



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE
YALNIZLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GELİŞMELERİ KAÇIRMA
KORKUSUNUN (FOMO) ARACI ROLÜ

Atakan ARSLAN
ORCID: 0000-0002-6167-4995

Danışman
Prof. Dr. Erdal HAMARTA
ORCID: 0000-0003-0925-3824

Konya – 2024

TEŞEKKÜR

Öncelikle bu çalışmayı yürütme sürecimde anlayışla yanımda olan, sabırla yol gösteren ve bana karşı iletişim kanallarını her daim açık tutan, sergilediği karakter ve duruşuyla bir idol olarak gördüğüm kıymetli danışmanım Prof. Dr. Erdal HAMARTA'ya şükran ve minnetlerimi sunarım.

Lisans ve yüksek lisans sürecim boyunca, hayatın tüm alanlarında, tecrübelerini benden esirgemeyen, bir baba sevgisiyle varlığını hissettiren, kıymetli akıl hocam Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU'na, bir evladın sonsuz teşekkürünü borç bilirim. Ayrıca sahip olduğu birikim ve bunu ifade ediş şekliyle, üzerimde etki bırakan ve PDR branşını sevmeme öncülük eden Prof. Dr. Hasan YILMAZ'a teşekkürlerimi sunarım.

Akademik vizyonumu oluşturmama ve olgunlaştırmama imkân sağlayan, yansıttıkları bilgi ve birikimlerle yoluma ışık tutan, kıymetli hocalarım Prof. Dr. Coşkun ARSLAN, Prof. Dr. Nurten SARGIN, Doç. Dr. Süleyman Barbaros YALÇIN'a sevgi ve saygılar sunarım. Ayrıca istatistik bilimini bana sevdiren Doç. Dr. Abdulkadir HAKTANIR ve yapısal eşitlik modellemesi hakkında kıymetli birikimlerini ve zamanını benimle paylaşan Dr. Yusuf BAYAR'a teşekkür ederim.

Hayatta göğüs gerdiğim tüm zorluklarda yanımda olan, tüm sorularımın cevapları için istişare kapılarını daima açık tutan, fedakârlık ve özveriyle evlatlarının hayatlarını güzelleştiren, insan olmanın sıfatlarını öğrendiğim, ben olma sürecimdeki en kıymetli dokunuşları sergileyen ebeveynlerim ve en yakın arkadaşlarım Filiz ve Uğur ARSLAN'a en içten sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca yürüttüğüm bu süreçte inandığım yolu hatırlatan ve o yolda yürümem için desteklerini esirgemeyen, başta Rahim Doğukan ARSLAN ve Ezgi ŞENGÜL olmak üzere, bana inanan tüm dostlarım ve akrabalarımın teşekkür ederim.

Atakan ARSLAN

Haziran, 2024

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU	v
BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	vii
ÖZET.....	viii
ABSTRACT	ix
1. GİRİŞ.....	1
1.1.Problem Durumu	8
1.2. Araştırmanın Amacı	8
1.3. Araştırmanın Önemi	9
1.4. Varsayımlar	10
1.5. Sınırlılıklar.....	10
1.6. Tanımlar	11
2.ALAN YAZIN.....	12
2.1.Sosyal Medya	12
2.1.1.Sosyal medya kavramı.....	12
2.1.2.Sosyal medya tarihi	15
2.1.3.Sosyal medyanın özellikleri ve türleri.....	24
2.1.4.Sosyal medya platformları.....	28
2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı	31
2.3.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO)	39
2.4.Yalnızlık	43
2.5.İlgili Yayın ve Araştırmalar	47
2.5.1. Sosyal medya bağımlılığı hakkında yürütülen çalışmalar.....	47
2.5.2. Yalnızlık hakkında yürütülen çalışmalar.....	51
2.5.3. Gelişmeleri kaçırma korkusu hakkında yürütülen çalışmalar	54
2.5.4. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığı birlikte ele alan çalışmalar	56
2.5.5. Sosyal medya bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar.....	61
2.5.6. Yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar	66
2.5.7. Sosyal Medya Bağımlılığı, yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar	68
3. YÖNTEM.....	72
3.1. Araştırmanın Modeli	72
3.2. Çalışma Grubu.....	72

3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri.....	73
3.3.1. Kişisel bilgi formu.....	74
3.3.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	74
3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ).....	74
3.3.4. Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (FoMOS)	75
3.4. Verilerin Toplanması.....	75
3.5. Verilerin Analizi.....	76
4. BULGULAR	87
4.1. Araştırma Ölçeklerinin Toplam Puanlarına Dair Betimsel İstatistikler	87
4.2. Sosyal Medya Bağımlılığı, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Yalnızlık Arasındaki Doğrusal İlişkilere ve Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular	88
4.3. Araştırma Değişkenlerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi ..	92
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	100
5.1. Tartışma.....	100
5.1.1. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesi.....	100
5.1.2. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin günlük sosyal medya kullanım sürelerine göre incelenmesi ..	104
5.1.3. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin okul türüne göre incelenmesi	109
5.1.4. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki doğrusal ilişkilerin incelenmesi.....	110
5.1.5. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun aracılık rolüne ilişkin bulguların incelenmesi	117
5.2. Sonuç.....	121
5.3. Öneriler.....	122
KAYNAKLAR.....	124
EKLER.....	153

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Yalnızlıkları Arasındaki İlişkide Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FoMO) Aracı Rolü başlıklı tez çalışmamın toplam **165** sayfalık kısmına ilişkin, 28/06/2024 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%12** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

28/06/2024

Atakan ARSLAN

Prof. Dr. Erdal HAMARTA

BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

28/06/2024

Atakan ARSLAN

SİMGELER VE KISALTMALAR

Kısaltmalar

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

Akt: Aktaran

BMYK: Bağımlılıkla Mücadele Yüksek Kurumu

Çev: Çeviren

DFA: Doğrulayıcı Faktör Analizi

DSM: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

Dü: Düzenleyen

Ed: Editör

FoMO: Fear of Missing Out

FoMOS: Fear of Missing Out Scale

GKK: Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

KFA: Keşfedici Faktör Analizi

TCP/IP: Transformation Control Protocol/Internet Protocol

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

SM: Sosyal Medya

SMB: Sosyal Medya Bağımlılığı

Vd.: Ve diğerleri

YEM: Yapısal Eşitlik Modellemesi

ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSUNUN (FOMO) ARACI ROLÜ

Atakan ARSLAN

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı (SMB) düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemek ve gelişmeleri kaçırma korkusunun (GKK) bu ilişkideki aracılık rolünü incelemektir. Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle oluşturulmuş ve araştırmaya 2022-23 eğitim-öğretim yılında, Konya ilinin Meram ilçesine bağlı çeşitli liselerde öğrenim gören 351'i (%52,8) erkek, 314'ü (%47,2) kadın 665 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan gönüllülerin, SMB düzeylerine "Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği", yalnızlık düzeylerine "UCLA Yalnızlık Ölçeği", GKK düzeylerine "Eksik Kalma Korkusu Ölçeği", bazı demografik özelliklerine "Kişisel Bilgi Formu" aracılığıyla erişilmiştir. Araştırma verileri gerekli izinler alınarak, sınıf ortamında yüz yüze toplanmıştır. Veriler SPSS, AMOS programları aracılığıyla çözümlenmiştir. Lise öğrencilerinin SMB, GKK, yalnızlık düzeylerinin cinsiyete ve okul türlerine göre farklılaşma durumu t testi ile, günlük SM kullanım süresine göre farklılaşma durumu ise varyans analizinden (ANOVA) faydalanılarak analiz edilmiştir. Ayrıca SMB, GKK, yalnızlık arasındaki korelasyon ilişkileri Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, yordamsal ilişkiler ise Yapısal Eşitlik Modeli'nden (YEM) elde edilen standardize edilmiş regresyon katsayıları ile ortaya koyulmuştur. SMB ile yalnızlık arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolünün tespiti için YEM uygulanmış, aracılık etkisinin anlamlılığı bootstrapping tekniği kullanılarak açıklanmıştır. Analiz sonuçlarına göre lise öğrencilerinin SMB ve GKK düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılığa rastlanmazken, kadınların erkeklere göre anlamlı ölçüde daha yüksek yalnızlık bildirdikleri tespit edilmiştir. Elde edilen bir diğer bulgu, lise öğrencilerinin SMB, GKK, yalnızlık düzeylerinin günlük SM kullanım süresine göre anlamlı farklılar gösterdiği yönündedir. Buna göre günlük yüksek SM kullanım süresi bildiren bireylerin, düşük kullanım bildirenlere göre, GKK ve SMB düzeylerinin anlamlı ölçüde yüksek olduğu, günlük 1-2 saat aralığında SM kullanımı bildiren bireylerin, 4 saat ve üzeri kullanım bildirenlere göre yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonuçları okul türüne göre değerlendirildiğinde, anadolu lisesi öğrencilerinin, meslek lisesi öğrencilerine göre anlamlı düzeyde daha yüksek yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. GKK ve SMB düzeylerinde okul türüne göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon ilişkileri ele alındığında, SMB-GKK arasında pozitif anlamlı, SMB-Yalnızlık ve GKK-Yalnızlık arasında negatif anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Yürütülen YEM neticesinde, araştırmamızın değişkenleri arasında doğrudan ve dolaylı bazı anlamlı etkileşimler tespit edilmiştir. Buna göre, SMB'nin, GKK'yi pozitif yönde anlamlı, yalnızlığı negatif yönde anlamlı ve GKK'nin yalnızlığı negatif yönde anlamlı olarak yordadığı söylenebilmektedir. Son olarak, GKK'nin SMB ve yalnızlık arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre artan SMB'nin yalnızlığı azalttığı, GKK'nin aracılık etkisi devreye girdiğinde SMB'nin yalnızlıkla ilişkisinin bir kısmını GKK üzerinden yürüttüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, FoMo

ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences
Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counseling Program
Master Thesis

THE MEDIATING ROLE OF FOMO IN THE RELATIONSHIP BETWEEN HIGH SCHOOL STUDENTS' SOCIAL MEDIA ADDICTIONS AND THEIR LONELINESS

Atakan ARSLAN

The aim of this study is to determine the relationship between high school students' social media addiction (SMA) levels and their loneliness levels and to examine the mediating role of fear of missing out (FoMO) in this relationship. The sample of the study was formed by convenient sampling method and 665 high school students, 351 (52.8%) male and 314 (47.2%) female, studying in various high schools in Meram district of Konya province in the 2022-23 academic year were included in the study. The SMA levels of the volunteers participating in the study were accessed through the "Social Media Addiction Scale for Adolescents", loneliness levels through the "UCLA Loneliness Scale", FoMO on developments through the "Fear of Missing Out Scale", some demographic characteristics through the "Personal Information Form". The research data were collected face-to-face in the classroom environment after obtaining the necessary permissions. The data were analyzed through SPSS and AMOS programs. The differentiation of high school students' SMA, FoMO developments, and loneliness levels according to gender and school types was analyzed using t-test, and the differentiation according to the duration of daily SM use was analyzed using analysis of variance (ANOVA). In addition, the correlation relationships between SMA, FoMO, and loneliness were revealed by Pearson Product Moment Correlation Coefficient, and the predictive relationships were revealed by the standardized regression coefficients obtained from the Structural Equation Model (SEM). SEM was applied to determine the mediating role of FoMO developments in the relationship between SMA and loneliness, and the significance of the mediation effect was explained using bootstrapping technique. According to the results of the analysis, no significant difference was found in high school students' SMA and FoMO on developments according to gender, while females reported significantly higher levels of loneliness than males. Another finding is that high school students' SMA, FoMO on developments, and loneliness levels show significant differences according to the duration of daily SM use. Accordingly, it was found that individuals who reported high daily SM usage time had significantly higher levels of FoMO developments and SMA compared to those who reported low usage, and individuals who reported daily SM usage in the range of 1-2 hours had higher levels of loneliness than those who reported daily SM usage of 4 hours or more. When the results of the analysis were evaluated according to school type, it was concluded that Anatolian high school students experienced significantly higher levels of loneliness than vocational high school students. No significant difference was observed in the levels of FoMO and SMA according to school type. When the correlation relationships between the research variables were analyzed, positive significant relationships were observed between SMA and FoMO on developments, while negative significant relationships were observed between SMA and loneliness and FoMO on developments and loneliness. As a result of the SEM, some significant direct and indirect interactions between the variables of our study were identified. Accordingly, it can be said that SMA predicts FoMO on developments significantly in a positive direction, loneliness significantly in a negative direction, and FoMO on developments significantly predicts loneliness negatively. Finally, it was concluded that the FoMO on developments played a partial mediating role in the relationship between SMA and loneliness. Accordingly, it was concluded that increasing SMA decreases loneliness, and when the mediating effect of the FoMO is activated, SMA mediates part of the relationship between SMA and loneliness through the FoMO.

Keywords: Social Media, Social Media Addiction, Loneliness, Fear of Missing Out, FoMO

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

İnsanlık, ihtiyaçlarını karşılama çabasıyla sürekli bir gelişim süreci içindedir. Her aşama, daha karmaşık ihtiyaçlar ve çözüm arayışları doğurmuştur. Bu döngü, insanlığın birikimlerini ve deneyimlerini artırarak medeniyetini ileriye taşımasına yol açmıştır. Belirli dönüm noktaları, insanlık için köklü değişimlere neden olmuştur. Örneğin, M.Ö. 4000-3500 yıllarında yazının icadıyla başlayan İlk Çağ, 476 yılında Roma İmparatorluğu'nun yıkılmasıyla başlayan Orta Çağ, 1453'te İstanbul'un fethiyle başlayan Yeni Çağ ve 1789 Fransız İhtilali'yle başlayan Yakın Çağ bu dönüm noktalarına örnek gösterilebilir. Bu tarihler tüm insanlığı etkilemiş ve yaşam tarzlarında köklü değişikliklere yol açmıştır.

Tarihsel ölçekte incelendiğinde, günümüze yaklaştıkça bu tarihler arasındaki zaman aralığının kısaldığı görülmektedir. Bu durum, insanlığın doğrusal bir gelişim çizgisi takip etmediğini, medeniyetin gelişiminin ivme kazandığını ve gelişim hızının arttığını göstermektedir.

1450'de matbaanın icadıyla başlayan Aydınlanma Hareketi, bilginin değerine ve özgür düşünceye vurgu yaparak, bilginin daha hızlı organize edilmesini ve çoğaltılmasını sağlamıştır. Bu durum, belirli zümrelerin bilgiye erişimini kolaylaştırmış ve Rönesans, Reform hareketleri ve Fransız İhtilali'nin motivasyon kaynaklarından biri olmuştur (Acun, 2020). Sanayi Devrimi'yle birlikte, kol gücüyle çalışan matbaa yerini buharlı matbaaya bırakmış ve bilginin seri üretimine geçilmiştir. Üretim maliyetlerinin düşmesi, bilginin hızla yayılmasını ve daha geniş kitleler tarafından erişilebilir hale gelmesini sağlamıştır. Nadir bulunan ve sadece belirli kişilerin erişebildiği bilgi kaynağı, seri üretimle çoğaltılarak yaygınlaşmıştır. Böylece bilgi, toplumun her kesiminden bireyin erişebileceği ve üzerine yeni bilgiler ekleyebileceği bir kaynak haline gelmiştir. Bu bağlamda, Sanayi Devrimi bilginin üretilmesi ve yayılmasında önemli bir dönüm noktasıdır.

Bilginin değerinin anlaşılması, toplumun güncel gelişmelerden anında haberdar olma ihtiyacını doğurmuştur. 1850'li yıllardan itibaren gelişen teknoloji, elektronik medyanın temellerini atmıştır (Özdemir, 2021). Önceleri posta, dergi ve gazete gibi yöntemlerle haberleşen toplum, 1876'da telefonun, 1895'te radyonun icadıyla "Elektronik Enformasyon Devrimi"nin eşiğine gelmiştir. Telefon, elektrik hatları üzerinden iletişimi, radyo ise bilginin aynı anda geniş kitlelerle paylaşılmasını mümkün kılmıştır. 1923'te görüntülü iletişimi mümkün

kılan televizyonun, 1947'de bilgiyi elektronik ortama aktarmayı sağlayan ENIAC bilgisayarının, 1960'larda haberleşme ağını genişleten ilk haberleşme uydularının uzaya fırlatılması gibi gelişmeler, bu süreci takip etmiştir. 1969'da internetin icadıyla "Bilgisayar ve İnternet Devrimi" olarak adlandırılan yeni bir enformasyon devrine geçilmiştir. Bu gelişme, bilgiye erişimi kökten değiştirmiş, bilgiyi elektronik ortama işlemeyi ve internet ağı üzerinden paylaşmayı mümkün kılmıştır. Başlangıçta sabit bilgisayarlar aracılığıyla kullanılan internet temelli teknolojiler, mobil teknolojilerdeki gelişmelerle taşınabilir hale gelmiştir. 1980'lerde cep telefonlarının icadıyla başlayan mobil teknoloji dönemi, çeşitli sınırlamaları ortadan kaldırarak istenilen yer ve zamanda bilgiye erişimi mümkün kılmıştır (Çalık ve Çınar, 2009). Bilgiye erişimin kolaylaşması, yeni bilgi üretme ve paylaşımı kolaylaştırarak medeniyetin gelişimini farklı bir boyuta taşımış, önceleri uzun yıllar süren gelişmelerin daha kısa sürede ve daha nitelikli şekilde gerçekleşmesini sağlamıştır.

20. yüzyılda temelleri atılan dijitalleşme süreci, 21. yüzyılda belirli bir doyuma ulaşmış, medeniyetin gelişim hızı takip edilmesi zor bir şekilde ivme kazanmıştır. Böylece insanlık yeni bir çağın eşiğine gelmiştir. Literatürde bu yeni çağ "Dijital Çağ" veya "Bilgi Çağı" olarak adlandırılmaktadır (Özdemir, 2021).

Dijital Çağ'ın en belirgin özellikleri, teknolojinin insan hayatına entegrasyonu, bilgiye ve teknolojiye ulaşım kolaylığı ve iletişim sınırlarının ortadan kalkmasıdır (Bekman, 2021). Bu çağın itici gücü ise internettir (Acun, 2020). İnternetin bu denli etkili ve dönüştürücü olmasının sebebi, kişisel farklılıklar gözetmeksizin toplumun her kesiminden bireyin isteklerini ve ihtiyaçlarını kolayca karşılamasına imkân sağlamasıdır (Gülaçtı, 2020). Bireylerin ihtiyaçlarını karşılaması, hayat konforu ve sosyalleşme imkanları interneti yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline getirmiştir. Paylaşım ve etkileşim fonksiyonlarıyla internet ortamının iletişim kanadını oluşturan sosyal medya (SM) ise bu süreçte önemli bir rol oynamaktadır.

