklanmaktadır. Son yetkinlik alanı olan sorumlu *bir şekilde karar verebilme* ise, bireylerin birçok farklı yolu düşünerek hareket etmesi ve sorumluluklarını bilerek bir seçim yapması olarak ifade edilmektedir. Bu yetkinlik alanlarının okullarda uygulanan psiko-eğitim programları tarafından desteklendiği Durlak, Dymnicki, Taylor, Weissberg ve Schellinger'in (2011) yaptığı meta-analiz çalışmasında tespit edilmiştir.

Bunun dışında sosyal ve duygusal öğrenme esaslı eğitim programlarının okula bağlılığı olumlu yönde etkilendiğini gösteren birçok araştırmaya alanyazında rastlanmıştır (Mason ve Chuang, 2001; Pierce ve Shields, 1998; Reschly, Huebner, Appleton ve Antaramian, 2008). Bu çalışmalarda ergenlerin sosyal ve duygusal becerileri öğrenmelerini sağlayan programlar ile akran baskısının,

madde kötüye kullanımının, okula karşı olumsuz tutumun azaldığı görülmüş ve okula bağlılığın arttığı saptanmıştır. Ayrıca Yang (2015) tarafından yapılan çalışmada sosyal ve duygusal öğrenme temelli öğrenci-öğretmen ilişkisinin okula bağlılığı arttırdığı ve olumsuz davranışlarda azalmayı sağladığı tespit edilmiştir. Tüm bu araştırmalar özellikle ergenlerde sosyal ve duygusal becerilerinin geliştirilmesinin okula devamlılığı sağlamada önemli olduğunu ve okul içinde davranış bozukluklarını azalttığını göstermektedir. Özetle, sosyal ve duygusal öğrenme ile hem çocuklarda hem de ergenlerde istenmeyen davranışların azaltılabileceği ve istenen davranışların pekiştirilebileceği alanyazında kanıtlanmıştır.

Hem Türkiye’de hem de yurt dışında yapılan birçok araştırma, ergenlerde internet kötüye kullanımının yaygın olduğunu ve ergenlerin internet kötüye kullanımı konusunda en büyük risk grubu olduğunu göstermiştir (Can, 2018; Lenhart, Smith, Anderson, Duggan ve Perrin, 2015; Peker, Nebioğlu ve Ödemiş, 2019; Yu, Li ve Zhang, 2015). Ergenler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarda internet kötüye kullanımı kavramının birçok farklı değişkenle birlikte ele alındığı görülürken sosyal ve duygusal öğrenme kavramı ile yapılan herhangi bir araştırmaya alanyazında rastlanmamıştır. Bu araştırmada, ergenlerin internet kötüye kullanımı konusunda risk grubu (Kuss, Griffiths ve Binder, 2013; Öztürk, Odabaşıoğlu, Eraslan, Genç ve Kalyoncu, 2007; Siyez, 2014) olmaları ve ergenler için sosyal ve duygusal öğrenmenin önemli olduğu (Bencivenga ve Elias, 2003; Morrison, Storino, Robertson, Weissglass ve Dondero, 2000; Totan, 2011) göz önüne alındığında, sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını nasıl etkileyeceğinin araştırılması önemlidir. Bu doğrultuda yapılan bu çalışmanın alanyazında önemli bir boşluğu dolduracağına inanılmaktadır. Çalışmanın amacı, ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeylerinin internet kötüye kullanımını nasıl etkilediğini incelemek ve internet kötüye kullanımını azaltmada sosyal ve duygusal öğrenmenin etkililiğini araştırmaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırma ilişkisel tarama modeline dayanmaktadır. Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel (2015) ilişkisel tarama modelini sayısı iki veya ikiden çok olan değişkenler arasında var olan ilişkinin açıklanmasını ya da tahmin edilmesini sağlayan bir yöntem olarak açıklamaktadır. Araştırmanın yordayıcı değişkenleri (X) sosyal ve duygusal öğrenmenin alt bileşenleri olan öz-farkındalık, sosyal farkındalık, ilişki kurma becerileri, sorumlu bir şekilde karar verme becerileriyle bu bileşenin toplamından oluşan sosyal ve duygusal öğrenmedir. Araştırmanın yordanan değişkeni (Y) ise internet kötüye kullanımınıdır.

Araştırma Katılımcıları

Bu araştırmanın katılımcıları 2018-2019 eğitim öğretim yılında İzmir ilinde farklı Anadolu liselerinde okuyan 9., 10. ve 11. sınıf öğrencilerden oluşmuştur. Araştırma kapsamında seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun/kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların 155'i kız (%48,4), 165'i ise erkek (%51,6) erkek öğrenci olmak üzere toplam 320 ergendir. Araştırma yapıldığı sırada bu grubun 122'si (%38,1) birinci, 113'ü (%35,3) ikinci, 85'i ise (%26,6) üçüncü sınıfa devam eden lise öğrencisidir. Bu öğrencilerin yaş aralıkları 14 ile 18 arasındadır. Yaş ortalamaları ise 15 yaş 8 aydır. Katılımcıların 6'sı (%1,9) köyde, 5'i (%1,6) kasabada, 47'si (%14,6) şehirde ve 262'si (%81,9) büyükşehirde yaşamının çoğunu geçirdiğini belirtmiştir.

Ölçme Araçları

Bu çalışmada verileri toplamak amacıyla Totan'ın (2018) geliştirdiği *Sosyal ve Duygusal Öğrenme Ölçeği* ile Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan *Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği* kullanılmıştır. Bunun dışında ergenlerin demografik bilgilerini alabilmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formundan yararlanılmıştır.

Sosyal ve Duygusal Öğrenme Ölçeği

Sosyal ve duygusal öğrenmeyi kuramsal temelinde beş farklı değişkende incelemek amacıyla Totan (2018) tarafından geliştirilen bu ölçek toplamda 23 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddelerinin puanlaması 5'li dereceleme (1=Hiç doğru değil, 2=Doğru değil, 3=Kısmen doğru, 4=Doğru, 5= Tamamen doğru) şeklinde yapılmaktadır. Ölçek toplamında alınan yüksek puanlar katılımcının yeteneğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Geliştirilme çalışmasında açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin beş boyutunun varyansın %48'ini açıkladığı ve ölçek maddelerinin .47 ile .81 aralığında olduğu rapor edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır ve elde edilen sonuçlar ölçeğin öz-farkındalık, sosyal farkındalık, öz-yönetim, ilişki kurma becerileri ve sorumlu bir şekilde karar verme olmak üzere 5 alt boyuta sahip olduğunu göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarında Totan (2018) model ile veri arasında yeterli uyumun olduğunu belirlemiştir ($\chi^2= 16.50$, $\chi^2/sd= 3.3$, GFI= 0.99, AGFI= .97, RMR= .003, SRMR= .003). Sosyal ve duygusal öğrenme ölçeğinin yakınsak geçerlik çalışmasında daha önce geliştirilen bir dizi ölçekle ilişkili olduğunu bulmuştur. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .70 ile .83 aralığında toplamda .92 olarak bulunurken, McDonald Omega iç tutarlık katsayısı .94, test tekrar test sonuçları ise .75 ile .78 aralığında olduğu rapor edilmiştir. Bu araştırma için toplam puan için iç tutarlığı .83 düzeyinde belirlenmiştir.