SM, dünya genelindeki internet kullanıcılarını ortak amaçlar ve ilgi alanları etrafında bir araya getiren internet tabanlı sanal ekosistemlerdir. Bu ekosistemde aktif olabilmek için belirli bir fiziksel mekânda bulunmak veya zamanı beklemek gerekmemektedir (Boyd vd., 2010; Ellison vd., 2007). İstenilen anda bilgiye ulaşma, dünyanın farklı bölgelerindeki bireylerle iletişim kurma, ürünleri sınır tanımaksızın tanıtmak, dünya genelindeki gelişmelerden anında haberdar olma gibi sunduğu çeşitli imkanlarla SM, insanların ilgisini çekmeyi başarmış ve günümüzde tercih edilen birincil etkileşim aracı haline gelmiştir (Alt, 2015; Alutaybi vd., 2019). Ortaya çıkan ilgi ve ihtiyaçlar doğrultusunda bu ekosistem hızla gelişmiş, farklı

amaçlara hizmet eden çeşitli SM platformları ortaya çıkmış ve insanlar kitleler halinde bu platformlara dahil olmuştur. Böylece toplum, fiziksel temasa ve yüz yüze etkileşime eskiye nazaran daha az ihtiyaç duyar hale gelmiştir. SM, bireylerin sosyallik algılarında köklü değişiklikler yaratmış, yüz yüze etkileşimler yerini sanal ortam etkileşimlerine, gerçek hayat aktiviteleri ise SM'de içerik üretme veya tüketme gibi sanal ortam aktivitelerine bırakmıştır.

Günümüzde bireyler evde, işte, okulda, toplu taşımada, yemek yerken, misafirlikte sürekli olarak ekrana ve sanal dünyaya maruz kalmaktadır. We Are Social (2023)'in "Digital 2023" raporuna göre dünyada 5,16 milyar aktif internet kullanıcısı ve 4,76 milyar aktif SM kullanıcısı bulunmaktadır. Kullanıcılar günlük ortalama 6 saat 37 dakikasını internet ile ilişkili işlerde, bu sürenin ortalama 2 saat 31 dakikasını ise çeşitli SM platformlarında çevrimiçi olarak geçirmektedir. Aynı rapora göre, Türkiye'deki aktif internet kullanıcıları, günlük ortalama 7 saat 24 dakika internet ile ilişkili işlere, 2 saat 54 dakika ise SM'ye zaman ayırmaktadır. Bu istatistikler hem internetin hem de SM'nin günlük yaşamda ne kadar önemli bir yer edindiğini göstermektedir.

Teknolojideki hızlı gelişmeler, internet ve uzantılarının kolay ulaşılabilir ve yaygın hale gelmesini sağlamıştır. İnternet, toplumun her kesimine hızla nüfuz ederek gündelik yaşamın bir parçası haline gelmiş, alışkanlıklar ve davranışlarda köklü değişikliklere yol açmıştır. Sunduğu çok sayıda imkânın yanı sıra internet, bazı sorunları da beraberinde getirmiştir. Alkol, kumar ve madde bağımlılığında olduğu gibi, kontrolsüz internet kullanımının da bir tür bağımlılığa yol açtığına dair tartışmalar ortaya çıkmıştır (Bekman, 2021; Griffiths, Kuss ve Demetrovics, 2014 akt: Gülteki Ayluçtarhan, 2021). Tarihi çok eskilere dayanmayan internet bağımlılığı, ilk olarak Goldberg (1996) ve Young (1998) tarafından "Problemlili internet kullanımı" olarak ele alınmıştır. Daha sonra internetin farklı amaçlara yönelik olarak çeşitlenmesiyle "Dijital oyun bağımlılığı", "Sosyal medya bağımlılığı", "Akıllı telefon bağımlılığı" gibi yeni bağımlılık türleri ortaya çıkmıştır. Araştırmamızın konusu olan sosyal medya bağımlılığı (SMB), geniş kitleleri etkilemesi ve önemli sonuçlar doğurması nedeniyle bilim dünyasının dikkatini çekmiş ve günümüzde sebep ve sonuçları araştırılan popüler konulardan biri haline gelmiştir (Kuss ve Griffiths, 2017; Tanhan vd., 2022).

SMB, bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlıkları için tehdit oluşturan, duygu durumunda, davranışlarda ve bilişsel işlevlerde bozulmalara neden olan bir tür bağımlılıktır (Kaya ve Özilhan Özbey, 2022). SMB'nin birçok patolojik kavramla doğrudan ve dolaylı ilişkili olduğu görülmektedir (Oberst vd., 2017). Sun ve Zhang (2021)'a göre, aşırı SM kullanımı düşük iş

performansı, daha az sağlıklı sosyal ilişkiler, uyku sorunları, düşük yaşam doyumu, kıskançlık, kaygı ve depresyon gibi birçok olumsuz duygu ve davranışa yol açmaktadır. Türkiye'de yapılan bir meta-analiz çalışması da bireylerin SM kullanımlarındaki anormalleşmenin yeme bozuklukları, duygusal ve düşünsel dalgalanmalar ve sosyal izolasyon gibi olumsuz durumlara yol açabileceğini göstermektedir (Seki ve Kurnaz, 2022). İlgili literatür incelendiğinde, SMB'nin yukarıda bahsedilen olumsuz kavramlarla ve daha birçok olumsuz kavramla ilişkilendirildiği görülmektedir (Ryan vd., 2014). SMB'nin bu denli önem kazanması, bu bağımlılığın daha spesifik olarak incelenmesine ve FoMO, sharenting, phubbing, nomofobi gibi günümüzdeki davranışsal bozuklukların ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Kırış, 2021).

SM ortamı etkileşimli bir yapıya sahip olduğundan, paylaşılan içerikler diğer kullanıcıların beğenisine sunulmakta, yeni bilgi ve deneyimler ilgi çekici şekilde tasarlanarak paylaşılmaktadır. Ayrıca SM'nin algoritmik yapısı, kullanıcıların platformdaki hareketlerine göre ilgi alanlarını ve ilgi duymadığı konuları analiz ederek, kişinin haz aldığı bir SM deneyimi yaşamasına olanak tanımaktadır. Örneğin, kullanıcının etkileşimde bulunduğu içeriklerden Galatasaray'a ilgi duyduğu tespit edilirse, algoritma kullanıcının karşısına Galatasaray'ı övüp rakiplerini eleştiren içerikler çıkarır. Bu yönleriyle SM, gerçek yaşamdan tatmin olmayan bireylere keyif alabilecekleri, konforlu ve sınırsız içeriğe erişebilecekleri, haz odaklı alternatif bir ortam sunmaktadır. Sonuç olarak bu durumun, bireylerin aşırı SM kullanımını ve platformlarda sürekli aktif kalma eğilimini pekiştirdiği, SMB düzeylerini artırdığı ve çevrimiçi olmadıklarında sosyal ağlardaki gelişmelerden geri kalma kaygısı yaşattığı düşünülmektedir (Kaloeti vd., 2021).

SM, bilginin hızlı üretimine ve yayılmasına olanak sağlayarak bilgi yoğunluğunu artırıyor ve sürekli genişleyen zengin bir içerik havuzu oluşturuyor (Alutaybi vd., 2019; Bekman, 2021). Bu dinamik yapı, yeni bilgilere merak duyan bireyler için sürekli bir takip etme motivasyonu yaratıyor (Chan vd., 2022). Ancak, zamanlarının büyük bölümünü dijital platformlarda geçiren bireyler, gerçek hayattaki aktivitelere ve etkileşimlere yeterli zaman ayıramama ve yeni deneyimlerden geri kalma endişesi yaşıyor (Turkle, 2017, akt: Uram ve Skalski, 2020). Bu endişe, literatürde "fear of missing out (FoMO)" yani "gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK)" olarak tanımlanıyor (Przybylski vd., 2013; Gökler vd., 2016). GKK, bireylerin sosyal ağlarıyla bağlantıda kalma, kendi aktiviteleri hakkında bilgi paylaşma ve başkalarının aktiviteleri hakkında güncel bilgi edinme ihtiyacını yansıtıyor (Kuss ve Griffiths, 2017; Uram ve Skalski, 2020).

Günümüzde bu ihtiyaçları anlık ve kolay şekilde karşılayan en yaygın kaynak dijital platformlardır (Przybylski vd., 2013). Bu durum, bireylerin hem etkileşim ağlarını hem de günlük aktivitelerini dijital ortama taşımasına ve SM kullanımını hayatlarının merkezine koymasına zemin hazırlıyor. Sonuç olarak, bireyler günlük yaşamda sık sık SM hesaplarını kontrol ediyor, sürekli çevrimiçi kalmak için dürtüsel davranışlar sergiliyor ve çevrimdışı kaldıklarında GKK yaşıyor (Alutaybi vd., 2019). Çeşitli faktörler nedeniyle aşırı SM kullanımı, SMB düzeylerini artırıyor. SMB, SM'ye karşı duyarlılığı artırarak bireylerin çevrimdışı kaldıklarında GKK yaşamasına neden oluyor. Bu kısır döngü, sürekli kontrol etme ve daha uzun süre çevrimiçi kalma davranışlarını tetikleyerek SMB'nin daha da derinleşmesine yol açıyor. Dolayısıyla, SMB ve GKK'nin birbiriyle pozitif ilişkili kavramlar olduğu ve birbirlerini besleyerek kısır döngü yarattığı söylenebilir (Chan vd., 2022; Fioravanti vd., 2021; Przybylski vd. 2013).

Çalışmalar, SM katılımı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkide GKK'nin aracı rol oynadığını gösteriyor (Oberst vd., 2017). GKK ve SMB'nin birlikte varlığı, bazı psikolojik sıkıntılara yol açabiliyor (Alt, 2015). SMB ve GKK, birbirlerini besleyerek bağımlılık ve kaygıyı derinleştiriyor (Przybylski vd., 2013). Bu durum, kontrolsüz SM kullanımına ve bireylerin gerçek hayattaki önemli sosyal etkileşimlerden uzaklaşarak bir kısır döngüye hapsolmasına neden olabiliyor (Turkle, 2017, akt: Uram ve Skalski, 2020). SM'ye odaklanan bireyler, gerçek hayat aktivitelerine yeterince katılamıyor ve etkileşimlere veya işlere tam olarak konsantre olamıyor. Bu durum, bireylerin potansiyellerini tam olarak ortaya koyamamasına ve gerçek hayat deneyimlerinden tatmin olamamasına yol açabiliyor. Sonuç olarak, yeterlilik, özerklik ve sosyal etkileşim düzeylerinde düşüş yaşanıyor (Przybylski vd., 2013). Bireyler kendilerini toplumdan soyutlanmış hissedip sosyal kopukluk yaşıyor (Caplan, 2003; Gross, 2004). Yetersiz ve tatminsiz hisseden birey, daha konforlu ve isteklerine hizmet eden SM'ye yöneliyor, gerçek yaşam aktivitelerinden ve etkileşimlerinden uzaklaşarak yalnızlaşıyor.

SM platformları, sunduğu geniş olanaklar ve kolaylıklarla dünyanın her yerinden insanı kendine çeken ve sınırları ortadan kaldırarak insanları bir araya getiren bir ekosistem. Erişilebilirliğinin kolay olması, kişiselleştirilmiş haz odaklı yapısı ve anlık etkileşim imkânı, kullanıcıları sürekli olarak daha fazla kullanıma teşvik ediyor. Teknolojik cihazlara gönderilen anlık bildirimler, dikkatlerin sürekli SM'de kalmasına neden olabiliyor. Bu durum, gerçek hayat aktiviteleri esnasında sanal ortamda da çevrimiçi olma konusunda ikilem yaratıyor. Bireyler

gerçek hayatta meşgulken, SM ortamında da sürekli yeni gelişmeler yaşanıyor ve SM algoritması, bireyin ilgi alanlarına ve hazlarına hitap eden içerikleri seçerek sunuyor. Bu noktada, sürekli çevrimiçi olma ve gelişmeleri takip etme algısı, teknolojinin zorlayıcı kullanımına yol açabiliyor (Kuss ve Griffiths, 2017). Sonuç olarak, aşırı SM kullanımı bireyleri gerçek yaşam deneyimlerinden uzaklaştırıyor ve yüzeysel ilişkileri derinleştiriyor. Bu nedenle, SM ortamında etkileşim imkânı olsa da bu etkileşim yüzeysel kalıyor. Etkileşimin yüzeyselliği, bireyleri tatmin etmeyebiliyor ve sonuç olarak, bireyler kendilerini dijital ortam aracılığıyla sosyal ağlarına bağlı hissetseler de aslında izole hissedebiliyorlar: "birlikte ama yalnız" (Turkle, 2013, akt:Kuss ve Griffiths, 2017).

Yalnızlık, kişinin sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamaması ve etkileşimlerinden tatmin olamamasıyla ilişkili (Kuss ve Griffiths, 2017). Günümüzde insanlar, sosyal ihtiyaçlarını, özellikle ait olma ihtiyacını karşılamak için SM'yi tercih ediyor ve SM'ye daha bağımlı hale geliyor (Lee ve Chiou, 2013, akt: Alutaybi vd., 2019). Ancak aşırı SM kullanımı, bireylerin sosyal becerilerinin zayıflamasına, anlamlı sohbetler gerçekleştirememesine ve bilginin akılda tutulması ve kısa süreli dikkat becerilerinin azalmasına neden oluyor (Turkle, 2015, akt: Kuss ve Griffiths, 2017). SM kullanımı, iletişimdeki bazı nitelikleri düşürüyor ve insanlar, ilişkilerinin nitelik veya niceliklerindeki eksikliklerden dolayı yalnız hissediyor (Teo ve Lee, 2016). Araştırmalar, SM kullanımının bireylerin yalnızlıklarıyla ters orantılı olduğunu gösterse de, patolojik boyuta ulaşan SM kullanımı bireylerin yalnızlaşmasına, toplumdan soyutlanmasına ve sosyal izolasyona girmesine neden oluyor (Özcan ve Buzlu, 2007).

SMB ve GKK sahibi bireyler, sosyal etkileşimlerini yüz yüze kurmak yerine SM aracılığıyla kurmayı tercih ettikleri için daha yalnız hissediyor (Dossey, 2013). Bu bireyler sosyal etkinliklere daha az katılıyor, arkadaşlarına ve ailelerine daha az zaman ayırıyor (Kuss ve Griffiths, 2017; LaRose vd., 2010). SM'de geçirilen süre arttıkça gerçek yaşam deneyimlerine ayrılan süre azalıyor (Çınar Parlak ve Tutgun Ünal, 2021). Aşırı SM kullanımı, bireyleri duygusal ve anlamlı ilişkilerden uzaklaştırarak yüzeysel ilişkileri ön plana çıkarıyor.

Tüm bilim çevreleri hem fikir olmasa da SMB, özellikle ergenler için önemli bir risk faktörü (Al-Manayes, 2016; Andreassen, 2015; Kuss ve Griffiths, 2011). İnternet ve mobil teknolojilerin hızla geliştiği bir çağda dünyaya gelen ergenler, sanal ortama entegre bir hayat yaşıyor ve dijital medyayı yoğun bir şekilde kullanıyor (Özdemir, 2021). Ellison ve arkadaşları (2007), gençlerin gün içinde SM'de sürekli zaman geçirdiğini belirtiyor. Güncel istatistikler,

internete erişim yaşının oldukça düştüğünü, hemen her ergenin bir teknolojik cihaza sahip olduğunu ve bu cihazlar aracılığıyla yoğun bir şekilde SM'ye katıldığını gösteriyor (Özdemir, 2021). Örneğin, Pew Araştırma Merkezi'nin 2023 raporuna göre, ABD'deki 13-17 yaş arası gençlerin %86'sı internete erişebiliyor ve bu gençlerin %96'sı çeşitli SM platformlarında aktif (Pew Research Center, 2023). Türkiye'de ise 16-24 yaş aralığındaki gençlerin %95'inin internete erişimi olduğu bildiriliyor (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2022). Digital 2023 raporuna göre, 16-24 yaş aralığındaki kadınlar günlük ortalama 7 saat 28 dakikasını internetle ilişkili işlerde, 3 saat 11 dakikasını SM'de; erkekler ise ortalama 7 saat 9 dakikasını internet ile ilişkili işlerde, 2 saat 46 dakikasını SM'de geçiriyor (We Are Social, 2023). Bu istatistikler, ergenlerin gündelik yaşamında internet ve SM kullanımının ne kadar önemli bir yer kapladığını gösteriyor.

Ergenlik dönemi, soyut düşünme becerisinin geliştiği, cinsel kimliğin kazanıldığı, ilgi alanlarının ve sosyal çevrenin genişlediği bir dönem (Gülaçtı, 2020; Longobardi vd., 2020). Bu nedenle, akranlarıyla bağlantı kurmak ve kabul görmek ergenler için son derece önemlidir (Desjarlais ve Willoughby, 2010). Dijital çağda bunu SM platformları aracılığıyla gerçekleştiriyorlar. Ergenler, bu platformlar aracılığıyla istedikleri benlik sunumlarını sosyal ağlarıyla paylaşabiliyor ve sosyal kimliklerini dijital ortamda inşa edebiliyor (Oberst vd., 2017). Bu nedenle, ergenlerin kişilik oluşumları ile SM kullanımları arasında güçlü bağlantılar var (Türkel ve Dilmaç, 2019).

SM ortamı, etkileşim ve sosyal kabul odaklı yapısıyla bireylerin sahte kimlikler oluşturabildiği, "mış gibi" davranabildiği bir ortam (Çınar Parlak ve Tutgun Ünal, 2021). Ergenlerin dijital statü veya geri bildirim arayışları, SM deneyimlerinin olumsuz sonuçlar doğurmasına yol açabiliyor (Longobardi vd., 2020). Özellikle yoğun SM kullanımı nedeniyle, kişilik özelliklerini geliştirmek ve gerçek yaşam deneyimleri edinmek için zaman bulamayan gençler, olmayan bir karakteri yaratıp yansıtabiliyor. Tüm bunlar, ergenlerin sanal benliklerini gerçek kişiliklerine tercih etmelerine ve sürekli çevrimiçi olma tutumu sergilemelerine neden oluyor (Bekman, 2021). SM ortamında etkileşim imkânı olsa da, bireyler duygu ve düşüncelerini sınırlı sözcükler ve imgelerle ifade ediyor (Çınar Parlak ve Tutgun Ünal, 2021). Bu durum, kimliğini bulmaya çalışan ve dalgalı bir ruh haline sahip ergenler için risk oluşturuyor, kendini tanıma ve ifade etme, duygusal yakınlık kurma, gerçek ilişkiler geliştirme ve farkındalık oluşturma gibi konularda eksikliklere yol açabiliyor. Özetle, SMB ergenleri, aşırı

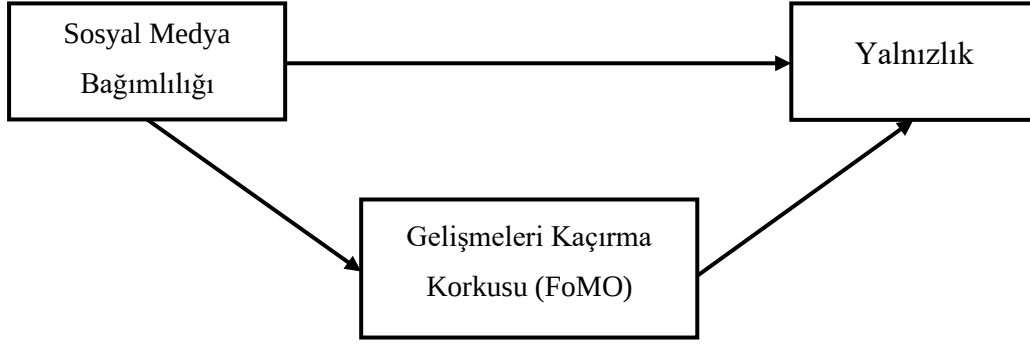
SM katılımı nedeniyle gerçek yaşam deneyimlerinden, kimliklerini bulma sürecinden, nitelikli iletişim becerilerinden uzaklaştırıyor ve sonuç olarak yalnızlaşmalarına yol açıyor.

1.1.Problem Durumu

Araştırmamızın üç değişkeni olan SMB, GKK ve yalnızlık arasında anlamlı ilişkiler ve potansiyel bir kısır döngü olabileceği fikri, bu çalışmanın temel motivasyonunu oluşturuyor. İnternet ve SM aracılığıyla bilgiye hızlı ve kolay erişim, bireyleri sanal ekosisteme daha bağımlı hale getiriyor. Sanal ekosistemde sınırların kalkması ve tüm kullanıcıların bilgi ve içeriğe katkıda bulunabilmesi, yeni gelişmelerin hızla çoğalmasını sağlıyor. Gerçek yaşam sorumluluklarını da yerine getirmek zorunda olan bireyler, bu hıza yetişememe endişesiyle GKK yaşıyor. GKK, SM'ye karşı duyarlılığı artırarak bireylerin zihninin sürekli sanal ekosistemle meşgul olmasına neden oluyor. Bu meşguliyet, kişilerin gerçek hayattaki aktivitelere ve etkileşimlere yeterince odaklanamamasına sebep oluyor. SMB sahibi bireylerin aşırı SM kullanım alışkanlıkları pekişiyor ve aşırı kullanımdan dolayı toplumdan kendilerini izole ediyorlar. Bireyler, etkileşimleri için SM platformlarını tercih ediyor ancak SM ortamında kendini ifade etme becerileri sınırlı kalıyor, bu da etkileşimleri yüzeyselleştiriyor. Sonuç olarak hem gerçek hayattaki hem de sanal ortamdaki etkileşimlerden tatmin olamayan bireyler, yalnızlaşıyor. Bu bağlamda, SMB ile yalnızlığın ilişkili kavramlar olduğu ve GKK'nin bu ilişkiye aracılık ettiği düşünülüyor. Bu amaçla bu araştırmada “Lise öğrencilerinin SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK’nin aracı rolü var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları (SMB) ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun (GKK) aracılık rolünü incelemektir. Araştırma değişkenlerinin biri birleri arasındaki doğrusal ve dolaylı ilişkilerin yanı sıra, lise öğrencilerinin yalnızlık, SMB ve GKK düzeylerinin çeşitli değişkenler (okul türü, cinsiyet, günlük SM kullanımı) açısından farklılaşma durumlarına da araştırmada yer verilmiştir. Araştırmanın modeli ve amaçları aşağıda belirtildiği gibidir:



Şekil 1.1. Sosyal medya bağımlılığının, yalnızlık ile ilişkisinde gelişmeleri kaçırma korkusunun (GKK) aracılık rolü ölçüm modeli

Alt Amaçlar

Lise öğrencilerinin;

- SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- SMB düzeyleri ile GKK düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- GKK düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK'nin aracı rolü var mıdır?
- SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinde okul türüne göre anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinde günlük SM kullanım süresine göre anlamlı bir farklılaşma var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Dijital ekosistemin hayatın her alanına genişlemesiyle birlikte, bireylerin SM'ye katılım oranları, SM'de varlık gösterme sıklıkları ve SM'ye ayırdıkları süreler ciddi seviyelere ulaşmıştır. Ortaya çıkış aşamasında bazı sınırlılıkları ortadan kaldırarak bireylerin hayatlarını ve etkileşimlerini kolaylaştıran bir araç olan SM, günümüzde her çevreden insanın dijital kimliğini oluşturduğu, sosyal etkileşim ağlarını kendi istekleri doğrultusunda düzenlediği, oluşturdukları içeriklerle ve sosyal ağlarının içeriklerine verdikleri dönütlerle varlıklarını ispat ettikleri sanal bir yaşam alanına dönüşmüştür. Bu da bireylerin alışkanlıklarını ve yaşama motivasyonlarını başkalaşıma uğratarak, ilgilerini ve odaklarını SM'ye yönlendirmelerine sebep olmuştur. Yani günümüzde bireyler gerçek yaşam deneyimlerinden ve etkileşimlerinden feragat ederek, yerini SM ile doldurmaktadır. SM'nin kişiler için bu denli önem kazanması çeşitli sorunları doğurmuştur. Bu bağlamda kişilerin, SM'ye anormal ölçüde anlam yüklemelerinin SMB'yi, yükledikleri anlamdan dolayı sanal ortamda yaşananlardan geri

kalmama hassasiyetlerinin GKK'yi, gerçek hayatta elde edebilecekleri anlamlı deneyim ve etkileşimlerin yerini sanal ortamla meşgul olarak geçirmelerininse yalnızlığı ortaya çıkaracağı düşünülmektedir. Bu sebeple SM'nin doğasını, anormal SM kullanımının girdilerini ve çıktılarını anlayabilmek önem arz etmektedir. Bu çalışmanın, SMB, GKK ve yalnızlık ilişkisine ışık tutacağı, bir perspektif oluşturularak fikir sağlayacağı düşünülmektedir.

Gerek büyük kitleleri ilgilendirmesi gerekse birçok patolojik sorunla ilişkilendirilmesi sebebiyle, SMB hakkında yürütülen akademik çalışmaların sayısı gün geçtikçe artmakta ve günümüzde yaşanan birçok sorunun temel sebebi olarak gösterilmektedir. Nitekim ulusal ve uluslararası istatistik kaynaklarına göre SM'ye katılım her geçen yıl katlanarak artmaktadır. Gelişen teknolojilerle birlikte SMB'nin daha da artabileceği ve bu durumun bireylerin hayatlarında daha derin etkiler yaratabileceği düşünüldüğünde, SMB'nin nedenleri ve sonuçlarını tespit edebilmek, büyük önem arz etmektedir. Bu çalışmanın, elde edilen güncel veriler sayesinde, SMB'nin yaygınlığı ve ilişkili olduğu faktörler hakkında kapsamlı fikir sağlayabileceği düşünülmektedir.

Ergenlik dönemi, bireylerin bağımlılık ve yalnızlığa karşı en savunmasız oldukları dönemdir. Bu sebeple ergenlerle yürütülecek çalışmaların, erken teşhis, erken müdahale ve önleyici hizmetler açısından daha üst yaş gruplarıyla yürütülecek çalışmalara nazaran daha fonksiyonel olacağı ve kalıcı çözümler sağlayabileceği düşünülmektedir. Lakin yapılan literatür taraması sonucunda, SMB ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişki temalı, üniversite öğrencileriyle yürütülen birçok çalışmaya rastlanmış, buna karşın lise öğrencileriyle yürütülen çalışmaların nispeten daha nadir olduğu görülmüştür. Bu sebepten bu çalışmaya dahil edilen örneklem grubunun ergenler olması önem arz etmektedir. Ayrıca belirtilen değişkenler arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolüne dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu anlamda özgün bir çalışma olarak literatüre katkı sağlayacağı ve gelecekte bu tema hakkında yapılacak çalışmalara emsal teşkil edeceği düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

- Katılımcıların anket sorularına dürüstçe ve içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma; 2022-2023 eğitim öğretim yılında, Konya ilinde öğrenimlerine devam eden ve araştırmaya katılmak için gönüllü olan lise öğrencilerinden “Kişisel Bilgi Formu”,

“Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)”, “Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (FoMOS)”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği” aracılığıyla elde edilen veriler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Sosyal Medya Bağımlılığı: Belirli bir SM platformuna veya birden fazla platforma aşırı derecede zaman ayırarak, internet kullanımında kontrol kaybı, işlevsellikte bozulma, psikolojik ve sosyal problemler ve diğer yaşamsal aktivitelerden kaçınma veya kayıtsızlık ile karakterize edilen bir davranışsal bağımlılık durumudur (Andreassen vd., 2017a).

Yalnızlık: Kişinin var olan sosyal ilişkisiyle, arzuladığı sosyal ilişkisi arasında ortaya çıkan tutarsızlıklar sebebiyle yaşanan, hoş olmayan öznel psikolojik bir durumdur (Peplau ve Perlman, 1982).

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (Fear of Missing Out [FoMO]): Kişinin diğer insanların sahip oldukları etkinlikler, deneyimler, başarılar veya ilişkilere dahil olamama veya kaçırma korkusu duymasıdır. Bu korku, kişinin sosyal statüsünü, kabul edilme ihtiyacını, özsaygısını veya tatminini etkileyebilir. SM platformları, kişinin anlık olarak sosyal ağlarının tümüne ulaşabilme olanağı sağladığı için diğer insanların SM paylaşımları kaynaklı kaygı ya da endişe durumu olarak da tanımlanmaktadır (Przybylski vd., 2013).

BÖLÜM 2

2.ALAN YAZIN

Bu bölümde araştırma problemine bağlı olarak bağımlı ve bağımsız değişkenler kavramsal olarak ele alınmış ve yapılan literatür taraması ışığında, araştırma konusu ile ilgili yürütülmüş diğer çalışmalara yer verilmiştir. Bu bağlamda sırasıyla, SM, SMB, GKK (FoMO), yalnızlık kavramları açıklanmıştır. Bu bölümde yapılan açıklamalarla, araştırma değişkenlerinin ne olduğu, hangi kuramsal temellere dayandığı, Türk ve dünya literatüründe konuyla ilgili ne tür araştırmalar yapıldığı ve hangi sonuçlara ulaşıldığı yönündeki malumatların açıklığa kavuşturulması hedeflenmiştir. Elde edilen bilgiler, bu araştırmanın bulguları baz alınarak sonuç bölümünde tartışılıp, bir sonuca bağlanmıştır.

2.1.Sosyal Medya

Bu bölümde SM kavramı, tarihi, özellikleri, türleri, platform çeşitliliği gibi nitelikleriyle geniş bir yelpazeden ele alınmış, elde edilen verilerin SMB kavramına ışık tutması amaçlanmış ve oluşturulan altyapısıyla birlikte derinlemesine ele alınmıştır.

2.1.1.Sosyal medya kavramı

SM, yakın zamanda hayatlarımıza dahil olmuş ve toplumun her kesimine nüfuz ederek hızla yayılan, çağımızın en popüler iletişim ve etkileşim aracıdır. Yaşanan teknolojik gelişmelerin hızı ve hayatımızın her alanına internetin dahil olması, işlerimizi sanal ortamda bitirebilme, boş vakitlerimizi kişisel ilgi alanlarımıza göre değerlendirebilme, bilgiye hızla ve kısa yoldan ulaşabilme, iletişimlerimizde aradaki mesafeleri ortadan kaldırarak küresel anlamda tüm dünyayla etkileşim kurabilme olanakları sayesinde internet ve dolayısıyla SM hayatımızın merkezine yerleşmiştir. Gelişen iletişim teknolojileri vasıtasıyla bireyler ve toplumlar arasındaki siyasi, ekonomik, kültürel sınırlar gibi birçok maddî sınır ortadan kalkmış, yerini küreselleşmiş bir dünya düzenine bırakmıştır (Çalışkan ve Mencik, 2015). Küreselleşmiş yeni dünya düzeni ise bireylerin ve toplumların sürekli etkileşimde olma ihtiyacını doğurmuş, SM vasıtasıyla sanal bir dünya kurulmuştur. Bahsi geçen sebepler, bireysel ve kitlesel dünyamıza bu denli nüfuz eden SM kavramının önemini ortaya koymaktadır. Kavram ile ilgili yapılan literatür taraması sonucunda, SM kavramının popüler bir araştırma konusu olduğu ve kavramı açıklamak adına birçok tanımın var olduğu gözlenmiştir.

Boyd (2008), SM'yi terim olarak, bireylerin internet tabanlı teknolojileri kullanarak birbirleriyle ve dünyayla etkileşimlerini sağlayan yolların bütünü olarak ele almıştır. SM'nin

fonksiyonunuysa, bireylerin açık veya gizli kişisel profillerini oluşturabildikleri, oluşturdukları profilleri, ilgi alanlarına, çeşitli kişisel bilgilerine göre şekillendirebildikleri, diğer kullanıcılarla paylaşabildikleri ve dönüt alabildikleri, ürettikleri video, fotoğraf, ses kaydı gibi içerikler, gönderdikleri mesajlar, çeşitli içerik beğenileri ve yorumlarla, kullanıcılarla etkileşime geçebildikleri, belirtilen yollar ile yeni sosyal bağlantılar kurabildikleri internet tabanlı sanal mecralar olarak tanımlamaktadırlar (Boyd ve Ellison, 2007).

Weber (2009), SM kavramını, çeşitli ortak çıkarlara ve paydalara sahip bireylerin bir araya gelerek, etkileşimlerde bulundukları, bu vasıta ile yeni sosyal bağlantılar edindikleri ve tanınırlık kazandıkları sanal ortamlar şeklinde tanımlamaktadır. Vural ve Bat (2010) ise bireyler arasında karşılıklı etkileşime, ortak paydalara sahip bireylerin bir araya gelerek paylaşımlarının artmasına, bireylerin kendi profillerini ve iletişimde olmak istedikleri sosyal bağlantıların listesini oluşturmaya olanak sağlayan internet tabanlı sanal mecralar olarak tanımlamaktadır. Toprak ve arkadaşları (2009) kavramı, bireylerin ünlerini ve statülerini arttırabilmek adına bir araç olmasının yanı sıra, içinde bulundukları diğer kullanıcıların profillerini ve bağlantılarını gözlemleyebilme, mesaj, ses kaydı gibi çeşitli içerikler aracılığıyla birbirleriyle iletişime geçebildikleri araçlar olarak tanımlamaktadır. Toprak ve arkadaşlarının (2009), Vural ve Bat (2010)'ın tanımları, Weber (2009)'in SM hakkında yaptığı tanımları destekler niteliktedir.

Preeti (2009) SM kavramını, bireylerin ortak bir amaç doğrultusunda, kişisel fikirlerini paylaştıkları, dönüt ve geri dönütlerle etkileşimde bulundukları ve bu etkileşimleri kolaylaştıran internet aracılığıyla bireylerin oluşturdukları topluluk mecraları olarak tanımlamaktadır (Akt: Tutgun Ünal, 2015). Yani SM, bireylerin kişisel iletişimlerini de içinde barındıran, fakat tek maksadı bu olmayan bireyleri internet tabanını kullanarak bir araya getiren sanal kamusal bir alan olma özelliği taşımaktadır (Sarı, 2014).

SM bireylerin ve toplulukların, ürettikleri kişisel içerikler aracılığıyla birbirleriyle paylaşım yapabildikleri, yaptıkları paylaşımlara dönüt alabildikleri ve dönütlere geri dönüt verebildikleri internet tabanlı yüksek düzeyli etkileşim platformlarıdır (Kietzmann vd., 2011). Bu bağlamda SM, bireylerin kendi profillerini oluşturup dünyanın herhangi bir yerindeki başka insanlarla özgürce etkileşim ve iletişim kurabildikleri, kendilerini ifade edebildikleri sanal mecralardır (Tektaş, 2014). Bu yönüyle SM bireylerin, oluşturdukları profiller ve ürettikleri içerikler vasıtasıyla, kendilerini diğer kullanıcılara sunabildikleri, mevcut sosyal bağlantılarını koruyarak devam ettirmelerine ve yeni bağlantılarla etkileşim kurarak sosyal çaplarını genişletebilmelerine olanak sağlayan platformlardır (Çalışır, 2015). Hatta SM yalnızca birey

etkileşimlerini değil, kurumların, devletlerin aldıkları bir kararı çeşitli kitlelere duyurabildikleri de etkili bir mecradır.

SM platformları içeriğinde bulunan wikiler, bloglar, mikrobloglar, içerik toplulukları, sanal oyun ortamları gibi var oluş maksatları farklı mecralar aracılığıyla diğer bireylerle etkileşim kurmalarına, sosyal bağlantılarıyla içeriklerini paylaşmalarına, yeni arkadaşlıklar kurmalarına ve mevcut arkadaşlarıyla resim, video gibi içeriklerle etkileşim kurabilmelerine, kurdukları etkileşimler vasıtasıyla çeşitli etkinlikler organize edebilmelerine ve etkinliklere katılabilmelerine olanak sağlayan internet tabanlı sanal ortamların genel adıdır (Eldeniz, 2010).