Young İnternet Bağımlılığı Testi (Kısa Form)

Young (1998) tarafından geliştirilen bu ölçeğin araştırmada kullanılan kısa formunu Pawlikowski, Altstötter-Gleich ve Brand (2013) oluşturmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasını ise Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan (2016) yürütmüştür. Kısa formunda toplamda 12 maddeden oluşan

ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığına işaret etmektedir. Türkçeye uyarlama çalışması sırasında araştırmacılar temel bileşenler analizinde yamaç çizgi grafiğinin tek boyutluluk gösterdiğini, açımlayıcı faktör analizinde ise ölçeğin tek boyutunun varyansın toplamda %39.52'sini açıkladığını belirlemişlerdir. Doğrulamalı faktör analizinde ölçeğin 12 maddelik kısa formuna ait modeliyle araştırma verisi arasında yeterli uyumun olduğuna ulaşmışlardır ($\chi^2=141.93$, $sd=51$, $RMSEA=.080$, $GFI=.90$, $CFI=.90$ ve $IFI=.90$). Araştırmacılar ölçek maddelerin %27'lik alt ve üst grupları istatistiksel olarak anlamlı düzeye ayırt edebildiğini bulmuşlardır. Bununla birlikte ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı ve test tekrar test katsayıları .86 olarak rapor edilmiştir. Başka bir çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .88 olarak rapor edilmiştir (Totan, Ercan ve Öztürk, 2019). Bu araştırmada ölçeğin toplamı için Cronbach alfa değeri .86 olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışmada ergenlerin demografik özelliklerini saptamak amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Formda katılımcılara cinsiyeti, yaşı, sınıf düzeyi ve hayatının büyük kısmında yaşadığı yer sorulmuştur. Bu form öğrencilere verilirken herhangi bir kimlik bilgisinin de istenmediği hatırlatılmıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırmanın verileri 2018-2019 eğitim öğretim yılında araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Katılımcılara araştırma hakkında bilgilendirme yapılmış, sözlü onamları alınmış ve gönüllülüğün esas olduğu bildirilmiştir. Sonrasında kâğıt ile kalem kullanılarak yaklaşık yirmi dakikada toplanan veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Araştırma verileri 2020 yılından önce toplandığı için herhangi bir etik kurul izni alınmamıştır.

Veri Analizi

Araştırmada kullanılan verinin çok değişkenli istatistikler için ön hazırlığı yapılmıştır. Bu adımda frekans tablolarıyla hatalı kodlama ve boş değerler incelenmiştir. Aykırı değerler grafiklerle incelenmiştir. %5'ten daha fazla soruya boş yanıt veren, aykırı değer olarak belirlenen toplamda 24 katılımcıya ait veri araştırma verisinden çıkarılmıştır. Sonrasında çoklu bağıntı ve doğrusallık varsayımları incelenmiştir. Araştırma verisinde çoklu bağıntı sorunu olmadığı, yordayıcı değişkenlerle yordanan değişken arasında çizilen eğim grafiklerinde doğrusallığın bulunduğu belirlenmiştir. Her bir değişkene ait betimsel istatistik ve iç tutarlılık katsayıları rapor edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısıyla incelenmiştir. Regresyon analizlerinde tek değişkenli doğrusal regresyon analiziyle çok değişkenli doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan bir istatistiksel yöntemlerin analizlerinde SPSS programıyla yapılmıştır.

BULGULAR

Bulguların ilk adımında araştırma değişkenlerinde çok değişkenli istatistikler için gerekli olan varsayımların karşılanma düzeyi incelenmiştir. Araştırmanın yordayıcı değişkenleri olan sosyal ve duygusal öğrenme beceri alanlarıyla yordanan değişken olan internet kötüye kullanımında aykırı değer bulunmadığı, basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1 ile -1 arasında olduğu ve Kolmogorov-Smirnov analiz sonuçlarının .05 düzeyinde istatistiksel olarak anlamsız olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Değişkenler arasında doğrusallık grafikleri çizildiğinde her bir bağımsız değişken ve bağımlı değişken arasında doğrusallığın bulunduğu belirlenmiştir. Bu bulguların çok değişkenli istatistikler için yeterli olduğu kabul edilerek araştırma değişkenleri arasındaki ikili ilişkiler ve betimsel istatistik bulguları incelenmiştir. Bu bulgulara ait istatistiksel sonuçlara aşağıda Tablo 1’de yer verilmiştir.

Tablo 1. Sosyal ve Duygusal Öğrenme Bileşenleriyle İnternet Kötüye Kullanımı Arasındaki Korelasyonlar ve Betimsel İstatistik Bulguları

Araştırma değişkenleri	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]	Ort.	s.s.
Öz-farkındalık [1]							23,55	3,29
Sosyal farkındalık [2]	.55*						15,00	2,51
Öz-yönetim [3]	.45*	.45*					14,12	2,69
İlişki kurma becerileri [4]	.38*	.40*	.44*				18,34	2,96
Sorumlu bir şekilde karar verme becerileri [5]	.52*	.55*	.59*	.53*			15,45	2,69
Sosyal ve duygusal öğrenme [6]	.78*	.77*	.76*	.72*	.82*		86,46	10,83
İnternet kötüye kullanımı [7]	-.21*	-.18*	-.30	-.30*	-.33*	-.34*	31,93	9,82