SM platformlarının yerine kullanılabilecek bir diğer kavram Web 2.0'dır. Bu kavram literatürde SM kavramının yerine kullanılabilse de aslında SM'nin daha çok teknolojik anlamda sağladığı imkanlara odaklanmış bir terimdir (Aras, 2019). SM ise Web 2.0'ın çevrimiçi içerik üretme, paylaşma ve iş birliği yapma yeteneklerini ifade eder (Kuss ve Griffiths, 2017). 2004 yılında ortaya çıkan Web 2.0 kavramı, önceleri sadece makine ve içerik üreticisi arasında olan etkileşimi bir üst boyuta taşıyarak insanların birbirleriyle kolektif şekilde etkileşime girmesini sağlayan yeni teknoloji dönemidir. Hwang ve arkadaşları (2009) Web 2.0 kullanıcıları farklı kaynaklardan bilgi yaratma, paylaşma ve paylaşılanları düzenleme, kolektif zekâyı kullanma ve eyleme geçirme konusunda teşvik eden yeni internet hizmetleri trendi olarak tanımlanmaktadır. Aslan ve Kolancı (2018), Web 1.0 döneminde kişilerin sadece makineler ile iletişimde olduklarını, Web 2.0 dönemiyle birlikte, diğer insanlarla sanal platformlarda etkileşime başladıklarını ve Web 3.0 dönemiyle birlikte makine ve insanların hep birlikte etkileşimde bulunduğunu öne sürmüştür. Kaplan ve Haenlein (2010) Web 2.0 teknolojisini, Web 1.0 döneminde sadece kişiler tarafından oluşturulmuş ve yayımlanan içerikler dönemini geride bırakıp, kullanıcıların ortak kullanımı esasına dayanan ve diğer kullanıcılarında katılımıyla üretilen verilerin sürekli değişmesi, yenilenmesi, güncellenmesine olanak sağlayan yeni teknoloji dönemi olarak tanımlamaktadır. Web 2.0 üretilen içeriğin, kullanıcılar tarafından oluşturulması ve paylaşımı esasına dayanmakta, böylece kullanıcılar arasında iletişim ve etkileşimi hedeflemektedir (Eti, 2021). Web 2.0 teknolojisinin en temel vizyonu bilgi üretilmesi, aktarımı ve kullanıcı etkileşimleriyle aktarılan bilginin geliştirilmesidir.

Zaman içerisinde gelişen teknolojiler ve Web 2.0 teknolojisinin hayatlarımıza dahil oluşu, internet kullanıcılarını pasif rolden çıkararak, içerik oluşturabilecekleri, oluşturulan içeriklerde söz sahibi olabilecekleri bir ortam hazırlamış ve kullanıcıları internet tabanlı platformlarda aktif bir noktaya taşımıştır (Koçak, 2012). Bu bilgiler bağlamında SM, Web 2.0

teknolojisinin gelişimiyle birlikte geliştirilen etkileşim siteleri ve uygulamaların bütünü olarak ele alınmaktadır (Aras, 2019). Web 2.0 teknolojisi interneti adeta bir paylaşım ortamına çevirmiş, tüm insanların kullanımına sunulmuş, toplumun her kesimine ulaşmış, iletişimde sınırları ortadan kaldırarak etkileşimleri üst boyutlara taşımış ve yok sayılamayacak potansiyel bir güç haline bürünmüştür (Akbaş, 2021). Öyle ki bir düşüncesi ya da bir ürünü olan tüm bireyleri, zaman ve mekân fark etmeksizin bir araya getirebilecek sanal bir çatı oluşturmuştur. Kişiler bu çatı altında kendilerini özgürce ifade edebilmekte, ortak paydalara sahip oldukları diğer kullanıcılarla örgütlenerek bir kitle oluşturabilmekte, istenilmeyen bir olaya bu çatı altında tepki gösterebilmektedirler.

Özetle Web 2.0, internet tabanlı teknolojilerin etkileşim boyutunun gelişimini temsil ederken, SM bu gelişmelerle birlikte ortaya çıkan ihtiyaç sonucunda geliştirilen etkileşim platformlarının bütününe kapsamaktadır. SM, bireylerin kişisel profillerini oluşturabildikleri, kendilerini özgürce tanıtabildikleri, bu sayede mevcut sosyal bağlantılarında devamlılık sağlayabildikleri ve yeni bağlantılar kurabildikleri, içerik oluşturabildikleri, oluşturdukları içerikler hakkında diğer kullanıcılar tarafından dönüt alabildikleri, her kullanıcının aktif söz sahibi olabildiği, etkileşim sınırları açısından zaman, mekân, mesafe gibi sınırların ortadan kalktığı sanal ortamlardır. Bu bilgiler ışığında, her kullanıcının potansiyel bir veri üreticisi ve denetleyicisi olduğu, üretilen her verinin kitlelerin etkileşimleri vasıtasıyla süreklilikle güncellenerek gelişebileceği düşünülürse, SM'nin insanlık tarihinin etki gücü en yüksek kitle hareketi olduğu savunulabilir.

2.1.2.Sosyal medya tarihi

Şu sıralar yapay zekanın da etkisiyle gelişiminde büyük yol kateden, iletişim, bilgi, eğlence, gündem takibi ve gündem üzerinde söz sahibi olma gibi imkanlarıyla insanlığın hayatının merkezine yerleşen SM'nin gelişim süreci hemen hemen internetin icadıyla aynı tarihlere tekabül etmektedir. Bunun yanı sıra günümüzde bildiğimiz formatıyla SM'nin ortaya çıkışı 1990'lı yılların ortalarına denk gelmektedir.

SM'nin geçmişten bugüne tarihsel gelişimini, internet ve SM'nin altyapısının oluşturulduğu Web 1.0 dönemi, etkileşimler aracılığıyla internetin daha interaktif ve dinamik bir yapıya dönüştüğü Web 2.0 dönemi ve internet deneyiminin daha akıllı, şeffaf, merkeziyetsiz bir hal aldığı Web 3.0 dönemi olmak üzere 3 ana dönemde ele almak mümkündür.

Web 1.0 dönemi internetin icadıyla başlamış, kullanıcıların içerik üreterek internet aracılığıyla diğer kullanıcılarla paylaşabildiği, fakat paylaşım yapılan kullanıcıların etkileşimde bulunarak üretilen içeriği geliştirmelerine imkan tanımayan bir dönemi temsil etmektedir. İnsanların makineler aracılığıyla eldeki bilgiyi sosyal ağlarına dağıtabilmektedirler. Web 2.0 dönemine gelindiğinde ise kullanıcılar ortak platformlarda buluşarak, etkileşime sokulan bilgiyi, verdikleri dönütler ile üstüne koyarak geliştirmeye başlamışlar, bu yönüyle kolektif bilgi üretimi başlamıştır. Bu dönem SM dönemi olarak anılmakta, makineler aracılığıyla insanın insanla etkileşime girdiği bir dönemi temsil etmektedir. Web 3.0 dönemine gelindiğinde ise gelişen teknolojiler sayesinde, bilgi makineler tarafından üretilebilir hale gelmiştir. Gerekli kodlamaların yapılmasıyla makineler amacına uygun bilgileri kısa süre içinde kavrayabilir pozisyona gelmiş ve kullanıcısının bilgi üretmesine yardımcı olmasının yanı sıra, organize edilmemiş bilgileri kısa süre içerisinde organize ederek kullanıcının amacına hitap eden bir içeriğe dönüştürebilmektedir. Böylece kişilerin belirli temalar hakkında bir bilgiyi üretmek için birçok araştırma yapmasına, efor sarf etmesine, günlerini, aylarını ya da yıllarını harcamalarına gerek kalmamıştır. Bunun yerine kullanıcının kendi amacına uygun yapay zekâ alt yapısına doğru komutları verecek donanıma sahip olması bilgiyi organize şekilde üretmesi için yeterli olacaktır. Web 3.0 teknolojisiyle birlikte insan-insan, insan-makine, makine-insan etkileşimlerinin tamamı sağlanmıştır. Böylece makine ve insan bilgiyi iş birliği halinde oluşturmaya başlamıştır.

Web 1.0 dönemi

Web 1.0 dönemi, SM platformları açısından gerekli temellerin oluşturulmaya başlandığı, öncül bir dönem olarak adlandırılabilir. Bu dönemde insanlar makinelerle etkileşimde bulunarak içerik ürettirler ve bu içerikleri bir ağ üzerine yükleyerek, diğer kullanıcıların erişimine sundular. 1969 yılında, Amerika Birleşik Devletleri Savunma Bakanlığı'nın, akademik ve bilimsel çevreleri bir araya getirme projesi olan ARPANET projesi ile internetin temelleri atılmıştır (Aras, 2019), Web 1.0 dönemi böylece resmen başlamıştır.

ARPANET'in ardından, SM platformlarının atası kabul edilen e-posta, 1971 yılında Ray Tomlison ve ekibi tarafından kurulmuştur (Sajithra ve Patil, 2013). Başlangıçta kullanıcılar, SNDMSG adlı sistem aracılığıyla, yalnızca aynı bilgisayar üzerinden, biri birlerinin e-posta kutularına ileti bırakabilmekteydiler. Ardından CPYNET adlı dosya aktarım programının SNDMSG sistemine entegre edilmesiyle yerel ağa bağlı bilgisayarlar arasında e-posta gönderebilmek mümkün hale gelmiştir. Bu entegrasyon sayesinde 1971 yılında aynı yerel

ağa bağı yan yana bulunan iki bilgisayar arasında e-posta gönderimi gerçekleşmiş ve ilk e-posta olarak tarihe geçmiştir. Bu gelişmeyle beraber e-posta hızla popülerlik kazanmış, bu altyapı temel alınarak yeni gelişmeler yaşanmıştır.

1979 yılında Tim Truscott ve Jim Ellis tarafından haber grupları temelli duyuru ve tartışma platformu olan Usenet tasarlanmıştır. İlk aşamada bir mesajlaşma ağı olarak ortaya çıkan Usenet, bireylerin kategorize edilmiş haber gruplarına dahil olabilmelerine, mevcut gelişmeleri takip edebilmelerine ve vermek istedikleri sosyal mesajları uygun kitlelere iletebilmelerine aracılık etmiştir (Çalışkan ve Mencik, 2015). Bu yönüyle ilk kollektif e-posta platformu olma özelliği taşımaktadır. Neredeyse 2000’li yıllara kadar popülerliğini koruyan Usenet çeşitli blog sitelerinin ve sosyal ağların gelişmesiyle yerini daha modern teknolojilere bırakmıştır.

E-postanın geliştirilmesiyle ortaya çıkan bir diğer platform da 1984 yılında Eric Thomson tarafından geliştirilen Listserv platformudur. Bu platform aracılığıyla e-posta gönderim sistemi ölçeklendirilmiş, çoklu e-posta sistemi vasıtasıyla hazırlanan tek bir ileti büyük gruplara aynı anda gönderilebilir hale gelmiştir (Sajithra ve Patil, 2013).

SM platformlarının temellerinin oluşum sürecinde çığır açan bir diğer gelişme ise 1988 yılında Jarkko Oikarinen tarafından oluşturulan Internet Relay Chat (IRC) protokolüdür. IRC platformu çoklu kullanıcı, gerçek zamanlı bir sohbet platformudur ve bugünkü anlık mesajlaşma platformlarının atasıdır (Bostancı, 2010). IRC’nin gelişimine kadar e-postalar büyük kitlelerle paylaşılabilir durumdaydı. Fakat gerçek zamanlı ve anlık dönütler sağlayamamak bundan önceki platformların sınırlılığını oluşturmaktaydı (Sajithra ve Patil, 2013). IRC platformuyla birlikte kullanıcılar diledikleri sohbet odasına dahil olabilmekte, metin temelli anlık ileti iletebilmekte ve dilerse kullanıcılara bire bir özel mesaj yollayabilmekteydi.

Çıkış aşamasında askeri bir proje olan ARPANET 1983 yılında, düşmanın ağa sızmasını zorlaştırmak ve sistem güvenliğini sağlamak adına TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol) ağ anahtarlama protokolüne dahil edilmiş, 1986 yılı itibariyle ise NSFNet (National Science Foundation) tarafından internet ağ alt yapısı oluşturulmaya başlanmıştır (Saka, 2019). 1980’lerin sonuna kadar askeri bir proje olan ve akademik çevrelerin kullanımına sunulan ARPANET, halkın kullanımına henüz açık değildi. 1990 yılı itibariyle oluşturulan NSFNet altyapısı ve TCP/IP internet sağlayıcıları sayesinde ABD, Avrupa, Pasifik ülkeleri ve Japonya’da internet altyapıları oluşturulmuş, internet halkın kullanımına sunulmuş,

1991 yılı itibariyle internet ticari bir boyut kazanmıştır (Saka, 2019). IRC teknolojisinin sunduğu imkanlarla da birlikte kişisel web sayfaları, tartışma ve sohbet platformları hızla oluşturulmaya başlanmış, dünyanın çeşitli yerlerindeki kullanıcıların hizmetine sunulmuştur. Böylece Web 1.0 teknolojisinin gelişiminde belli bir doyum noktasına gelinmiş, içerik ve bilgi üretiminde işbirlikçi yapının temellerinin atıldığı Web 2.0 dönemine geçiş süreci başlamıştır.

Web 2.0 dönemi

Web 2.0 dönemi, artık bireylerin tek başına içerik oluşturmadığı, bunun yerine bilginin World Wide Web (www) aracılığıyla tüm kullanıcılar tarafından katılımcı ve işbirlikçi şekilde sürekli değiştirildiği, güncellendiği bir dönem ve ortamı yansıtmaktadır (Kaplan ve Haenlein, 2010). Web 2.0 terimi ilk olarak teknolojik ticari sergi ve konferans üreticilerinin oluşturduğu bir dizi konferans serisinin isimlendirilmesi olarak ortaya çıkmıştır. Bu terim O'reilly tarafından tanımlanmış ve 2004 yılından itibaren kullanılmaya başlanmıştır (Vural ve Bat, 2010). Web 2.0 terimsel olarak ikinci nesil internet hizmetlerini, kullanıcı etkileşimli platformları, internet aracılığıyla kullanıcıların ortak üretim yaptıkları ve bu şekilde bilgiyi işbirlikli şekilde güncel tutabildikleri, kullanıcı platformlarının tümü şeklinde tanımlanmaktadır (Vural ve Bat, 2010). Bir diğer deyişle Web 2.0, SM'nin kendisidir. Bu sebeple Web 2.0 dönemindeki gelişmelerin anlaşılması, SM'nin tarihsel gelişim sürecine de ışık tutacaktır.

Bilinen ilk sosyal ağ platformu, 1995 yılında Conrads tarafından oluşturulan classmates.com'dur (Sajithra ve Patil, 2013). Platformun amacı kullanıcıları eski okul arkadaşları, sınıf arkadaşları ve mezunlar arasında bir iletişim kanalı oluşturmaktır. Site kullanıcılarını sanal ortamda bir araya getiren bir platform olsa da modern anlamda bildiğimiz SM platformlarıyla aynı fonksiyonlara sahip değildi ve çeşitli sınırlılıkları vardı. Bu fonksiyonlara sahip bilinen ilk SM platformu ise 1997 yılında hizmete açılan sixdegrees.com'dur (Boyd ve Ellison, 2007). Bu platform sayesinde SM kullanıcıları kendi kişisel profillerini dizayn edebilmiş ve sosyal ağ üzerinden yeni arkadaşlıklar kurabilmişlerdir. 1998 itibariyle diğer kullanıcıların oluşturdukları profillerinde gezinti yapabilmeye başlamışlardır (Hazar, 2011). Kullanıcılar Sixdegrees aracılığıyla birbirleriyle bağlantılı hale gelmişler ve mesajlaşma yoluyla sanal ortamda iletişimde kalabilmişlerdir (Koçak, 2012). Platformun kuruluşu, Hi5, Friendster, Ryze.com gibi birçok arkadaşlık ve tanışma platformunun kurulmasına öncülük etmiştir. Sixdegrees 2000 yılında 125 milyon dolara satılmış, rekabet ortamına tutunamaması sebebiyle 2001 yılında kapatılmıştır (Hazar, 2011).

SM tarihinde yaşanan bir diğer gelişmede blog sayfalarının gelişimidir. 1990'ların başlarında henüz blog terimi kullanılmazken, eski blog yazarları çevrimiçi ortamdaki varlıklarını, web sitelerinde yayınladıkları içeriklerle sürdürmekte ve bu içeriklerin bulunduğu ortamı dergi olarak adlandırmaktaydılar (Sajithra ve Patil, 2013). Blog kullanımı 1990'ların sonlarına kadar yavaş bir gelişim çizgisi izlemiştir. 1998 yılında Bruce ve Susan Abelson'un Open Diary platformunu kurmaları ve blog yazarlarını bu platformda bir araya getirmeleriyle birlikte blog siteleri popülerlik kazanmış, rekabet ortamına bu platforma emsal teşkil edecek yeni platformlar hızla dahil olmuştur (Kaplan ve Haenlein, 2010). Platformu 1999 yılında Brad Fitzpatrick tarafından oluşturulan LiveJournal, Andrew Smales tarafından oluşturulan Pitas.com, Ewan Williams ve Meg Hourlhan tarafından kurulan blogger.com takip etmiştir (Sajithra ve Patil, 2003). Blogger.com 2003 yılında Google tarafından satın alınmıştır.

Kullanıcılar tarafından iş birliğiyle oluşturulan ve kullanıcıların içerikler üzerinde ekleme/düzenleme yaparak çevrimiçi ortamda ortak içerik üretebildikleri bir diğer platformda wikilerdir. 1995 yılında Ward Cunningham tarafından oluşturulan "WikiWikiWeb" platformu bu alanda ilk platform olma özelliği taşımaktadır. Lakin wikiler 2000 yılı itibarıyla çevrimiçi kullanıcılar arasında popüler hale gelmiş, bu bağlamda internet tabanlı ve herkesin erişimine açık ansiklopedik kullanım özelliği sağlayan Wikipedia.org kullanıcıların hizmetine sunulmuştur. Jimmy Wales ve Larry Sanger tarafından 2001 yılında hayata geçirilen platform, yıllar ilerledikçe etki alanını büyük ölçüde genişletmiş, günümüzde dünya genelinde kabul gören ve herkes tarafından kullanılan bir platform haline gelmiştir.

2002 yılında Jonathan Abrams tarafından, kimi bilim çevrelerince modern SM platformlarının ilki kabul edilen, flört ve tanışma platformu Friendster kuruldu (Boyd, 2007). Bu platformda kullanıcılar kişisel profil oluşturabilmekte, yeni insanlarla tanışabilmekte, fotoğraf paylaşabilmekte, mesajlaşabilmekte ve ilgi alanlarına göre gruplara dahil olabilmekteydiler. Friendster günümüzde her ne kadar sık kullanılan bir platform olmasa da SM formatlarının oluşumunda yapıtaşı olarak görülen öncü platformlardandır (Boyd, 2007).

2003 yılı, modern SM platformlarına artan ilgiyle birlikte, ağa dahil olan platformlarda ciddi bir sıçrama görülmüştür (Hazar, 2011). Bu yıl içerisinde kullanıcıların iş ilişkileri kurup, profesyonel ağlarını geliştirmelerine, iş fırsatlarını değerlendirmelerine olanak sağlayan LinkedIn, fotoğraf, müzik vb. medya paylaşımları yapma, blog yazma gibi imkanlar sağlayan MySpace, kullanıcıların çektikleri fotoğrafları yayınlama, yorum yapma, diğer kullanıcıların

fotoğraflarını beğenebilme gibi özellikleriyle Fotolog ve Bebo, Hi5, Tribe.net, Ryze.com, Xanga gibi birçok platform, sosyal ağlar içerisine dahil olmuştur.