Ort: Ortalama,
s.s: Standart sapma

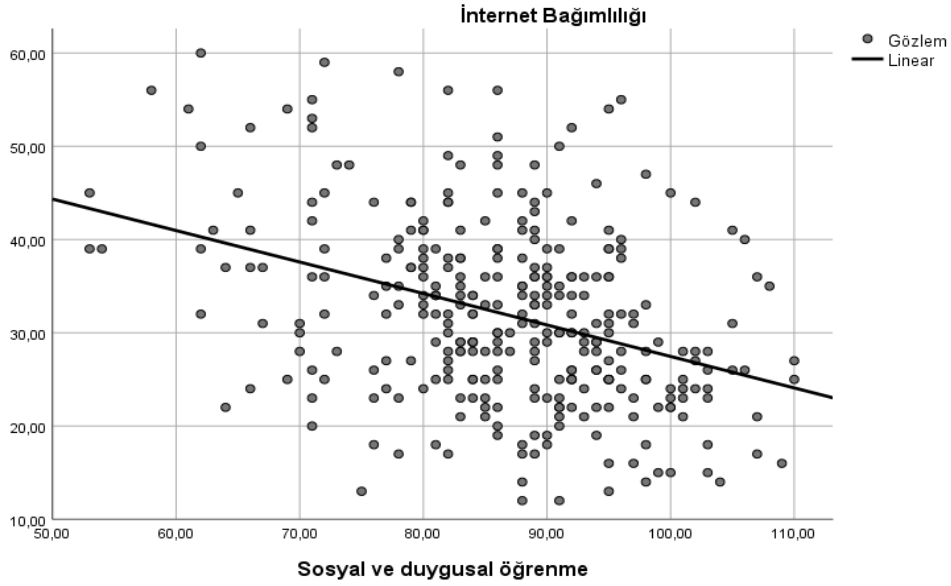
* $p < .001$

Sosyal ve duygusal öğrenmenin alt boyutlarının kendi aralarında .38 ile .59 arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip oldukları belirlenmiştir. Bu alt boyutların toplamları olan sosyal ve duygusal öğrenmeyle ise ilişkileri .72 ile .82 aralığında pozitif yönlüdür. Sosyal ve duygusal öğrenme alt boyutlarının tümünün -.18 ile -.22 aralığında internet kötüye kullanımıyla negatif yönde manidar ilişkili olduğu, sosyal ve duygusal öğrenmenin ise internet kötüye kullanımıyla -.34 düzeyinde negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Tüm ilişkiler için 1000 örneklemede Bootstrap yapılarak incelenmiştir. Sonuçlara göre ikili ilişkiler için ulaşılan korelasyon katsayıları için oluşturulan tüm %95 Güven aralığındaki değerlerin alt ve üst sınırları arasında 0 değeri olmadığı gözlenmiştir. Yordayıcı değişkenler olarak öz-farkındalık, sosyal farkındalık, öz-yönetim, ilişki kurma becerileri ve sorumlu bir şekilde kararda verme becerilerinin tümünün internet kötüye kullanımına olan etki düzeyi çoklu doğrusal regresyon analiziyle incelenmiştir. Elde edilen bulgulara ait istatistiksel sonuçlar Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Sosyal ve Duygusal Öğrenme Boyutlarının İnternet Kötüye Kullanımına Etkisine Yönelik Regresyon Sonuçları

Yordayıcı değişken (X)	Standartlaştırılmamış katsayılar		Stnd. β katsayısı	t	p	%95 Güven aralığı	
	β	s.h.				Alt sınır	Üst sınır
Sabit	59,102	4,263		13,865	,000*		
Öz-farkındalık	-,073	,196	-,024	-,370	,711	-,458	,313
Sosyal farkındalık	,166	,264	,042	,629	,530	-,353	,685
Öz-yönetim	-,628	,245	-,169	-2,567	,011*	-1,110	-,147
İlişki kurma becerileri	-,440	,209	-,133	-2,108	,036*	-,851	-,029
Sorumlu bir şekilde karar verme becerileri	-,706	,270	-,192	-2,612	,009*	-1,238	-,174
$R = .40$		$R^2 = .15$					
$F_{3-313} = 12,01$		$p = .000$					

Çoklu doğrusal regresyon analizin sosyal ve duygusal öğrenme alt boyutlarının tümü aynı anda internet kötüye kullanımını yordama düzeyi incelenmiştir. Tüm değişkenler aynı anda regresyon modeline girmiştir. Sonuçlara göre beş yordayıcı değişkenin tümünün model olması istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{3-313} = 12,01$, $p = .000$). Öz-farkındalık, sosyal farkındalık, öz-yönetim, ilişki kurma becerileri ve sorumlu bir şekilde karar verme becerileri birlikte internet kötüye kullanımını açıklamada orta düzeyde ilişki vermektedir ($R = .40$). Bu değişkenlerin tümü internet kötüye kullanımındaki varyansın %15'ini açıklamaktadır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre yordayıcı değişkenlerin önem sırası; öz-farkındalık ($\beta = -.02$), sosyal farkındalık ($\beta = -.04$), ilişki kurma becerileri ($\beta = -.13$), öz-yönetim ($\beta = -.17$) ve sorumlu bir şekilde karar verme becerileridir ($\beta = -.19$). Ancak yordayıcı değişkenlerin anlamlılığını belirlemek amacıyla t değerlerine ait önem değerleri incelendiğinde öz-yönetim, ilişki kurma becerileri ve sorumlu bir şekilde karar verme becerilerinin internet kötüye kullanımının istatistiksel olarak anlamlı yordayıcıları oldukları belirlenmiştir. Öz-farkındalık ve sosyal farkındalık değişkenleri ise internet kötüye kullanımının istatistiksel olarak anlamlı yordayıcısı değildir. Beş temel değişkenden oluşan sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını yordamasına yönelik analizler aşağıda yer almaktadır (Şekil-1).



Şekil 1. Sosyal ve Duygusal Öğrenmenin İnternet Bağımlılığına Olan Etkisine Yönelik Eğri Tahmin Grafiği

Sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını yordamasına yönelik analizler öncesinde yordayıcı değişkenin yordanan değişkeni açıklamada matematiksel olarak en uygun fonksiyonun hangisi olduğunu belirlemek amacıyla fonksiyon tahmini işlemi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre en iyi fonksiyon tahminin doğrusal (linear) modelin verdiği belirlenmiştir ($R^2 = .12$, $F_{1,318} = 41.53$, $p = .000$). Sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımına olan etkisini incelemek için doğrusal regresyon modeli kullanılırken cinsiyette göstermelik değişken (Referans = Kız öğrenci) olarak modele eklenmiştir. Analizler sonucunda sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını yordadığı ($\beta = -.33$, $t = 619$, $p = .000$, %95 GA alt sınır = -1,58, üst sınır = -.82) belirlenmiştir. Ancak bu modelde cinsiyetin ($\beta = -.08$, $t = 1,57$, $p = .118$) yordayıcı değişken olmadığına ulaşılmıştır.