2004 yılına gelindiğinde Mark Zuckerberg ve oda arkadaşları, zamanının en popüler uygulaması olan Facebook platformunu kurmuşlardır. İlk başlarda, Harvard Üniversitesi'nde okuyan yatılı kolej ve üniversite öğrencilerinin diğer yurt ve kampüslerdeki tanımadıkları öğrenciler ile bağlantı kurmalarını amaçlayan platform (Kirschner ve Karpinski, 2010), 2006 yılı itibariyle halkın kullanımına açılmış ve açılır açılmaz 12 milyon kullanıcıya ulaşmıştır (Hew, 2011). Platform günümüzde 2,96 milyar kullanıcısıyla varlığını sürdürmektedir (We Are Social, 2023). Yine 2004 yılı içerisinde Ludicorp Şirketi tarafından fotoğraf paylaşımı, başka fotoğrafçıların çalışmalarını keşfetme ve etkileşime geçme imkânı sunan bir medya paylaşım platformu olan Flickr hayata geçirilmiştir.

2005 yılında gelindiğinde, günümüzün en büyük video paylaşım platformu ve video içerik havuzu olan YouTube yayın hayatına başlamıştır. Sitenin kurucuları Chad Hurley, Steve Chen, Jawed Karim çektikleri videoları paylaşırken yaşadıkları zorluktan ilham alarak bu platformu kurmuşlardır (Güzel, 2020). 2005 yılında kullanıma açılan bir diğer platformda kullanıcıların üretilen içerikleri oylayabildiği ve tartışabildiği sosyal haber platformu Reddit'tir. Alexis Ohanian ve Steve Huffman tarafından kurulan platform, içerisinde subreddit denilen kişisel ilgi alanlarına (spor, fotoğrafçılık, müzik, oyun vb.) göre alt kategoriler barındırmaktadır. Kullanıcılar, içeriklerini subredditlerde paylaşmakta, paylaşılan içeriklere "Upvote" oyu vererek içeriğin görünürlüğünü arttırabilmekte veya "Downvote" oyu vererek görünürlüğünü düşürebilmektedirler.

2006 yılına damgasını vuran SM platformu bir mikroblog uygulaması olan Twitter'dır. Jack Dorsey tarafından hayata geçirilmiş bu platform, başlangıçta 140, 2017 yılı itibariyle ise 280 karakterle kendilerini ifade edebilecekleri, çeşitli medyalar paylaşabilecekleri, belirli temalar hakkında sohbet odaları kurabilecekleri/katılabilecekleri bir platform olma özelliği taşımaktadır. Elon Musk, 2022 yılının mayıs ayında Twitter'i satın almış, platform politikaları ve ticari stratejisinde önemli değişiklikler yapmıştır. Platform gündemdeki her türlü gelişmeye en hızlı ulaşma yolu olarak varlığını ve etkisini sürdürmektedir.

2007 yılında David Kaarp tarafından mikroblogların devamı niteliğinde olan Tumblr platformu kurulmuştur. Platform, kullanıcıların metin, fotoğraf, GIF, ses dosyaları gibi içeriklerle diğer kullanıcılarla etkileşimde olmalarına olanak sağlamaktadır.

2009 yılında ise Jan Koum ve Brian Actum tarafından, günümüzde en çok kullanılan anlık mesajlaşma platformu Whatsapp kurulmuştur. Platform, kullanıcıların hücresel cep telefonu numaralarıyla, metin mesajları, belge, resim, ses, konum bilgisi gibi öğeleri, internet tabanını kullanarak diğer kullanıcılarla anlık olarak paylaşabilmelerine olanak sağlamaktadır (Malecela, 2016). Bu özelliklerin yanı sıra 2015 yılı itibariyle sesli arama, 2016 yılı itibariyle ise görüntülü arama özellikleri platforma eklenmiştir. Böylece kullanıcılar, internete erişimleri sağlandığı takdirde, dünyanın neresinde olurlarsa olsunlar, diğer kullanıcılarla görüşme ve içerikler yoluyla ücretsiz şekilde etkileşime geçebilme imkanına sahip olmuşlardır. Kullanıcıların gidecekleri mekanları keşfetmelerine, keşfettikleri mekanları değerlendirebilmelerine ve anlık konum bilgisi paylaşarak, sosyal ağlarındaki diğer kullanıcılarla yer bildirimi paylaşabilmelerine olanak sağlayan FourSquare platformu da yine bu yıl içerisinde SM platformları içerisinde dahil olmuşlardır.

2010 yılına gelindiğinde, Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından özellikle genç yetişkin kullanıcılar arasında günümüzün en popüler fotoğraf ve video paylaşma uygulaması Instagram SM kullanıcılarının hizmetine sunulmuştur (Güzel, 2020). Uygulama hızla popülerlik kazanmış, 2012 yılı Nisan ayında Facebook şirketi tarafından 1 milyar dolara satın alınmıştır (Salomon, 2013). Instagram, 1,32 milyar kullanıcısıyla en popüler SM uygulamaları arasında yerini korumaktadır (We Are Social, 2023). 2009 Aralık ayında Ben Silbermann, Evan Sharp, Paul Sciarra tarafından temelleri atılan, sanat, moda, dekorasyon, seyahat, sağlık gibi birçok kişisel ilgi alanına yönelik kategoride, kullanıcıların koleksiyon oluşturabilmesine imkân tanıyan Pinterest platformu da 2010 yılı itibariyle hizmete açılmış, 2011 yılı itibariyle ise büyük bir patlama yaşayarak 70 milyon kullanıcıya ulaşmıştır. Yaratıcı fikirlerin keşfedilmesine rehberlik eden platform günümüzde hala popülerliğini korumaktadır.

Yaşanan teknolojik gelişmelerle birlikte, SM platformlarının sayısının hızla artması, oluşturulacak olan yeni platformların, kendine has özellikler ve yeni formatlar barındırmasını zaruri hale getirmiştir. 2011 yılında üç Stanford Üniversitesi öğrencisi tarafından anlık tüketim ve gizlilik esaslarına dayanan Snapchat uygulaması medya hayatına giriş yapmıştır (Güzel, 2020). Kullanıcıların zamana duyarlı fotoğraf ve videolar paylaşabilmelerine olanak sağlayan, görüntülendikten veya süresi dolduktan sonra da bir daha görüntülenmemek üzere ortadan kaybolan medyalar, platformun konseptini oluşturmaktadır (Alhabash ve Ma, 2017). Sunduğu eğlenceli özellikler (filtreler vb.) sayesinde özellikle genç yetişkinler (18-29 yaş) arasında hızla

popülerleşen platform, kısa sürede en başı çeken sosyal ağ platformları arasında yerini almıştır (Vaterlaus vd., 2016).

Teknoloji ve internette yaşanan gelişmelere uyum sağlayan lider ülkelerin birçoğu SM sektöründe girişimlerde bulunsa da bu sektör 2011 yılına kadar özellikle ABD ve Batı ülkelerinin tekelinde gelişim göstermekteydi. Japonya ve Çin rekabet piyasasında söz sahibi olabilmek, iletişim ağları konusunda Batı'ya bağımlılığını azaltmak, Asya coğrafyasında SM alanında hâkim güç olmak gibi sebeplerle birtakım girişimlerde bulunmuşlardır. Bu bağlamda Whatsapp uygulamasına muadil olarak Çin, Ocak 2011'de Tencent Şirketi tarafından hayata geçirilen WeChat, Japonya ise Haziran 2011 Line şirketi tarafından tasarlanan Line platformlarını tanıtmıştır (Chen, 2016; Montag vd., 2018). Akıllı telefonlar için tasarlanan bu platformlar, başlangıçta diğer kullanıcılarla mesajlaşma, medya gönderme gibi temel işlevleri barındırırken, sonradan eklenen ödeme yapma, taksi çağırma, oyun oynama, otel rezervasyonu yapma gibi birçok özellik, çok amaçlı SM platformları haline dönüşmüşlerdir (Chen, 2016; Montag, vd., 2018). Her iki platformda ortaya koydukları vizyon sayesinde özellikle Asya coğrafyasında kullanıcı ağını genişletmiş ve kendi coğrafyasında öncü platformlar olmayı başarmışlardır.

2012 yılına gelindiğinde Colin Kroll, Dom Hofmann ve Rus Yusupov tarafından kullanıcıların 6 saniyelik videolar yayınlamalarına olanak sağlayan, kısa süreli yaratıcılık odaklı bir platform olan Vine geliştirilmiştir. Kısa zamanda popülerlik kazanan uygulama 2013 yılında Twitter tarafından satın alınmış, muadil uygulamalardan (Snapchat vb.) dolayı rekabet ortamına tutunamayan platformun 2017 yılında varlığına son verilmiştir. Yine 2012 yılında konum tabanlı eşleşme vizyonu sayesinde kullanıcıların yakınlarındaki diğer kullanıcıları keşfetmelerine, karşılıklı onay ve eşleşmenin ardından birbirleriyle etkileşime geçebilmelerine olanak sağlayan tanışma ve flört platformu Tinder kurulmuştur. Bireylerin sosyalleşme ihtiyaçlarını kolaylaştıran bu uygulama özellikle gençler arasında hızla popülerleşmiş, oldukça geniş bir kitleye yayılmıştır.

Yaşanan bu gelişmeleri, 2015 yılında kurulan, kullanıcılarına tüm dünyayla canlı yayın paylaşma imkânı tanıyan Periscope ve kullanıcılarının 15 saniyelik kısa videolar paylaşabildikleri Türkiye merkezli Scorp uygulaması takip etmiştir.

2016 yılına gelindiğinde şimdinin en çok kullanılan video paylaşım uygulamalarından biri olan TikTok platformu kurulmuştur. Platform, 2016'nın eylül ayında Zhang Yiming

tarafından Musical.ly adıyla piyasaya sürülmüş, 2017'nin kasım ayında Beijing Bytedance Technology tarafından satın alınmış ve platformun ismi TikTok (Çin'de bilinen adıyla Douyin) olarak güncellenmiştir (Montag vd., 2021). 15-60 saniye aralığında her türlü temada video içeriği üretimine izin veren etkileşimli yapısı sayesinde gençler arasında kısa sürede popüler olmuş, 2020 ve 2021 yıllarında App Store ve Google Playstore'de 2 milyarın üstünde indirme sayısı ile en çok indirilen SM platformları arasında yerini almıştır (Kızılkaya, 2022). Kişilerin grupta eşzamanlı olarak video sohbetler yapabildikleri bir platform olan HouseParty ve kullanıcıların sesli yayın yapabildikleri, podcast oluşturabildikleri bir platform olan Anchor platformları da 2016 yılı içerisinde yayın hayatına başlayan diğer SM platformlarıdır.

Covid-19'un başlangıcı ve devamında gelen kısıtlamalarla birlikte insanlar sosyal izolasyona maruz kaldılar ve bu dönemde bireyler sosyalleşme ihtiyaçlarını online platformlar aracılığıyla karşılamaya başladılar (Zhu, 2021). Alpha Exploration Company bu fikirden ilham alarak 2020 mart ayında kişilerin yalnızca diğer kullanıcılardan gelecek davetiyeyle ağa dahil olabildikleri, sesli sohbet tabanlı Clubhouse platformunu hayata geçirmişlerdir. Sanattan bilime birçok temada içerikler ve sohbet odaları barındıran uygulama, karantina döneminde sunduğu sesli sosyalleşebilme fırsatı sayesinde diğer sosyal ağlar arasında fark yaratarak bir dönemin en popüler uygulaması haline gelmiştir.

Özetle 1990'ların başlarında temelleri atılan SM platformlarının gelişimi, Web 2.0 teknolojisi ile birlikte hız kazanmıştır. Bu dönem, internet daha etkileşimli ve daha kullanıcı odaklı bir boyut kazanmıştır. Web 2.0 teknolojisi sayesinde kullanıcılar içerik oluşturma, içeriklerini sosyal ağlarıyla paylaşma ve etkileşime geçme yetkinliklerini geliştirmişlerdir. İnternetin gelişmesi, yaygınlaşması ve cepte taşınabilir hale gelmesiyle SM platformları toplumun her kesimine ulaşabilir hale gelmiştir.

Web 2.0 döneminde, teknolojinin yarattığı imkanlarla birlikte, kullanıcıların ilgi ve ihtiyaçlarını baz alan ve çeşitli özellikler barındıran birçok SM platformu türemiştir. Bu platformlar çağa ve gelişmelere ayak uydurabilmek adına kullanıcılarına sürekli yenilikler sunmayı ve daha konforlu bir SM deneyimi tattırmayı hedeflemiştir. Yaşanan bu gelişmelere ayak uyduramayan ve çağın gerisinde kalan platformlar ise kapatılmışlardır.

Web 2.0 dönemi, kullanıcıların içerik üretme ve paylaşma gücünü eline alması, sınırların ortadan kalkarak kullanıcılar arasındaki etkileşimlerin artması açısından önemli bir dönüm noktasını simgelemektedir. Bu dönem itibarıyla SM platformları bireylerin hayatlarının

merkezinine yerleşmiş, toplumun sosyal etkileşimlerini dijital ortama taşımış ve sunduğu kolaylıklar sayesinde bilginin üretilmesinde, insanların iş birliği içerisinde hareket etmelerine zemin hazırlamıştır.

2.1.3.Sosyal medyanın özellikleri ve türleri

SM bireylerin kişisel profillerini oluşturabildikleri, oluşturdukları içerikleri diğer kullanıcılarla paylaşabildikleri, diğer kullanıcılardan dönütler alabildikleri, böylece dünyayla etkileşime geçebildikleri sosyal mecralardır. Bu bağlamda SM ağlarının birçok özelliği ve kullanım amaçlarına göre birçok türü bulunmaktadır. Literatür incelendiğinde SM'nin özellikleri ve türleri hakkında birçok araştırmacının konu hakkında fikirlerini dile getirdikleri görülmüştür. Bu bölümde, yapılmış kapsamlı literatür çalışması neticesinde SM'nin özellikleri hakkında çeşitli bilgiler verilmiştir.

Sosyal medyanın özellikleri

Kietzmann ve arkadaşları (2011) SM'nin fonksiyonlarını, kimlik, ilişki, paylaşım, mevcudiyet, konuşma, itibar ve gruplar olmak üzere yedi işlevsel blokta ele almışlardır. Her blok kullanıcıların SM deneyimlerinin belli bir yönünü temsil etmektedir ve SM platformları bu blokların bir ya da birkaçını içinde barındıracak şekilde dizayn edilmiştir. Şekil 2.1.'de gösterilen fonksiyonların açıklamalarına aşağıda yer verilmiştir.



Şekil 2.1. Sosyal medyanın fonksiyonları (Kietzmann vd., 2011)

Kimlik (Identity): Kullanıcılar SM ortamında isim, yaş, cinsiyet, meslek, konum gibi kendilerini tasvir edecek bilgilerle sanal bir kimlik oluşturabilmekte, SM şirketleri ise kullanıcının mahremiyetine önem vererek bu bilgilerin ne kadarının ifşa edilebileceğini,

kullanıcının kendi kararına bırakmaktadır. Bir platform, kişilerin kimliklerinin mahremiyetine ne kadar önem verirse o denli güvenilir ve dolayısıyla o denli tercih edilir durumdadır. Kimlik fonksiyonu, kullanıcıların SM’de oluşturdukları sanal kimlikler, algoritmada kendilerini tanımlayıcı bıraktıkları izler ve kimliklerinin kendi talep ettikleri kadar ifşa edilebilirliği ile ilgilidir.

Konuşma (Conversation): Birçok SM sitesi, sınırları ortadan kaldırarak kullanıcılar arasındaki sohbetleri kolaylaştırmak için tasarlanmıştır. Kullanıcılar yeni insanlarla tanışmak, gerçek aşkı bulmak, özgüvenlerini geliştirmek, mesajlarını duyurmak, yeni fikirlerini sunmak, gündemdeki konular hakkında kendi mesajlarını iletmek gibi birçok amaçla diğer kullanıcılarla etkileşim halindedirler. Bu fonksiyon, kullanıcıların SM ortamında kurdukları etkileşimler ve bu etkileşimlerin çeşitliliği ile ilgilidir.

Paylaşım (Sharing): SM platformları, paylaşılan bir içerik (metin, video, resim, ses, bağlantı, konum vb.) ile birbirine bağlanan insanlardan oluşmaktadır. SM’nin paylaşım fonksiyonu, SM mecralarının sunduğu içerik formatlarına uygun olarak kullanıcıların gerek kendi ürettikleri gerekse de başka kullanıcılar tarafından üretilen içerikleri sosyal ağlarıyla paylaşarak etkileşim kurmalarına ve sosyalleşmelerine olanak tanımaktadır. SM’nin bu fonksiyonu, kullanıcıların içerik alışverişinde bulunma, alma ve dağıtma özellikleriyle alakalıdır.

Mevcudiyet (Presence): SM platformları, kullanıcıların sanal ve/veya gerçek hayatta nerede olduklarını, ne ile meşgul olduklarını, müsaitlik durumlarını anlık olarak diğer kullanıcılarla paylaşabilmelerine ve diğer kullanıcılar hakkında anlık bilgiler edinebilmelerine imkân sağlamaktadır. Kullanıcılar, gerçek hayat akışlarındaki aktivitelere devam ederken, mevcut durumlarını sosyal ağlarıyla anlık paylaşabilmektedir. Böylece bireyler diğer bireylerle iletişime geçmeden de birbirleri hakkında fikir sahibi olmaktadır ve mevcudiyet fonksiyonu bu yönüyle bireylerin gerçek hayatları ile sanal ortam arasında bir köprü oluşturmaktadır.

İlişki (Relationships): Her bir SM platformu, kullanıcılar arası iletişimin ve bilgi alışverişinin ne şekilde ve nasıl olacağına dair bir formata sahiptir. Kullanıcılar arasındaki ilişkiler bu formatta kurulacaktır. Bazı durumlarda bu ilişkiler, oldukça resmi ve ciddi bir zeminde düzenlenmişken, bazı durumlarda ise platformun belli bir ilişki yapısı yoktur, ilişkiler gayri resmi niteliktedir. Kullanıcıların, arkadaş-arkadaş-arkadaş zinciri aracılığıyla profesyonel anlamda “hedef” bir kullanıcıyla ilişki kurabilmelerine imkan sağlayan LinkedIn platformu

resmi formata örnek gösterilebilirken, kullanıcıların ne ve ne kadar bilgi paylaşımları gerektiğine dair resmi bir düzenleme olmaksızın birbirleriyle ilişki geliştirmelerine izin veren bloglar gayri resmi formata örnek gösterilebilir.