TARTIŞMA

Bu araştırmada amaç, ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeylerinin internet kötüye kullanımına etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda yapılan analizler, katılımcıların sosyal ve duygusal öğrenme düzeyleri ile internet kötüye kullanımı puanları arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğunu, bunun dışında da sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımını istatistiksel olarak yordadığını göstermiştir. Ayrıca sosyal ve duygusal öğrenme değişkeninin alt boyutları olan öz-yönetim, ilişki kurma becerisi ve sorumlu bir şekilde karar verme becerisinin internet kötüye kullanımını negatif yönde manidar düzeyde yordadığı da tespit edilmiştir. Bunun dışında yapılan analiz sonuçları, modelde cinsiyetin yordayıcı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Elde edilen bu bulgular, ergenlerde internet kötüye kullanımını azaltmada sosyal ve duygusal öğrenme programlarının geliştirilmesinin gerekliliğini göstermiştir.

Bu çalışmada ulaşılan bulgulara bakıldığında, bireylerin ilişki kurma becerilerinin zayıf olması daha fazla internet kullanıcısı olmalarına ve bu doğrultuda interneti kötüye kullanmalarına neden olabilmektedir. Yüz yüze sağlıklı iletişim ve ilişki kuramayan bireylerin yalnızlığı tercih ettiklerinden ve problemlili internet kullanıcısı olduklarından alanyazında söz edilmekte ve bu bulgu, alanyazın ile tutarlılık göstermektedir (Caplan, 2003; Demir ve Kutlu, 2016). İskender (2018) tarafından yapılan çalışmada da bireylerin ilişki kurmakta zorlanarak interneti daha fazla kötüye kullandıkları saptanmıştır.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise, öz-yönetimini sağlayamayan bireylerin interneti kötüye kullanma eğilimlerinin daha fazla olduğu şeklinde-dir. Bu bulguyu destekleyen ya da bulgunun zıttını belirten herhangi bir çalışmaya alanyazında rastlanmamıştır. Bunun dışında çalışmada ulaşılan diğer bir bulgu ise, karar verme sorumluluğunu alamayan bireylerin internet kötüye kullanımının daha fazla olabileceği yönündedir. Alanyazında bu bulguyu destekleyen sonuçlar olduğu grlmektedir. Örneğin; Balkaya-etin (2014) ve Okur (2019) tarafından yapılan çalışmalarda özerk davranamayıp karar veremeyen bireylerin internet kötüye kullanımlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde zteke-Kozan, Baloğlu, Kesici ve Arpacı'nın (2019) alışması da özerk olmayan ve kararlarının sorumluluğunu alamayan bireylerin daha çok problemlili internet kullanıcısı olduklarını göstermektedir.

Alanyazın incelendiğinde, sosyal ve duygusal öğrenme ile internet kötüye kullanımı arasında yapılan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Fakat sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin Facebook bağımlılığı için anlamlı olduğunu gösteren bir araştırma olduğu görülmüştür (Aftab, elik ve Sariam, 2015). Bu araştırmada elde edilen bulgu ile Aftab ve diğerleri (2015) tarafından yapılan araştırmada elde edilen bulguların benzerlik gösterdiği söylenebilir. Her iki araştırmada da internet bağımlılığının ve Facebook bağımlılığının sosyal ve duygusal öğrenmeyi negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Facebook bağımlılığının da internet bağımlılığının bir çeşidi olduğu düşünüldüğünde bu araştırmada elde edilen bulgu ile alanyazındaki bulgunun tutarlılık gösterdiği düşünülebilir.

Sosyal ve duygusal öğrenme becerisinin gelişmesi sonucunda istenmeyen başka davranışlarda azalma olduğunu gösteren araştırma bulgularına ise alanyazında sıklıkla rastlanmaktadır. Örneğin; Totan ve Kabakçı (2010) tarafından yapılan çalışmada bireylerin sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin artırılması sonucunda zorbalık davranışında azalma olduğu saptanmıştır. Zorbalığı nlemede sosyal ve duygusal öğrenmenin etkili olduğu sonucuna CASEL'den (2009) de ulaşılmıştır. Altunbaş ve zabacı (2019) tarafından yapılan çalışmada sosyal ve duygusal öğrenme programlarının okullarda disiplini sağlamayı kolaylaştırdığı, öğrenciler arasında iş birliğini sağlayıp kişilerarası ilişkileri geliştirdiği bulunmuştur. Bunun dışında, bireylerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeylerinin yükselmesi ile okula uyumun kolaylaştığı, okula bağlılığın arttığı ve okula karşı olumsuz tutum geliştirilmesinin önüne geçildiği tespit edilmiştir (Kutluay-elik, 2014; Mason ve Chuang, 2001;

Morrison ve diğerleri, 2000; Reschly ve diğerleri, 2008). Okula uyum sağlayamama problemi dışında, Çelik'in (2015) yaptığı araştırmada sosyal ve duygusal öğrenme programlarının eğitsel stresi azalttığı bulunmuştur. Ayrıca Kabasakal ve Totan (2013) tarafından gerçekleştirilen araştırma, olumsuz ruhsal durumların azalmasında sosyal ve duygusal öğrenmenin etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Alanyazına bakıldığında, sosyal ve duygusal öğrenmenin akademik birçok soruna da çözüm ürettiği görülmektedir. Elias ve Mocerı'nın (2012) yaptığı araştırmada, sosyal ve duygusal öğrenme eğitimlerinin verilmesiyle birlikte düşük akademik başarının arttığı, okulu bırakma ve dersten kaçma gibi davranışların azaldığı saptanmıştır. Bu araştırmada elde edilen sonuçların benzerlerine alanyazında başka araştırmalarda da ulaşılmıştır (Durlak ve Weissberg, 2007; Jennings, 2003; Utter ve Nyhus, 2014). Uşaklı (2015) tarafından yapılan araştırmada ise, istenmeyen davranışları azaltmada ve akademik motivasyonu artırmada sosyal ve duygusal öğrenmenin etkili olduğunu göstermiştir. Goldschmidt (2008) tarafından yapılan çalışmada sosyal ve duygusal öğrenmenin okuldaki problemlerle davranışların ve agresif tavırların azalmasında etkili olduğu bulunmuştur. Sadece okul yaşamında değil iş hayatında da sosyal ve duygusal öğrenmenin önemli olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur. Sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin geliştirilmesinin iş yaşamında da bireylere katkı sağladığı, iş veriminin ve iş doyumunun artmasında etkili olduğu, iş hayatını olumsuz etkileyecek davranışları azalttığı Uşaklı'nın (2017) yaptığı araştırmada tespit edilmiştir. Cohen (2001) tarafından da bireylerin iş yerlerinde doyum sağlaması için sosyal ve duygusal becerilerinin gelişmesi gerektiği vurgulanmıştır. Elde edilen bu bulgular hem okulda hem de işte sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin geliştirilmesi gerektiğini göstermiştir.