İtibar (Reputation): SM'nin bu fonksiyonu, kullanıcıların kendileri de dahil olmak üzere başkalarının duruşunu, saygınlığını ve üretilen içeriklerin kalitelerini belirleyebilme derecesiyle ilişkilidir. SM platformlarının amacına uygun şekilde itibar belirleme sistemleri vardır. Örneğin Instagram'daki bir kullanıcının takipçi sayısı, içeriklerine gelen beğeni ve yorum gibi dönütler kişinin itibarı hakkında fikir sahibi olabilmemize imkan tanırken, YouTube'deki bir videonun izlenme sayısı, beğenilme-beğenilmeme sayıları arasındaki farkın büyüklüğü gibi faktörler içeriğin kalitesini ve kullanıcının itibar düzeyini ortaya koymaktadır. SM'de itibar belirlenirken belirli ölçütler baz alınır. Bunlar güç (kullanıcıdan bahsedilme sayısı), tutku (belirli kullanıcıların, kullanıcı hakkında ne sıklıkta konuştuğu), duyarlılık (olumlu dönütlerin olumsuzlara oranı), erişim (kullanıcı hakkında konuşan farklı kullanıcıların sayısının, kullanıcıdan toplam bahsedilme sayısına oranı) gibi kriterlerdir (Kietzmann vd., 2011).

Gruplar (Groups): SM platformlarının ortak paydada sahip insanları bir araya getirme gibi bir işlevi vardır. Kullanıcılar, SM platformlarında, ortak paydada buluştukları diğer kullanıcıların oluşturduğu grup/alt gruplara dahil olabilirler veya kendileri gruplar oluşturarak diğer kullanıcıları ortak bir zeminde bir araya getirebilirler. Bu bağlamda kullanıcılar, arkadaşlarını, takipçilerini veya hayranlarını kendi oluşturdukları gruplara yerleştirebilir veya herkese açık, kapalı, (yönetici onayı gerekli), gizli (yalnızca davet üzerine) düzeylerdeki gruplara dahil olabilirler (Kietzmann vd., 2011). Bir ağ ne kadar sosyal olursa, grup içerisindeki kitle o ölçüde büyür ve daha geniş alana yayılır.

Şekil 2.1.'de belirtilen yedi özellik SM'nin fonksiyonlarını oluşturmakta ve her SM platformu, bahsi geçen fonksiyonlardan en az birkaçını içerisinde barındırmaktadır. Örneğin, LinkedIn kimlik, ilişki ve itibar fonksiyonları, YouTube paylaşma, grup, itibar, konuşma fonksiyonları, Facebook ilişki, itibar, kimlik, mevcudiyet, konuşma fonksiyonları, Foursquare mevcudiyet, kimlik, ilişki fonksiyonları ile ön plana çıkmaktadır (Kietzmann vd., 2011).

Mayfield (2010)'a göre SM, en yüksek derecede paylaşımın gerçekleştiği, çevrimiçi medyanın yeni bir türü olarak fırsatlar sunduğu en yeni fikirlerden biridir ve aşağıdaki

özellikleri içerir (Akar, 2010; Çalışkan ve Mencik, 2015; Vural ve Bat, 2010; Tutgun Ünal, 2015):

Katılım: SM platformları, medya ile kullanıcılar arasındaki sınırı ortadan kaldırarak, ilgilenen herkesin katkılarını ve dönütlerini teşvik eder (Mayfield, 2010). Bunun en çarpıcı örneğinin popüler kişilerin veya bürokratların SM üzerinden iletişim kurmak isteyen bireylere cevap/yorum yazması olduğu söylenebilir. SM dünyasındaki herkes kendi ve diğerlerinin duvarına birtakım yorumlar yazarak geribildirim sağlayabilmektedir (Tutgun Ünal, 2015).

Açıklık: Çoğu SM hizmeti tüm kullanıcıların katılım ve geribildirime açıktır. Bilgi paylaşımını, oylamayı ve yorum yapmayı desteklemektedir. İçerikten faydalanma ve giriş için nadiren engeller vardır. Sadece şifre korumalı içerikler beğenilmez (Akar, 2010).

Karşılıklı Konuşma: Geleneksel medya daha çok tek yönlü bir iletişim içermektedir. Klasik kitle iletişim araçlarında geribildirim zordur ve zaman alır. Buna karşılık SM bireylere, çift yönlü iletişim, rahatlık ve zamanında geribildirim imkânı sunmaktadır (Tutgun Ünal, 2015).

Topluluk: SM platformları insanların kendi ilgi alanlarına göre ortak payda da buluşabildikleri diğer insanlarla birleşerek topluluklar oluşturabildikleri ortamlardır. SM topluluklara çabuk ve etkili bir oluşum için izin verir. Topluluklar da böylece sevdikleri fotoğraf, politik değerler, favori TV şovları gibi ilgili oldukları şeyleri paylaşırlar (Vural ve Bat, 2010).

Sosyal Medyanın Türleri

Bloglar: Herhangi bir teknik bilgi gerektirmeyen, kullanıcıların dilediği tema hakkında dilediklerini yazabilecekleri, yapısı gereği günlük benzeri SM platformlarıdır. Çok büyük bütçeler ayrılmış, büyük teknoloji temelleri olan siteler değildirler (Erkuran, 2022). Bireyler, blog siteleri aracılığıyla, edindikleri tecrübeler, kişisel ilgi alanları gibi temalarda görüşlerini ve bilgilerini, diğer kullanıcılarla paylaşabilir ve tartışabilir (Grosbeck, 2009).

Mikrobloglar: Diğer sosyal ağ ve bloglar gibi sınırsız karakter kullanımına izin vermeyen, kişilerin paylaşım yapacakları konuda, belli bir karakter sınırı bulunan blog siteleridir. Kişilerin ve kurumların bünyesinde oluşan güncellemeleri diğer kullanıcılarla kısa içeriklerle paylaşabilmelerine imkân sunar (Öztürk ve Talas, 2015). Mikroblog sitelerinin en ünlüsü “Twitter”dır (Aslan, 2011).

Wikiler: Kullanıcıların yeni bir sayfa oluşturmaya, oluşturdukları sayfalarda güncelleme, ekleme, çıkarma yapabilmelerine imkân veren platformlardır. Bireyler var olan

bilgilere çeşitli eklemeler yaparak, bilginin güncellenmesine ve geliştirilmesine katkı sağlamaktadırlar. Bilgi alışverişi ve iş birliği esaslarına dayanan etkileşim platformlarıdır (Erkuran, 2022). Wikilerin en bilineni “Wikipedia”dır (Aslan, 2011).

Sosyal işaretleme: Kullanıcıların, internet ortamında faydalı gördükleri içeriklere işaretleme yapabilmekte, herkesin gördüğü medya platformlarında çeşitli konu etiketleriyle paylaşabilmektedir (Bothma vd., 2009; akt: Öztürk ve Talas, 2015). Sosyal işaretleme, kullanıcıların aradıkları bilgileri bir arada bulmalarına yardımcı olmaktadır.

Sosyal Ağlar: Kullanıcıların diğer kullanıcılarla iletişime geçebilmelerinin yanı sıra kişisel profillerini oluşturabilecekleri platformlardır (Akar, 2010). Bireyler ilgi alanları, eğitim bilgileri gibi kişisel bilgilerine yer verebilecekleri profiller oluşturabilir, ürettikleri veya başka kaynaklardan buldukları video, fotoğraf gibi medya içeriklerini bu platformlardan paylaşabilirler, diğer kullanıcıların içeriklerine yorum ve beğenide bulunabilir ya da mesaj yoluyla diğer kullanıcılarla iletişime geçebilirler.

Medya Paylaşım Siteleri: Medya paylaşımı SM siteleri ve dijital topluluklar aracılığıyla giderek büyüyen bir platformda görüntüler, uygulamalar, videolar, ses dosyaları, oyunlar ve her türlü yeni medyayı paylaşma, yükleme ve yorumlama aktivitelerinin tümüdür (Öztürk ve Talas, 2015). Video paylaşım sitelerinin en bilineni “Youtube”, fotoğraf paylaşım sitelerinin en bilineni “Instagram” ve ses dosyası paylaşım sitelerinin en bilineni “Spotify”dır (We Are Social, 2023).

2.1.4.Sosyal medya platformları

Bireylerin ebeveynleri, arkadaşları, hatta tanımadıkları diğer insanlarla etkileşim halinde olabildikleri ve birbirleriyle paylaşım yapabildikleri dijital platformların tamamı SM platformları olarak tanımlanabilir. Bu platformlar sayesinde bireyler, kişilik profillerini diğer insanlara tanıtabilmekte, uzak mesafelerde dahil birbirleriyle iletişim kurabilmekte, paylaşmak istedikleri herhangi bir içeriği hiç tanımadıkları mecralara hatta dünyanın diğer ucuna tanıtabilmekte, somut bir ortam olmasa bile sanal toplantılar yapabilmekte ve imkanlar ölçüsünde işlerini bu platformlar aracılığıyla çok fazla enerji, maddiyat, zaman sarf etmeden tamamlayabilmektedirler. Her bir SM platformunun, kullanım amacı, kullanıcıya sunduğu imkanlar vardır ve Facebook, Instagram, YouTube, Twitter, Whatsapp, Snapchat, LinkedIn, Twitch gibi internet sitelerinin her birisi sosyal ağlara örnektir (Murat Büyük, 2021).

Facebook

2004 yılında Mark Zuckerberg ve arkadaşları tarafından kurulan platform ilk aşamada Harvard Üniversitesi öğrencileri, ardından ABD’deki diğer üniversite, lise ve kolej öğrencileri tarafından kullanıma sunulmuş, günümüzde ise tüm dünyanın kullanımına açılmış bir SM platformudur. 2022 yılının 2. çeyrek güncel istatistiklerine göre platform 2 milyar 934 milyon kullanıcıyı bünyesinde barındırmakta ve bu rakamlar platformun, dünya üzerindeki en çok kullanıcıya sahip uygulama olduğunu ortaya koymaktadır (Statista, 2022)

Facebook platformu, bireylerin fotoğraf, video vb. çeşitli içerikleri çevrimiçi şekilde gerek arkadaş listeleriyle gerekse arkadaş listeleri dışındaki insanlarla paylaşabilmelerinin yanı sıra, bireylerin öğrenim durumu, evlilik durumu, cinsiyet, meslek, doğum günü gibi kendisini tanımlayıcı kişisel bilgileriyle dijital bir profil oluşturmalarına imkân sunmakta ve sosyal bağlantılarına kendisini tanıtıcı bilgiler verebilmektedirler (Gonzales ve Vodicka, 2010; akt: Ceyhan vd., 2015).

YouTube

2005 yılında Steve Chen, Chad Kurley ve Javed Karim tarafından ABD’de kurulan video paylaşım platformudur (Lastufka ve Dean, 2008). Platform, kullanıcıların birçok temadaki video havuzundan istedikleri videoları izleyebilme imkanının yanı sıra, kendi video içeriklerini üretip diğer kullanıcılarla paylaşmalarına, hatta canlı yayınlarla çevrimiçi olarak diğer platform kullanıcılarıyla etkileşim kurmalarına da olanak sağlamaktadır. Her yaştan ve toplumun her kesiminden insanın içerik üretimiyle meydana gelen platform dünyanın en büyük video platformudur (Akyol vd., 2012). Digital 2023 raporuna göre 2 milyar 514 milyon kullanıcısıyla ise dünyanın en çok kullanıcıya sahip ikinci SM platformudur ve gün geçtikçe popülerliği artmaktadır (We Are Social, 2023).

Whatsapp

2010 yılında Jan Joum ve Brian Actum tarafından ABD’de kurulan, mesajlaşma, görüntülü ve sesli konuşma, dosya ve medya gönderme özelliklerini içinde barındıran SM platformudur (Bayraktar, 2020). Kısa sürede popülerlik kazanan platform 2014 yılında Facebook tarafından satın alınmıştır (Kireççi, 2019). Platform 2 milyar kullanıcıyla üçüncü en popüler SM ve en popüler anlık mesajlaşma platformudur (We Are Social, 2023). Türkiye’de ise toplam nüfusun %82’sinin kullandığı platform, ülkenin en popüler SM platformudur (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2022).

Instagram

2010 yılında ABD’de Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından ilk aşamada IOS işletim sistemine sahip cihazlarda, sonraları ise Android ve Windows işletim sistemlerine sahip cihazlarda kullanılmak üzere oluşturulan fotoğraf ve video paylaşım platformudur (Bayraktar, 2020). Platformun adı İngilizce anlık anlamına gelen “instant” ve telgraf anlamına gelen “telegram” kelimelerinden ilham alınarak oluşturulmuştur (Güzel, 2020). Basit tasarlanmış arayüzü ve hızlı tüketime uygunluğu sayesinde her yaştan ve her kesimden kullanıcıyı bünyesinde barındırmaktadır. Digital 2023 raporuna göre platformun dünya üzerinde 2 milyar kullanıcısı bulunmaktadır (We Are Social, 2023). Yine aynı rapora göre kullanıcılar, aylık ortalama 12 saat uygulamada aktif zaman geçirmektedirler. Türkiye’deki kullanıcılar ise ortalama 21,4 saatle bu platformun başında en çok zaman geçiren ülke konumundadır (We Are Social, 2023).

Tiktok

2016’da Çin merkezli bir teknoloji şirketi olan ByteDance tarafından Tiktok Douyin ismiyle piyasaya sürülmüş içerik üretme ve video paylaşım uygulamasıdır. Önceleri Çin ve diğer Asya ülkeleri tarafından kullanılırken 2018’de tüm dünyada Tiktok ismiyle kullanıma sunulmuş, Amerika ve Avrupa’da diğer SM platformlarını geride bırakarak Android, IOS işletim sistemine sahip cihazlara en çok yüklenen uygulama olmuştur (Yıldız, 2019). Tiktok’u diğer uygulamalardan ayıran en belirgin özelliği içerik üretiminin sadece mobil uygulamadan yapılabilmesidir. Üretilen içerikler 15 ile 60 saniye aralığında ve genellikle dublaja dayalıdır (Kızılkaya, 2022). Yani platformun formatı, uygulama içerisinde kayıtlı müzikler, ses kayıtları ve çeşitli sanal gerçeklik görüntülerini, kullanıcıların kendi videoları ile düzenleyerek içerik üretmesine, diğer kullanıcıların beğenisine sunmasına ve etkileşimine dayanmaktadır. Uygulamanın kullanıcılara izleyebilecekleri video önerileri sunması ve ekran kaydırarak bir diğer içeriğe geçiş özelliği sağlaması dolayısıyla, kullanıcılar kolay ve hızlı şekilde geniş yelpazede içeriğe ulaşabilmektedir. Digital 2023 raporuna göre uygulamanın 1 milyar 51 milyon kullanıcısı bulunmaktadır (We Are Social, 2023).

Twitter

2006 yılında ABD’de Obvious Corporation şirketi tarafından kurulan mikroblog platformudur (Akyol vd. 2012; Kırık, 2013). Kullanıcıların, ilgi alanları ve diğer gündem temaları hakkında en güncel gelişmeleri takip edebilmelerine ve gündem hakkında kendi kişisel yorumlarını diğer kullanıcılarla paylaşabilmelerine olanak sağlayan SM platformudur.

Kullanıcıların konu etiketlerini kullanarak gündemi belirlediği, kitlesel anlamda ilginin konuların popülerliğini belirlediği, yeterince büyük kitle hareketleriyle ilgili kişi ve kurumlara seslerini duyurabildikleri, aynı zamanda kurumlar, hükümetler, devlet görevlileri, sanatçılar gibi topluma mâl olmuş kişilerin, toplumla etkileşime geçtiği yegâne platformlardan biridir. Başlarda 140 karakter sınırı olan platform, 2017 Eylül ayı ile 280 karakter sınırıyla bireylerin ve kurumların kendilerini ifade etmelerine olanak sunmaktadır (Bayraktar, 2020). 2022 yılı Ekim ayında Elon Musk tarafından satın alınan platforma kuruluş maksadına ve işleyişine sadık kalınarak çeşitli revizyonlar uygulanmıştır. Telefon numarasıyla profil doğrulamasını mümkün kılan ve belirli bir ücret politikasıyla satın alınabilen mavi tik özelliği sayesinde, bu tike sahip olan kullanıcılara çeşitli ayrıcalıklar tanınmıştır. Böylece mavi tike sahip olan kullanıcılar önce 4000, sonrasında 10000 karaktere kadar kendilerini ifade etme imkânı bulmuşlar ve böylece kullanıcılar daha uzun kompozisyonlarla kendilerini ifade edebilmeye başlamışlardır. Platform 556 milyon kullanıcısıyla en popüler SM ağlarından biridir (We Are Social, 2023).

Snapchat

2011 yılında Stanford Üniversitesi öğrencileri Evan Spiegel, Bobby Murphy ve Reggie Brown tarafından oluşturulan platform, kullanıcıların arkadaşlarıyla belirli bir zaman sınırlamasıyla fotoğraf veya video paylaşımlarına olanak sağlayan SM platformudur (Kara, 2016). Fotoğraf paylaşımının yanı sıra kullanıcılar birbirleriyle sesli ve yazılı mesaj yoluyla etkileşim kurabilirler. Platformu diğer SM platformlarından ayıran en belirgin özelliği paylaşılan gönderilerin anlık olarak görüntülenmesi ve belirli süre sonrasında bir daha kullanılmamak üzere silinmesidir (Doğan, 2021). 635 milyon kullanıcıya sahip uygulamanın %20'si 13-17, %38,8'i 18-24 yaş profiline sahiptir (We Are Social, 2023). Bu istatistik platformun özellikle gençler arasında en popüler SM uygulamalarından biri olduğunu göstermektedir.