Günümüzde okullarda yaşanan sorunların sadece akademik sebeplerden olduğu düşünülse de gerçekte sorunlar sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin yetersiz olmasından kaynaklanmaktadır (Türnüklü, 2004). Sosyal ve duygusal öğrenme programlarının olumlu sosyal davranışları arttırdığı, öğrencilerin yaşadığı duygusal ve davranışsal sorunları ise azalttığı yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır (Totan, 2014). Bunun dışında sosyal ve duygusal öğrenme programları ile öğrencilerin yaşam doyumlarının yükseldiği (Kabakçı ve Totan, 2013), duygularını tanıdıkları ve gelişimsel görevlerine hazırlandıkları (Zins ve diğerleri, 2007) söylenmektedir.

Sosyal ve duygusal öğrenme, ergenlerin riskli davranışlarını önlemeyi ve bazı koruyucu beceriler kazandırmayı da hedeflemektedir. Bu hedef doğrultusunda ergenlerin sigara, alkol ya da madde kötüye kullanımları gibi riskli davranışlarını önlemede sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin geliştirilmesinin etkili olabileceği düşünülmektedir (Kabakçı ve Korkut, 2008). Bu düşünceye yönelik yurt dışında yapılan çalışmalarda ergenler üzerinde uygulanan sosyal ve duygusal öğrenme programlarının özellikle madde kötüye kullanımı ile ilgili etkili sonuçlar verdiği göze çarpmaktadır (Durlak ve Weissberg, 2007; Morrison ve diğerleri, 2000; Pierce ve Shields, 1998). Alanyazında yer alan bu çalışmalar sosyal ve duygusal öğrenme programlarının geliştirilerek okullarda uygulanması sonucunda ergenlerin istenmeyen davranışlarında gözle görülür bir düzeyde

azalma olacağını kanıtlamaktadır. Yapılan tüm bu araştırmalarda elde edilen bulgular, bu araştırmada elde edilen sonuç ile dolaylı yoldan tutarlılık göstermektedir. Bir başka deyişle, ergenlerin problemleri internet kullanma davranışlarını azaltmada sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin geliştirilmesinin etkili olabileceği ifade edilebilir. Bu doğrultuda sosyal ve duygusal öğrenmeye yönelik psiko-eğitsel faaliyetlere önem verilebilir. Bunun dışında başka neler yapılabileceğine yönelik diğer önerilere *Sonuç ve Öneriler* başlığı altında detaylı olarak yer verilmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme düzeyleri ile internet kötüye kullanım puanları arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu, bunun dışında da sosyal ve duygusal öğrenmenin internet kötüye kullanımı istatistiksel olarak yordadığı bulunmuştur. Ayrıca sosyal ve duygusal öğrenme değişkeninin alt boyutları olan öz-yönetim, ilişki kurma becerisi ve sorumlu bir şekilde karar verme becerisinin internet kötüye kullanımı negatif yönde manidar düzeyde yordadığı da tespit edilmiştir. Bunun dışında yapılan analiz sonuçları, modelde cinsiyetin yordayıcı bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Elde edilen bu bulgular, ergenlerde problemleri internet kullanımı davranışını azaltmada sosyal ve duygusal öğrenme programlarının geliştirilmesinin gerekliliğini göstermiştir.

Araştırma sonucuna göre ergenlerin internet bağımlısı olmalarını ya da problemleri internet kullanıcısı olmalarını önlemek amacıyla okullarda okul psikolojik danışmanları tarafından ergenlerin sosyal ve duygusal öğrenme becerilerini geliştirmeye yönelik programlar hazırlanması gerekmektedir. Bununla beraber, okul psikolojik danışmanlarının hem okul yönetimi ile hem öğretmenlerle hem de ergenin ailesiyle iş birliği içinde olması önemli görölmektedir. Ergenlerin internet kötüye kullanımı sorununa yönelik olarak geliştirilecek sosyal ve duygusal öğrenme programında öncelikle ergenin sanal dünyadan ziyade gerçekte yaşamda sağlıklı ilişkiler kuracağı ortamların yaratılmasına odaklanılmalı (Balkaya-Çetin, 2014) ve hem ailede hem de okulda sorumluluk alarak karar verebilmesi için ortam yaratılmalıdır (Cihangir-Çankaya, 2005). Bunun dışında ergenlerin kendi yaşamında hedefler belirlemesi, bu hedeflere ulaşırken keyif alması ve kendi kendilerini yönetebilmeyi öğrenmeleri sağlanmalıdır (Beşbudak, 2018). Sosyal ve duygusal becerilerini geliştirmeye yönelik programlar aracılığıyla ergenlerin öz-farkındalıkları ve sosyal farkındalıkları da geliştirilmelidir. Sosyal ve duygusal öğrenme temelli programlar aracılığıyla ergenlerin yaşamlarının anlamını bulabilecekleri ve hayatlarından doyum alabilecekleri etkinliklere yönlendirilmesi, problemleri internet kullanıcısı olmalarının önüne geçebileceğine işaret etmektedir (Uz-Baş, Öz-Soysal ve Aysan, 2016).

Bu araştırmanın belli sınırlılıklarından söz edilebilir. İlk olarak katılımcılardan kâğıt ile kalem kullanılarak veri toplanması, bu doğrultuda katılımcılar ile bir görüşme yapılmaması sınırlılık olarak kabul edilebilir. Araştırmada kendini anlatmaya dayanan ölçme araçları kullanılması ve bu ölçme

araçlarının ölçtüğü nitelik ile sınırlı olması bir başka sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Araştırma örneklemini İzmir'de Anadolu Lisesi okuyan öğrencilerin oluşturması da sınırlılıktır. Alanyazında internet kötüye kullanımı ya da farklı bir kavram ile tanım yapılması, net bir tanımın ya da tanı kriterinin söz konusu olmaması araştırmalarda çeşitli bulguların ortaya çıkmasına neden olabileceği için sınırlılık olarak düşünülebilir.