2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı

Günümüzde SM ortamı aracılığıyla, bilgi çok hızlı üretilir, tüketilebilir ve yayılabilir hale gelmiştir (Longstreet ve Brooks, 2017). Bu sebeple son zamanlarda SM kullanımı, günlük aktiviteler içerisinde çok yaygın bir yer edinmiştir (Monacis vd., 2017). Çünkü SM ortamı, sınır tanımaz yapısı, hızlı veri akışı ve anlık bildirimleriyle kişilerin hazlarına kolay yoldan ulaşabildikleri bir araç niteliği taşımaktadır. Her seferinde aynı hazzı elde etmek isteyen bireyler, daha fazla kullanıma acil bir ihtiyaç olduğunu hissederek, SM'ye başlangıçta amaçladıklarından daha fazla zaman harcayabilirler (Esfahani vd., 2019). Kişiler

bilgi edinme ve eğlence ihtiyaçları için bu ortamda daha fazla zaman harcadıkça, onu kullanmayı bırakmak da giderek zorlaşabilir (Longstreet ve Brooks, 2017). Hal böyle olunca gün içerisinde sıklıkla ve kontrolsüzce SM kullanımı sergileyebilirler. Öyle ki tüm boş zamanlarını SM ile değerlendirebilirler (Andreassen vd., 2017b; Kuss ve Griffiths, 2011). Fakat bireyler sanal ortamlarda ciddi miktarda zaman harcadıklarında, SM ile ilgili faaliyetler işlevsel özelliklerini kaybedebilir, bu da sorunlu ve bağımlılık yapıcı davranışlar dahil olmak üzere olumsuz sonuçları meydana getirebilir (Griffiths, 2000; LaRose vd., 2010). Bu bağlamda SM'ye dair oluşan duyarlılık sebebiyle, bireylerin kullanıma devam etme dürtüsü hızla zayıflatıcı bir hal alabilir, düzenli yaşam aktivitelerinin aksamasına sebep olabilir. Bu dürtü kontrol sorunu literatürde “patolojik internet kullanımı” veya “internet bağımlılığı” olarak kendisine yer bulmuştur (Longstreet ve Brooks, 2017). İnternet bağımlılığının bir alt kolu olan SMB'de benzer sebeplerden meydana gelmektedir (Andreassen, 2012). Dolayısıyla SMB'nin, tanımlanmasına yönelik çalışmaların, internet bağımlılığı kriterleri referans alınarak yapıldığı görülmektedir (Tutgun Ünal, 2020). SMB, kısaca “kişinin SM kullanımını kontrol edememesi ve bunu diğer yaşam görevlerini engelleyecek derecede kullanması” şeklinde tanımlanabilmektedir (Ryan vd., 2014).

İlgili literatür incelendiğinde, SMB'ye dair çeşitli tanımların mevcut olduğu görülmektedir. Örneğin Griffiths (2005) SMB'yi, SM'ye aşırı ilgi duymak, SM'de sürekli çevrimiçi olmak ve aşırı zaman ayırmak, SM'yi kullanmak için kontrol edilemeyen bir motivasyonla hareket etmek veya SM'nin diğer önemli yaşam alanlarına zarar vermesi yönünde çabalar şeklinde tanımlamıştır. Esfahani ve arkadaşları (2019), SM sitelerine girmek veya bunları kullanmak için güçlü bir teşvikle hareket etmek, SM siteleri hakkında aşırı endişe duymak, SM'ye çok fazla zaman ve çaba harcamak şeklinde tanımlamışlardır. Erkuran (2022)'a göre SMB, bireylerin, SM platformlarında aşırı zaman geçirme ve bu zamandan haz alma, gün geçtikçe geçirdiği zamanı artırma, kısıtlandığında ise olumsuz reaksiyonlarla dönütler vermesi şeklinde tanımlanmaktadır. Tutgun Ünal (2020) ise SMB'yi, bilişsel, duyuşsal ve davranışsal süreçler ile gelişerek kişinin hayatının pek çok alanında meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma gibi sorunlar doğmasına sebep olan psikolojik bir sorun olduğu şeklinde tanımlamaktadır. Zivnуска ve arkadaşlarına (2019) göre SMB'nin tanımı, “SM'nin aşırı kullanımı ve alışkanlık halinde seyretmesi, diğer faaliyetleri pahasına kompulsif kullanımla kendini göstermesi” şeklindedir.

SMB'yi açıklayabilmek için öncelikle bağımlılık kavramı anlaşılmalıdır. Bağımlılık sözcük anlamı olarak “zevke neden olan madde veya davranışların artan miktarlarda tekrarlanmasıyla oluşan biyopsikososyal bir bozukluk” şeklinde tanımlanmaktadır (Wikipedia, 2022). Bir başka tanıma göre bir maddenin ruhsal, fiziksel ya da sosyal sorunlara yol açmasına rağmen, alımına devam edilmesi, bırakma isteğine karşılık bırakılamaması ve maddeyi alma isteğinin durdurulamamasıdır (Bağımlılıkla Mücadele Yüksek Kurulu [BMYK], 2024). Buna göre bağımlılık, daha önceden denenmiş bir şeyin verdiği haz veya doyum sebebiyle, yeniden tekrarlanma isteğiyle alakalıdır (Hazar, 2011). Alınan hazzın yoksunluğu, bireyler üzerinde kronik bir huzursuzluk yaratmaktadır. Huzursuzluğunu gidermeye çalışan birey, haz aldığı eylemi tekrar tekrar gerçekleştirme eğilimi içerisinde. Tekrarlanan deneyim eğer ki kişiye eski aldığı hazzı sağlamazsa, kişi eyleminin dozunu arttırarak eylemini aşırılaştıracaktır. Bir başka deyişle, bağımlı bireyler bağımlısı oldukları nesneye ulaşmak için sürekli bir çaba içerisinde olduklarıdır (Tamar Gürol, 2012).

Önceleri bağımlılık, yalnızca psikoaktif maddelere (tütün, alkol, uyuşturucu), ulaşma ve kullanma isteğini temsil ederken, günümüzde bazı davranış ve eylemlerde (kumar, bilgisayar oynama, aşırı yeme) bağımlılık kapsamında ele alınmaktadır (Baltacı, 2019). Buna göre madde bağımlılıklarıyla ilgisi olmayan, SMB, internet bağımlılığı gibi dijital bağımlılıkların tanımlanması için DSM-4 (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı-4) ve sonraki versiyonları referans alınmaktadır (Tutgun Ünal, 2020). Ancak internet bağımlılığı ve uzantıları henüz bir hastalık olarak kabul edilmemektedir (Al Menayes, 2015, Pellegrino vd., 2022). Çünkü bazı bilim çevreleri “bağımlılık” terimi ile madde kullanım bozuklukları arasındaki köklü ilişki sebebiyle, SMB'nin geleneksel psikiyatrik bozuklukların ciddiyetini zayıflatabileceğine ve bu konuyu patolojik hale getirmenin henüz erken olduğuna dair endişe duymaktadır (Carbonell ve Panova, 2017). Bunun yerine internet bağımlılığı DSM-4'te semptomlarının benzerliği gerekçesiyle, kompulsif kumar oynama kriterleriyle ilişkilendirilerek (Tutgun Ünal, 2020; Zivnуска vd., 2019), DSM-5'te “bağımlılık davranışından kaynaklanan diğer bozukluklar” kategorisi çerçevesinde tanımlanmıştır (Stanculescu ve Griffiths, 2022).

Kullanımlar ve doyumlar kuramı

SMB'nin anlaşılabilmesi için bireylerin SM'yi hangi amaçla kullandıklarının anlaşılması gerekmektedir. Bu bağlamda “*Kullanımlar ve Doyumlar Kuramı*” SM'nin işlevi ve bireylerin motivasyonları hakkında fikir sağlamaktadır. Yaklaşım Eluhu Katz tarafından 1959

yılında öne sürülmüştür (Özer, 2017). Yaklaşımın temelinde insanların medya ile ne yaptıkları sorusu yatmaktadır (Bayraktar, 2020). Bu yaklaşım, bireylerin çeşitli ihtiyaçlarını karşılayabilmek, içsel doyum sağlayabilmek, hazzı ulaşabilmek adına medyayı kullandıkları üzerine odaklanmaktadır (Çiftçi, 2018). Bir başka deyişle bu yaklaşım, medya kullanıcısının ihtiyaçları açısından sağlamaya çalıştığı doyum ile medyayı kullanım amaçları arasındaki bağı açıklamaktadır (Özer, 2017). Bu bağlamda, Fiske (1996) bu teorinin beş temel özellik barındırdığını vurgulamıştır:

İhtiyaç Odaklılık: İnsanlar çeşitli ihtiyaçlarını giderebilmek için medya kullanmaktadır. Eğlence, bilgi edinme, bağlantı kurma buna örnektir.

Aktif Kullanıcılar: Medya kullanıcıları pasif değil aktiftirler. Yani medya kullanıcıları medyayı nasıl kullanacaklarını, ihtiyaçları doğrultusunda kendileri belirler. Bu ihtiyaçlar doyum sağlamaya yöneliktir.

Çoklu İhtiyaçlar: Kullanıcılar birden çok ihtiyaçlarını eş zamanlı olarak tatmin etmeye çalışabilirler. Yani bireyler bilgi edinme ihtiyaçlarını karşılarken, aynı zamanda eğlence ihtiyaçlarını da karşılayabilirler.

Doyum ve tatmin: Kullanıcıların belirli ihtiyaçlarını tatmin etmeleri sebebiyle medya kullanımı doyum sağlamaktadır.

Medya Seçimi: Medya kullanıcıları ihtiyaçları doğrultusunda hangi medya kanalını kullanacaklarını kendileri belirler.

SM'den elde edilebilecek doyumlar, medya türleri ve içerik tipleridir (Özer, 2017). Whiting ve Williams (2013) SM'den alınabilecek doyumları on kategori altında sınıflandırmıştır:

Sosyal Etkileşim: SM kullanıcılarının diğer kullanıcılarla etkileşim kurmaları

Bilgi Arama: Bilgi edinmek maksadıyla SM kullanma

Vakit Geçirme: Boş zamanları değerlendirebilmek adına SM kullanımı

Eğlence: Eğlenmek maksatlı SM kullanımı

Rahatlama: Stresi ve gerginliği azaltmak adına SM kullanımı

İletişimsel Fayda: Haberleşme maksadıyla SM kullanımı

Kolaylık Faydası: SM'nin bazı fonksiyonları gereğince sunduğu pratik imkanlar

Fikir Beyanı: SM aracılığıyla kendini ifade edebilme

Bilgi Paylaşımı: SM aracılığıyla bilgi ve deneyimleri paylaşabilme

Başkaları Hakkında Gözetim: Başkaları hakkında bilgi sahibi olma, takip etme

Bu kuramdan elde edilen bilgilere göre, bireyler ihtiyaçları, hazları, doyumları doğrultusunda seçimler yapmaktadırlar. Yukarıda bahsi geçen doyum kategorilerinden herhangi birisinin ya da birkaçının eksikliği bireyleri bu eksiklikleri giderebilecekleri alternatif ortam veya eylemlere yönlendirecektir. Nasıl ki bireyler hayattan almak istedikleri hazzı alamamalarından dolayı madde kullanımına yöneliyorlarsa, aynı sebepler doğrultusunda SM kullanımına da yöneliyor olabilirler. Buna göre normal hayat aktiviteleri ve etkileşimlerinden doyum sağlayamayan bireyler, arayışlarını cezbedici ve alternatif bir ortam olan SM ile giderebilmektedir. Böylece SM bireyler için haz odağı haline gelerek, ne zaman hazzı ihtiyaç duyarlarsa o zaman SM'nin kişiselleştirilmiş ve zengin içerik dünyası ile davranış, duygu ve bilişlerinin pekiştirilmesi söz konusu olacaktır. Sonuç olarak SMB meydana gelecektir.

SM ortamı, çeşitli sınırlılıkları olan birçok yaşam aktivitesinin sınırlılıklarının ortadan kalkmış versiyonlarının vaat edildiği alternatif bir dünya olma özelliği taşımaktadır. Bu özelliğiyle hayatın birçok alanında, insanların hayatlarını kolaylaştıran imkanlar sunmaktadır. Bu da SM kullanımını cezbedici hale getirmektedir. Bu bağlamda SM, her ne kadar çeşitli imkanlar sağlasa da arkasında yatan asıl hedef, kullanıcıları zengin kaynakların sürekli tüketimine teşvik ederek (Zivnуска vd.,2019), SM kullanımına sürengenlik kazandırmak ve platformu canlı tutmaktır. Yani sağladığı uyarıcılarla, SM kullanımını pekiştirmektedir. Hal böyle olunca sosyal ağlara katılım her geçen gün artmakta ve kullanımlar kontrolsüzleştiğinde olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Tutgun Ünal, 2020).

SM platformları, 4,76 milyar (We Are Social, 2023) potansiyel tüketiciyi içerisinde barındıran büyük bir endüstridir. Yani SM hizmeti sağlayan şirketler bu hizmetlerinden maddi kazanç elde etmektedirler ve kullanıcıların sürekli olarak SM platformlarına bağlı ve aktif olmalarını sağlamak temel misyonlarından biridir. Bu sebeple kullanıcılarına daha konforlu ve cezbedici bir SM deneyimi sunmak adına sürekli yeni geliştirmeler uygulamaya almaktadırlar (Bayraktar, 2020). Bu da SMB'nin meydana gelmesinde, SM kullanıcılarının edilgen bir rol oynadıklarını akla getirmektedir. Yani SMB'nin gelişimi bireylerin kişisel faktörleriyle ilişkili olabileceği gibi, SM ortamının kullanıcılarını sürekli hazzı davetiyle de pekiştiriliyor olabilir. Bhargava ve Velasquez (2021) SM şirketlerinin, platformları bağımlılık yaratacak şekilde tasarlarlarken üç özelliği baz aldıklarına dikkat çekmiştir:

Aralıklı değişken ödüllerin kullanımı: SM platformlarında sıklığı ve büyüklüğü değişen ödüller verilmesidir. Değişken pekiştireçler, bir davranışı kalıcı hale getirmenin etkili yoludur (Wu, 2016). Twitter'da sayfa yenilerken anlık yaşanan gecikmeler buna örnektir.

Sosyal doğrulama ve karışıklık arzularından faydalanma: Çeşitli yollar ile bireylere söz sahibi olma algısının yaratılmasıdır. Böylece katılım güçlendirilmektedir. İçeriklere beğeni ya da yorum yapabilmek bireylere içerik hakkında söz sahibi hissettirmektedir.

Doğal durdurma işaretlerini aşındırma: SM platformlarının sonsuz kaydırma özelliğini temsil etmektedir. Bireyler kaydirdıkça, platformlar sayfayı otomatik olarak yeni içeriklerle doldurmaktadır. Böylece bireylere karar verme şansı bırakmaksızın sonsuz bir veri akışı sağlamaktadır.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, SMB'nin belirtilerine dair birçok teorelin mevcut olduğu görölmektedir (Sun ve Zhang, 2021). Bunlardan en yaygın olanı Griffiths (2005)'in yaklaşımıdır (Andreassen vd. 2017; Bhargava ve Velasquez, 2021; Fabris vd., 2020; Kuss ve Griffiths, 2017; Monacis vd., 2017; Stanculescu ve Griffiths, 2022). Griffiths (2005) davranışsal bir bağımlılık olan SMB'yi biyopsikososyal perspektiften ele almış, DSM-4'teki madde bağımlılığı kriterlerini referans alarak, problemli internet kullanımına sahip bireylerin altı belirti (belirginlik, duygudurum düzenleme, tolerans, çekilme belirtileri, çatışma, tekrarlama) sergilediklerini ifade etmiştir (Kuss ve Griffiths, 2017). Griffiths (2005)'e göre problemli internet kullanımının belirtileri şu şekildedir:

Belirginlik: SM kullanımıyla ilgili bilişsel, davranışsal, duygusal anlamda sürekli meşguliyet, katılım sergilenemediğinde hissedilen rahatsızlık durumu

Duygudurum Değişikliği: Olumsuz duyguları azaltmak için SM kullanımı sergilemek, mutluluğu ve huzuru SM'deki aktiviteler ve verilerde aramak

Tolerans: SM aracılığıyla hissedilen tatmin duygusunun ve hazzın artırılması için SM'de daha fazla vakit geçirmek

Çekilme Belirtileri: SM kullanımı kısıtlandığında veya durdurulduğunda hoş olmayan fiziksel ve duygusal semptomlar yaşamak

Çatışma: Aşırı SM kullanımı dolayısıyla ortaya çıkan kişilerarası ve ruhsal problemler

Tekrarlama: SMB'nin farkındalığına erişememe, SM'den bir süre uzak kaldıktan sonra hazlarını tekrar tekrar yaşayabilmek için aşırı SM kullanımına hızlı şekilde geri dönmek

Birçok araştırmacı problemli internet kullanımı ve internet bağımlılığını tanımlamaya ve çeşitli tanı kriterleri oluşturmaya çalışmıştır. Bu tanı kriterlerinin en bilinenleri Goldberg (1995) internet bağımlılığı ve Young (1998) internet bağımlılığı tanı kriterleridir. Goldberg (1995), DSM-4'te yer alan madde bağımlılığı kriterlerini referans alarak internet bağımlılığı

kriterlerini tanımlamışlardır. Young (1998) ise DSM-4'te bulunan patolojik kumar bağımlılığı kriterlerini referans alarak internet bağımlılığı kriterlerini oluşturmuştur.

Goldberg (1995)'in tanı kriterleri

Goldberg (1995)'e göre problemli internet kullanımı, 12 aylık periyotta aşağıda sıralanmış tanı kriterlerinin en az 3'ünün görülmesi ve bu durumların bireyin yaşantısını olumsuz etkilemesi olarak ifade edilmiştir (Akt: Doğrusever, 2020).

I. Tolerans; aşağıdakilerden biriyle tanımlanan:

- A) Bireyin doyum sağlamak amacıyla belirgin şekilde internet kullanımı süresini arttırması
- B) Stabil internet kullanımı süresi sergileyen bireyde internet kullanımının yarattığı etkinin belirgin şekilde azalması

II. Yoksunluk; aşağıdakilerden biriyle tanımlanan

A) Yoksunluğun karakteristik özellikleri

- 1) Yoğun ve uzun süreli internet kullanımının azalması ya da sona ermesi
- 2) Yoğun ve uzun süreli internet kullanımının sona ermesiyle, aşağıdaki semptomların bir ay içinde en az 2 gün görülmesi
 - a. Psikomotor Ajitasyon
 - b. Kaygı
 - c. İnternette neler olduğuna dair obsesif düşünceler
 - d. İnternet hakkında fantezi ve hayaller kurma
 - e. İstemli ya da istemsiz tuşlara basma hareketleri sergileme
- 3) İkinci kritere ait semptomların yaşanması sebebiyle günlük, mesleki ve sosyal işlerinde aksamalar meydana gelmesi

- B) Bireyin rahatlamak ya da yoksunluk deneyimi sonucunda oluşan semptomların ortaya çıkmasını önlemek maksadıyla internet ve benzeri çevrimiçi hizmetleri kullanması

III. İnternetin çok sık ya da amaçlanandan daha uzun süre kullanılması

IV. Bireyin internet kullanımını azaltmak veya kontrol etmek adına girişimlerinin sürekli başarısızlıkla sonuçlanması

V. Bireyin internetle ilgili faaliyetlere gereksiz ve aşırı zaman harcaması

VI. İnternet kullanımı nedeniyle, önemli etkinliklerden (sosyal, mesleki, eğlence vb.) vazgeçilmesi

VII. İnternet kullanımının ortaya çıkardığı ve tekrarlanan sosyal, mesleki, fiziksel ve olumsuzluklara rağmen kullanımının sürdürülmesi

Young (1998)'ın tanı kriterleri

Young (1998) internet bağımlılığını tanımlarken patolojik kumar oynama kriterlerini uyarlamayı tercih etmiş; internet bağımlılarının da tıpkı kumarbazlar gibi aşırı özgüven, duygusal hassasiyet, tepkisellik, uyanıklık, kendini ifade edememe ve uyum sağlama gibi özellikler sergilediğini iddia etmiştir (Tutgun Ünal, 2015). Bireylerin aşağıdaki kriterlerin beş ya da daha fazlasını sergiliyor olmaları internet bağımlılığına işarettir.