Sosyal ve duygusal öğrenme esaslı geliştirilecek programların öz-yönetim, karar verme, sorumluluk alma ve farkında olma gibi birçok konuda ergenlerin gelişimine katkı sağlayacağı düşünüldüğünde (Elias ve diğerleri, 1997), ergenlerin internet kötüye kullanımı ile ilgili de sorunlarının azalmasını ya da ortadan kalkmasını sağlayacak programlar geliştirilmesi ve bu programlarda öğrencilere bireysel oturumlar ya da grup oturumları yapılması önerilebilir. Bu oturumları gerçekleştirebilmek için okul psikolojik danışmanlarının da sosyal ve duygusal öğrenme açısından yeterli donanıma sahip olması, başka bir deyişle belli bir yetkinlikte olması gerekmektedir (Dahir, 2009). Bu yüzden okul psikolojik danışmanlarının önce kendi sosyal ve duygusal becerileri kazanmaları, sonrasında öğrencilerine bu programları uygulamaları önerilmektedir. Sosyal ve duygusal öğrenme programları, okul psikolojik danışmanlarının önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında kullanabilecekleri güçlü bir yaklaşımdır (Totan, 2014). Bu yüzden öğrenci kişilik hizmetleri kapsamında okul psikolojik danışmanları tarafından alanyazında geçerliği kanıtlanmış programların interneti kötüye kullanan ya da internet bağımlısı olması muhtemel görünen ergenlere uygulanmasının faydalı olacağına inanılmaktadır. Son olarak hem yurt dışı alanyazında hem de ülkemiz alanyazında hızla yer alan sosyal ve duygusal öğrenme ile ilgili önleyici rehberlik hizmeti kapsamında deneysel çalışmalar yapılması uygulayıcılara önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Aftab, R., Çelik, İ., & Sarıçam, H. (2015). Facebook addiction and social emotional learning skills. *Ozean Journal of Social Science*, 8(2), 109-120.
- Altunbaş, T. ve Özabacı, N. (2019). Bir duygusal zekâ programının ilkökul öğrencilerinin duygusal zekâ, atılgan, saldırgan ve çekingen davranışlarına etkisinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 659-688.
- Balkaya Çetin, A. (2014). *Ergenlerin internet ve problemleri internet kullanım davranışlarının bazı psiko-sosyal özellikler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Bencivenga, A. S., & Elias, M. J. (2003). Leading schools of excellence in academics, character, and social-emotional development. *NASSP Bulletin*, 87(637), 60-72.
- Beşbudak, M. (2018). *Sağlık iletişimde sosyal ve duygusal öğrenme becerileri: Doktorlar üzerinde bir araştırma*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bulut, E. (2019). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığının İnternet'in cazibesi ve öğrenilmiş güçlük açısından yordanması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (19. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Can, S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Candemir Karaburç, G. (2017). *Evlü bireylerin problemlü internet kullanımı, evlilik uyumu, eş tükenmişliği ve temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Canoğulları, Ö. ve Güçray, S. (2017). İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 42-57.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 109-116.
- Cohen, J. (2001). *Social and emotional education: Core concepts and practices*. https://www.wtc.ie/images/pdf/Emotional_Intelligence/eq15.pdf adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 28.03.2020
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL]. (2003). *Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs*. Chicago, IL: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL]. (2009). *Basics, definition. What is the social and emotional learning (SEL)?* <http://www.casel.org/basics/definition.php> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 15.11.2019.
- Çelik, İ. (2015). Social emotional learning skills and educational stress. *Educational Research and Reviews*, 10(7), 799-803.
- Dahir, C. A. (2009). School counseling in the 21st Century: Where lies the future? Introduction to special section. *Journal of Counseling and Development*, 87(1), 3-5.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2016). The Relationship between loneliness and depression: Mediation role of Internet addiction. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 97-105.
- Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2007). *The impact of after-school programs that promote personal and social skills*. <https://eric.ed.gov/?id=ED505368> adresinden erişildi. Erişim Tarihi: 28.03.2020
- Durlak, J., & Weissberg, R. (2010). *Social and emotional learning programs that work*. İçinde R. Slavin (Eds.). *Better: Evidence-based education. Social Emotional Learning*, 2(2), 4-5, York: Institute for Effective Education, University of York.

- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school – based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Eagen, T. (2008). *Parent and adolescent internet use, perception and regulation: A dyadic analysis*. Unpublished Doctoral Dissertation, Hofstra University, New York.
- Elias, M. J., & Mocerri, D. C. (2012). Developing social and emotional aspects of learning: The American experience. *Research Papers in Education*, 27(4), 423-434.
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., Kessler, R., Schwab-Stone, M. E., & Shiver, T. P. (1997). Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Gámez Guadix, M., Calvete, E., Orue, I., & Las Hayas, C. (2015). Problematic internet use and problematic alcohol use from the cognitive-behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Behaviors*, 40, 109-114.
- Goldschmidt, E. P. (2008). *The role of social competence in the relationship between classroom behaviors and school engagement* (Unpublished doctoral dissertation). Boston College, Boston, US.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Internet World Stats [IWS]. (2017). *Usage and population statistic*. <http://internetworldstats.com/> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 14.11.2019.
- İskender, M. (2018). Investigation of the effects of social self-confidence, social loneliness and family emotional loneliness variables on Internet addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 6(3), 1-10.
- Jennings, G. (2003) An exploration of meaningful participation and caring relationships as contexts for school engagement. *The California School Psychologist*, 8, 43-52.
- Kabakçı, Ö. F. ve Korkut, F. (2008). 6-8. sınıftaki öğrencilerin sosyal-duygusal öğrenme becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(148), 77-86.
- Kabakçı, Ö. F. ve Korkut Owen, F. (2010). Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği geliştirme çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 152-166.
- Kabakçı, Ö. F. ve Totan, T. (2013). Sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin çok boyutlu yaşam doyumuna ve umuda etkisi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 6(1), 40-61.
- Kabasakal, Z., & Totan, T. (2013). The effect of social and emotional learning needs on decreasing the mental symptoms in elementary school students. *Çukurova University Faculty of Education Journal*, 42(1), 56-64.
- Kemp, S. (2018). *We are social*. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 11.11.2019.
- Kılıç, Z. ve Durat, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde problemlerle internet kullanımının genel psikolojik belirtileri ve sosyal fobi ile ilişkisi. *Sakarya Tıp Dergisi*, 7(2), 97-104.
- Koyama, A., Miyake, Y., Kawakami, N., Tsuchiya, M., Tachimori, H., & Takeshima, T. (2010). Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in Japan. *Psychiatry Research*, 176(1), 69-74.

- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-996.
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y. ve Aysan, F. (2016). Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 69-76.
- Kutluay Çelik, B. (2014). *The relationship between social-emotional learning skills and attitudes toward elementary school among middle school students*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lenhart, A., Smith, A., Anderson, M., Duggan, M., & Perrin, A. (2015). *Teens, Technology and Friendships*. <http://www.pewinternet.org/2015/08/06/teenstechnology-and-friendships/> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 19.11.2019.
- Mason, M. J., & Chuang, S. (2001). Culturally-based after-school arts programming for low-income urban children: Adaptive and preventive effects. *Journal of Primary Prevention*, 22(1), 45-54.
- Morrison, G. M., Storino, M. H., Robertson, L. M., Weissglass, T., & Dondero, A. (2000). The protective function of after-school programming and parent education and support for students at risk for substance abuse. *Evaluation and Program Planning*, 23(3), 365-371.
- Okur, S. (2019). *Lise öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile problemli internet kullanımları arasındaki ilişkide yaşam doyumunun aracılık rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Okur, S., Özkan, E. ve Arslan, Ü. (2019). Ortaokul öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Studies Information Technologies and Applied Sciences*, 14(2), 275-294.
- Özteke Kozan, H. İ., Baloğlu, M., Kesici, Ş., & Arpacı, İ. (2019). The role of personality and psychological needs on the problematic internet use and problematic social media use. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(2), 203-219.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8, 36-41.
- Pawlikowski, M., Altstötter-Gleich, C., & Brand, M. (2013). Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1212-1223.
- Peker, A., Nebioğlu, M. ve Ödemiş, M. H. (2019). Sanal ortamda bağımlılık: Bilinçli farkındalığın aracı rolüne ilişkin bir model sınaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 153-158.
- Pierce, L. H., & Shields, N. (1998). The Be A Star community-based after-school program: Developing resiliency factors in high-risk preadolescent youth. *Journal of Community Psychology*, 26(2), 175-183.
- Reschly, A. L., Huebner, E. S., Appleton, J. J., & Antaramian, S. (2008). Engagement as flourishing: The contribution of positive emotions and coping to adolescents' engagement at school and with learning. *Psychology in the Schools*, 45(5), 419-431.
- Schaps, E. (2010). How a changing society changes SEL. In R. Slavin (Eds.). *Better: Evidence-based education. Social-emotional learning*, 2(2), 20-21, York: Institute for Effective Education, University of York.

- Siyez, D. M. (2014). Lise öğrencilerinde problemlerle internet kullanımının yordayıcıları olarak heyecan arama ve cinsiyet. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 1(1), 63-97.
- Soylu, A. (2007). *Fırat Üniversitesi öğrencilerinin sosyal ve duygusal öğrenme becerileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Totan, T. (2011). *Problem çözme becerileri eğitim programının ilköğretim 6. sınıf öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Totan, T. (2014). Okul psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında sosyal ve duygusal öğrenmenin değerlendirilmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 57-70.
- Totan, T. (2018). Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Öğrenme Ölçeğinin geliştirilmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 48(48), 41-58.
- Totan, T. ve Kabakçı, Ö. F. (2010). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinde sosyal duygusal öğrenme becerilerinin zorbalığı yordama gücü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 575-600.
- Totan, T., Ercan, B. ve Öztürk, E. (2019). Mutluluk ve benlik saygısının yalnızlıkla internet bağımlılığına etkilerinin incelenmesi. *Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(10), 20-35.
- Türnüklü, A. (2004). Okullarda sosyal ve duygusal öğrenme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 37(10), 136-152.
- Uşaklı, H. (2015). Sınıf öğretmeni adaylarının ilköğretim öğrencilerine sosyal duygusal öğrenme becerilerini tanıtmalarına ilişkin görüşleri. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Özel Sayı*, 19-31.
- Uşaklı, H. (2017). Sosyal duygusal öğrenme nedir? Neden önemlidir? (İnsan ilişkilerinde beş duyu alanı). *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(2), 1-16.
- Utter, K., & Nyhus, G. (2014). *What about social emotional learning (SEL)*. www.district 287.org /clientuploads adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 17.11.2019.
- Uz Baş, A., Öz Soysal, F. S. ve Aysan, F. (2016). Üniversite öğrencilerinde problemlerle internet kullanımının psikolojik iyi oluş ve sosyal destek ile ilişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 1035-1046.
- We are social. (2020). *Digital in 2020*. <https://wearesocial.com/digital-2020> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 28.03.2020
- Worldometers. (2019). <http://www.worldometers.info/tr/> adresinden elde edildi. Erişim Tarihi: 16.11.2019.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction--and a winning strategy for recovery*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 402-415.
- Yu, C., Li, X., & Zhang, W. (2015). Predicting adolescent problematic online game use from teacher autonomy support, basic psychological needs satisfaction and school engagement: A 2-year longitudinal study. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(4), 228-233.
- Zins, J. E., Weissberg, R.P., Wang, M.C., & Walberg, H. J. (2001). Social Emotional Learning and School Success. *CEIC Review*, 10(6), 1-3.

Zins, J. E., Payton, J. W., Weissberg, R. P., & Utne O'Brien, M. (2007). Social and emotional learning for successful school performance. In Matthews, M. Zeidner, & R. D. Roberts (Eds.), *Emotional intelligence: Knows and unknowns* (pp. 376-395). New York: Oxford University Press.

THE EFFECT OF SOCIAL AND EMOTIONAL LEARNING ON INTERNET ABUSE IN ADOLESCENTS

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Internet addiction is defined as the loss of time concept as a result of excessive internet use, lack of basic responsibilities and the symptoms of withdrawal and tolerance (Ceyhan, 2008; Young, 2004). Internet abuse, on the other hand, can be expressed as the negative effect of individuals' daily lives as a result of excessive and uncontrolled use of the Internet. Different concepts are included in the literature. Although the concept of internet abuse is generally preferred in this study, the concept of internet addiction is also included in some places. Since the concept of internet abuse affects all individuals, especially adolescents, research on this issue has increased in recent years. Just like the internet abuse concept, the concept of social and emotional learning has been frequently studied in recent years.

According to Elias et al. (1997), social and emotional learning is defined as learning, which enables students to gain awareness, to have self-regulation skills, to socialize and to both recognize and express their feelings. When the dimensions of social and emotional learning are analyzed, self-awareness is explained as individuals are aware of their own feelings and thoughts and assess themselves in a realistic way. Social awareness is expressed as an individual's understanding and evaluation of other people's feelings and thoughts. Self-management is defined as the pleasure of individuals in reaching their goals in the literature. Relationship building skills are also described as individuals' healthy communication with other people. Responsible decision-making is expressed as individuals' thinking in many different ways and making a choice knowing their responsibilities.

In studies conducted over the internet and abuse both in Turkey and abroad adolescents who also has studied many different variables. However, no research conducted with the concept of social and emotional learning has been found in the literature. In this study, it is wondered how social and emotional learning will affect internet abuse, considering that adolescents are risk groups in terms of internet abuse and that social and emotional learning is important for adolescents. The aim of the study is to examine how social and emotional learning levels of adolescents affect internet abuse and to investigate the effectiveness of social and emotional learning in reducing internet abuse.

Methods

The predictive variables of the research are self-awareness, social awareness, relationship building skills, responsible decision-making skills and social and emotional learning, which are the sub-components of social and emotional learning. The predicted variable of the research is internet abuse. 320 adolescents, 155 of whom were female and 165 were male, participated in this study.

Social and Emotional Learning Scale, Young Internet Addiction Test Short Form and Personal Information Form were used in the study. Relationships between variables were investigated by the Pearson moments multiplication correlation coefficient. In regression analysis, univariate linear regression analysis and multivariate linear regression analysis were used.

Results

In this study, bilateral relations and descriptive statistical findings between variables were examined. It was determined that the sub-dimensions of social and emotional learning have positive relationships between .38 and .59 among themselves. Their relationships with social and emotional learning, which are the sums of these sub-dimensions, are positive in the range of .72 to .82. All of the social and emotional learning sub-dimensions were found to be negatively related to internet abuse between -.18 and -.22. Social and emotional learning was found to have a negative relationship at -.34 level with internet abuse.

In the multiple linear regression analysis, the level of predicting the internet abuse of all social and emotional learning sub-dimensions were examined simultaneously. According to the results, it is statistically significant that all five predictive variables are models. Self-awareness, social awareness, self-management, relationship building skills, and decision-making skills responsibly give moderate relationships in explaining internet abuse. All of these variables explain 15% of the variance in internet abuse. The order of importance of predictive variables according to standardized regression coefficients; self-awareness, social awareness, relationship building skills, self-management and decision making skills responsibly. However, when the significance values of t values were examined in order to determine the significance of the predictor variables, it was determined that self-management, relationship building skills, and decision-making skills were statistically significant predictors of internet abuse. Self-awareness and social awareness variables are not statistically significant predictors of internet addiction.

Before the analysis for predicting social abuse of social and emotional learning, a function prediction was performed to determine which mathematical function was most appropriate in explaining the predicted variable. According to the results, the best function prediction is determined by the linear model. While using the linear regression model to examine the effect of social and emotional learning on internet abuse, it was added to the model as a show variable (Reference= Female student) in gender. As a result of the analysis, it was concluded that social and emotional learning predicted internet abuse but gender was not the predictive variable in this model.

Discussion and Conclusion

In this study, the weak relationship skills of individuals can cause them to be more internet users and abuse the internet accordingly. It is mentioned in the literature that individuals who cannot establish healthy communication and relationships face to face prefer loneliness and are problematic

internet users (İskender, 2018). The findings obtained in this research are consistent with the literature. Another finding obtained in the study is that individuals who cannot provide self-management tend to abuse the internet more. No studies supporting this finding or stating the opposite of the finding were found in the literature. In addition, another finding reached in the study is that individuals who cannot take responsibility for decision making will have more internet abuse. It is seen in the literature that there are results supporting this finding (Okur, 2019). All findings show that individuals who are not autonomous and cannot take responsibility for their decisions are more problematic internet users.

When the literature is examined, no research has been found between social and emotional learning and internet abuse. However, it was seen that there was a research showing that social and emotional learning skills were significant for Facebook addiction and it was found to be consistent with the finding in this study (Aftab et al., 2015). In both studies, it was determined that internet addiction and Facebook addiction negatively predicted social and emotional learning.

Research findings showing that there is a decrease in other undesirable behaviors as a result of the development of social and emotional learning skills are frequently encountered in the literature. In a study by Totan and Kabakçı (2010), it was found that bullying behavior decreased as a result of increasing the social and emotional learning skills of individuals. In the study conducted by Altunbaş and Özabacı (2019), it was found that social and emotional learning programs facilitate discipline in schools, improve cooperation among students and develop interpersonal relationships. In the study conducted by Çelik (2015), it was found that social and emotional learning programs reduce educational stress. In addition, the research conducted by Kabasakal and Totan (2013) revealed that social and emotional learning is effective in reducing negative mental states.

When we look at the literature, it is seen that social and emotional learning also provides solutions to many academic problems. In the research conducted by Elias and Mocerı (2012), it was found that low academic achievement increased and behaviors such as dropping out of school and escaping from the lesson decreased with the delivery of social and emotional learning trainings. In the research conducted by Uşaklı (2015), it has been shown that social and emotional learning is effective in reducing unwanted behavior and increasing academic motivation. There are studies showing that social and emotional learning is important not only in school life but also in business life. It was determined in the research conducted by Uşaklı (2017) that the development of social and emotional learning skills contributed to individuals in business life, was effective in increasing work efficiency and job satisfaction, and reduced behaviors that would negatively affect business life. Although it is thought that the problems experienced in schools are only for academic reasons today, the problems arise from the inadequate social and emotional learning skills (Türnüklü, 2004). It has been proven by studies that social and emotional learning programs increase positive social behaviors and reduce emotional and behavioral problems experienced by students (Totan, 2014). All these findings showed that social and emotional learning skills should be improved both at school and at work.

Social and emotional learning is thought to be effective in preventing risky behaviors of adolescents such as smoking, alcohol or substance abuse (Kabakçı & Korkut, 2008). It is observed that social and emotional learning programs applied on adolescents give effective results especially regarding substance abuse in studies conducted abroad regarding this idea (Durlak & Weissberg, 2007). These studies prove that, as a result of developing social and emotional learning programs in schools, there will be a noticeable decrease in adolescents' undesired behavior.

The findings obtained in all these studies are indirectly consistent with the results obtained in this study. In other words, it can be suggested to develop social and emotional learning skills in reducing the problematic internet use behavior of adolescents.