- İnternetle aşırı meşgul olma
- Gittikçe artan sürede internet kullanma
- İnternet kullanımını azaltmaya çalışmaya rağmen başarısız olma
- İnternet kullanımının azalması durumunda huzursuz olma
- İstenenden daha uzun süre internet kullanma
- Günlük yaşam alanlarında (kişisel, sosyal, mesleki) problem yaşama
- İnternette kalınan süre ile ilgili problem yaşama
- Olumsuz duygulardan kaçmak için internet kullanımı

Psikolojik bir sorun olarak görülen SMB, SM kullanımının kontrolsüzleşerek, bireylerin süregelen hayatları ve iletişimlerinde çeşitli olumsuzluklar yaratması nedeniyle önem arz etmektedir (Tutgun Ünal, 2020). Öyle ki çağımızda birçok sorun SMB ile ilişkilendirilmektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde aşırı SM kullanımının, uyku kalitesinde düşüş, günlük iş ve etkileşimlerde nitelik yönünden zayıflama (Tutgun Ünal, 2015), dikkat dağınıklığı (Bhargava ve Velasquez, 2021), narsisizm (Andreassen vd, 2017), düşük iş performansı (Zivnуска vd. 2019), depresyon, intihar eğilimi (Brailovskaia vd., 2023), yalnızlık (Fumagalli vd., 2021), kaygı, olumsuz düşünceler (Longobardi vd.) gibi birçok olumsuz durumun oluşumuna etki sağladığı görülmektedir.

SMB üzerine yapılan araştırmalar, ergenlerin SM kullanımlarının bir sonucu olarak bağımlılık belirtileri geliştirme risklerinin daha fazla olduğunu göstermektedir (Kuss ve Griffiths, 2017). İnternet ve mobil teknolojilerin gelişiminin çok hızlı olduğu bir çağda dünyaya gelen günümüz ergenleri, bu teknolojileri kullanabilmek adına oldukça donanımlı ve yeteneklidirler (Özdemir, 2021). Bu sebeple bağlantılarını sürdürebilmek, bilgi ağlarını genişletebilmek, bilgi ve materyal bulup paylaşabilmek, sosyal kimliklerini oluşturabilmek ve varlıklarını ortaya koyabilmek için sıklıkla SM'yi tercih etmektedirler (Fabris vd., 2020). Öyle ki dijital platformlar, ergenlerin hayatlarında, yetişkinlere nazaran daha merkezi bir konumdadır ve bu platformlarda yetişkinlerden daha fazla zaman geçirmektedirler (Güney ve Taştepe, 2020). Digital 2023 raporuna göre 16-24 yaş aralığındaki bireyler günlük ortalama 3 saatlerini SM ortamında geçirirlerken, yaş grubu büyüdükçe bu sürenin azalma eğilimi gösterdiği 55-64 yaş grubuna gelindiğinde bu sürenin 1 saat 40 dakika civarına kadar gerilediği söylenebilmektedir (We Are Social, 2023). Bu da dijital platformlarda bu denli ciddi süreler harcayan ve SM katılımını arttırarak devam ettiren ergenlerin, SM'den kaynaklı problemlerden en çok etkilenen risk grubunu oluşturmalarına ortam hazırlamaktadır. Ayrıca ergenlik dönemi, bireylerin gelişimsel açıdan, kişiliklerinin oluştuğu, kimlik arayışında oldukları, değişken duygudurumuna sahip oldukları bir döneme denk gelmektedir (Güney ve Taştepe, 2020). Bu ihtiyaçlarını ve arayışlarını dijital ortamlar üzerinden tedarik eden ergenleri, yüzeysel etkileşimler, sınırsız sayıda filtrelenmemiş SM içerikleri ve sosyal ağlarının albenili deneyimleri beklemektedir. Bu bağlamda SM kullanımları ne kadar merkezileşirse ve aşırılaşırsa, gerçek hayat deneyimlerinden, nitelikli etkileşimlerden o kadar izole olmaktadır. Tüm bunlar sonucunda, SMB ergenler için bilişsel, duygusal, fiziksel anlamda çeşitli tehditler oluşturmakta ve sağlıklı gelişimlerini baltalamaktadır. Bu sebeple ilgili alanyazın incelendiğinde, SMB hakkında yürütölen araştırmaların popülerlik kazandığı ve özellikle genç nesiller üzerine yoğunlaştığı görölmektedir (Esfahani vd., 2019).

2.3.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO)

Çağımızda teknolojiye yaşanan gelişmeler, bilginin üretimi ve yayılımına büyük bir ivme kazandırmış (Bahadır vd., 2022; Bekman, 2021), insanlar mobil teknolojiler ve SM platformları vasıtasıyla her an bilgiye erişebilir ve veri alışverişinde bulunabilir hale gelmişlerdir (Kartol ve Peker, 2020). Öyle ki günümüzde internet ve SM bilginin tek kaynağı gibi algılanmaya başlamıştır (Işık, 2021). SM'nin işlevselliğinin bu denli artması ve yoğun şekilde bilgi akışı sağlaması, bireylerin sanal ortama dahil olma ve varlık gösterme isteklerini arttırmıştır (Çınar, 2017). Böylece bireyler gerçek hayat etkileşim ve aktivitelerini sanal ortam

üzerine taşımışlardır. İnsanların alışkanlıklarının değişmesi ve etkileşimlerini sanal ortama taşımaları, internet ve SM ile ilişkili çeşitli duygudurum bozukluklarını da beraberinde getirmiştir (Tanhan vd., 2022). Çünkü SM'nin, çeşitli sınırlılıkların ortadan kalktığı bir ortam olması, dünyada ve kişilerin sosyal ağlarında aynı anda çok sayıda gelişmenin yaşanmasına, anlık olarak kullanıcılarına servis edilmesine sebep olmaktadır. Hızlı üreyen bilginin hızına yetişebilmek hızlı tüketim alışkanlıklarını gerektirmektedir. SM'nin sunduğu bu bağlantısal zenginlik insanların SM ile problemliliğe kurabilmelerine ve gelişmeleri kaçıracaklarına dair kaygı yaşamalarına sebep olabilmektedir (Alutaybi vd., 2019). Bu kaygı durumu, dünya literatüründe “*Fear of Missing Out (FoMO)*” şeklinde kavramsallaştırılmış ve Türk literatürüne “*Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK)*” şeklinde uyarlanmıştır.

“*Fear of Missing Out*” kavramını ilk kez, Dan Herman 1996 yılında bir pazarlama araştırması kapsamında kullanmış, 2000 yılında “*The Journal of Management*”ta yazdığı bir makalede daha geniş çaplı ele almıştır (Işık, 2021). Kavramı “FoMO” kısaltmasına dönüştürse Patrick J. McGinnis'tir. FoMO'nun güncel hayatta kabul gören ve dijital ağlarla ilişkili tanımıysa Przybylski (2013) tarafından geliştirilmiştir (Uram ve Skalski, 2020). Przybylski ve arkadaşlarına (2013) göre FoMO “başkalarının tatmin edici deneyimler yaşayabileceği, bireyin kendisinin bu deneyimlerden eksik kalabileceğine dair duyulan endişe” veya “başkalarının yaptıklarıyla ilgili sürekli bağlantıda kalma ihtiyacı” olarak tanımlanmıştır. FoMO'nun kelime anlamı incelendiğinde, Cambridge Dictionary (2022)'e göre “Özellikle SM'de görülen şeylerin sebep olduğu, diğer insanların katılacağı etkinlikleri ve yenilikleri kaçırmaya dair endişe hissi”, Longman Dictionary (2022)'e göre “diğer insanların, bireyden daha eğlenceli şeyler yaptığını düşündüğü durumda ortaya çıkan endişe ve mutsuzluk duygusu”, Oxford Dictionary (2022)'e göre “SM'de meydana gelen daha ilginç ya da heyecanlı etkinlikleri kaçırmış olmaya yönelik duyulan kaygı” şeklinde tanımlandığı görülmektedir.

İnsanoğlu, sosyal bir varlık olması gereği, çevrelerinde yaşanan gelişmeler ve başkalarının deneyimlerine dair bilgi sahibi olmak adına ilgi, merak ve motivasyona sahiptir. Bu bağlamda Przybylski ve arkadaşları (2013), GKK'yi, bireylerin özellikle çeşitli web siteleri ve SM platformları aracılığıyla, sosyal ağlarında oluşan gelişme ve güncellemeleri kaçırma kaygısı, bu kaygının giderilmesi adına gelişmeleri sürekli takipte olma isteği ve bireyin sosyal ağlarında karşılaştığı cezbedici içerikler ile kendi hayatını kıyaslaması sonucunda, diğerlerinin kendisinden daha doyurucu ve ilginç deneyimlere sahip olduklarına dair geliştirdikleri olumsuz inançlar şeklinde tanımlamaktadır. Alt (2015), bu tanıma benzer bir tanım ortaya koymuş,

bireylerin kendilerinin bulunmadığı sosyal ortamlarda diğer insanların eğlenceli vakit geçirmesine dair duyulan kaygı, merak duygularını gidermek amacıyla gelişmeleri sürekli takip etme isteği şeklinde tanımlamıştır. Tanhan ve arkadaşları (2022), bireyin, diğer insanların yaşamlarında neler olup bittiğine, kendisinin aktif şekilde dahil olmadığı ve kontrolü dışında gelişen olaylara dair bilme isteğini temel alan, bu isteğin tam olarak karşılanmaması veya gelişmelerden geride kaldığı algısına sahip olduğu durumlarda meydana gelen kaygı, gerginlik ve/veya boşluk hissi olarak tanımlamışlardır. Dossey (2013) GKK'yi, kişinin sosyal etkileşim fırsatını, yeni bir deneyimi veya tatmin edici bir olayı kaçırabileceğine dair kompulsif bir endişe olarak tanımlamış, SM platformlarındaki gönderilerle bu endişenin sıklıkla uyandırıldığını savunmuştur.

GKK günümüzde SM ortamı ile karakterize edilmiş bir kavramdır. Çünkü SM platformları, veri akışının gerçek zamanlı sağlandığı ve kullanıcıya verinin gerçek zamanlı bildirildiği ortamlardır (Alutaybi vd., 2019). Bu da çevresinde ve sosyal ağlarındaki gelişmelerden anlık haberdar olma eğilimi gösteren bireyler için SM'nin fonksiyonel bir hizmet sunması anlamına gelmektedir (Przybylski vd., 2013). Yani GKK sahibi bireyin kaygısını en kolay şekilde giderebileceği ortam sanal ortamlardır. Bu bağlamda Tarhan (2021) GKK'yi SM kullanım sıklığıyla ilişkilendirmiş, SM kullanımının, uyuşturucu kullanırmışçasına bireye haz verdiğini, teknolojiden mahrum kalınan anlarda ise bireyin bazı korku ve kaygılara sahip olabileceğini dile getirmiştir. Akpınar (2017), GKK'yi kişilerin arkadaşlarının SM profillerinde yaptıkları güncellemeleri takip etme isteği olarak değerlendirmiştir. Oberst ve arkadaşları (2017) ise GKK'nin sadece SM ile bağlantılı bir kavram olmadığını, geçmişten bugüne farklı şekillerde görüldüğünü, günümüzde ise bireylerin, arkadaşlarının sosyal hayatlarındaki gelişmeleri takip edebilmek adına SM hesaplarını sıklıkla kontrol etmeye mecbur hissetmeleriyle bağdaştığını ifade etmiştir. Luna (2014), GKK'nin, teknolojinin gelişmesi ve bireyler arasındaki iletişim engellerinin ortadan kalkmasıyla birlikte günümüzde önem kazanan bir kavram olduğunun altını çizmiştir. Yani GKK, sosyal kaygı bozukluğu şeklinde tanımlanabilir (Dossey, 2013; Terzi, 2019) ve SM platformları kişilerin deneyimlerini ilgi çekici şekilde duyurduğu ortamlar olduğu için GKK ile yakından ilişkilidir (Chan vd., 2021; Hunt vd., 2018).

GKK, her ne kadar SM ile özdeşleştirilmiş bir kavram olsa da temelinde bireylerin psikolojik ihtiyaçlarındaki eksikliklerin yattığına dair görüşler vardır (Aydın, 2018; Beyens vd., 2016; Przybylski vd., 2013; Uram ve Skalski, 2020). Bu bağlamda Przybylski ve arkadaşları

GKK'yi, Deci ve Ryan (1985)'in ortaya koyduğu “*Kendi Kaderini Tayin Teorisi*” ve “*Öz Belirleme Kuramı*” ile ilişkilendirmişlerdir (Erdoğan vd., 2022; Hattingh vd., 2022). Bu teoriye göre insanların psikolojik sağlıkları ve etkili öz düzenleme yetenekleri üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanmasına bağlıdır: *yeterlilik* (yeteneklerini kullanma ve başarılı olma arzusu), *özerklik* (kendi kararlarını verme ve eylemlerini yönlendirebilme yeteneği), *ilişkililik* (diğer insanlarla bağlantı kurma ve ilişki içinde olma arzusu) (Fioravanti vd., 2021; Przybylski vd., 2013). Öz belirleme kuramına göre bireyler eğer ki bu ihtiyaçlarını karşılayabilirlerse kendi kaderlerini tayin edebilirler. Bu temel ihtiyaçlardaki eksiklikse bireylerin GKK hakkındaki hassasiyetlerini arttırabilir (Beyens vd., 2016; Bahadır vd., 2022). Dahası bireyin gerçek hayat aktiviteleri ve etkileşimleri açısından bu ihtiyaçlarını karşılayamaması, doyum arayışında olan bireyleri daha sık SM kullanımına teşvik edebilmektedir (Kaya ve Özilhan Özbey, 2022). Çünkü GKK, haz kaynağı haline gelen yeni bilgilerin alınmasıyla ve bu bilgilere erişim eksikliğiyle alakalıdır (Tomczyk ve Selmanagic Lizde, 2018). Bu bağlamda GKK'nin, bireylerin psikolojik ihtiyaçlarındaki eksiklikleri, SM katılımına bağlayan aracı bir görev üstlendiği (Alt vd., 2015; Oberst vd., 2017) ve SM ile bu açıdan özdeşleştiği düşünülmektedir.

Yürütülen çeşitli araştırmalar, GKK'nin yalnızca SM katılımı ile ilgili değil, aynı zamanda kontrolsüz SM kullanımıyla da ilişkili olduğunu gösterir niteliktedir (Fioravanti vd., 2021). SM ortamı kişilerin GKK duygularıyla baş etmelerine yardımcı olan, lakin zararlı SM kullanımının da pekiştirildiği bir özellik taşımaktadır. Özellikle SM'deki idealize edilmiş kişisel imaj içeriğinin bolluğu, kullanıcıların kendilerini sosyal ağlarıyla karşılaştırmalarına ortam hazırlar, diğer insanların ürettiği içerikleri baz alarak kendi görüş ve deneyimlerini değerlendirmelerini sağlar (Chan vd., 2021). Yani SM ortamının insanların başarıları, güzel aile yaşantıları, heyecan verici tatiller gibi bol miktarda ilgi çekici içeriği içerisinde barındırması, sıklıkla GKK'nin ortaya çıkmasını sağlamaktadır (Hunt vd., 2018). Bu bağlamda kişilerin psikolojik ihtiyaçlarındaki eksikliklerin kişileri, haz alabildikleri alternatif bir ortam olan SM'ye yönlendirdiği, SM'deki albenili içeriklere maruz kalınan miktarın ve SM'de geçirilen sürenin artmasının kişilerin GKK duygularını derinleştirdiği düşünülmektedir. Bir başka deyişle SMB'nin GKK üzerinde belirleyici bir rol üstlendiği düşünülmektedir.

Yüksek GKK sahibi bireyler, sosyal ihtiyaçlarını, özellikle de ait olma ihtiyaçlarını, popüler olma arzularını, reddedilme korkularını giderebilmek için SM'ye yönelmektedirler (Beyens vd., 2016). Bu ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına SM kullanımları arttıkça yüz yüze etkileşimleri azalmakta, SM'ye bağımlılıkları artmaktadır (Alutaybi vd., 2019). SM yoluyla bu

etkileşimler veya bağlantılarından mahrum kalmaları söz konusu olduğundaysa bireyler daha sık GKK yaşamaktadırlar. Bu bağlamda Dossey (2013) GKK'nin bireyleri bir kısır döngüye sevk ettiğini ifade etmiştir. Buna göre yüksek GKK sahibi bireyler, gerçek hayat deneyimleri ve yüz yüze görüşmelerin yerini, SM aktiviteleri ile doldurdıkları için kendilerini giderek daha yalnız hissetmektedirler. Hissedilen bu yalnızlık ise SMB ve GKK hissini daha da derinleştirir. Uram ve Skalski (2020)'nin görüşleri de bu durumu destekler niteliktedir. Uram ve Skalski (2020)'ye göre, GKK, kişilerin SMB'leri ile ruhsal iyilik hallerindeki eksiklikleri birleştiren aracı bir rol üstlenmektedir ve bu sebeple son dönemde yürütülen çalışmalarda, bireylerin zihinsel esenlikleri ve SM katılımları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde GKK'nin dolaylı etkisine giderek daha fazla odaklanılmaktadır.

2.4.Yalnızlık

İnsanoğlunun geçmişten bugüne en temel ihtiyaçlarından biri olan sosyal ilişkiler kurma, diğer canlılarla etkileşimlerde bulunma ihtiyacı, bireylerin sağlıklı bir hayat idame ettirebilmeleri adına büyük önem arz etmektedir. Bu bağlamda, bireyler bazı durumlar sebebiyle iletişimlerinde kendilerini yetersiz hissedebilmekte, kurdukları iletişimlerden ve sosyal yaşantılarından yeterince doyum alamamakta bu da bireylerin yalnız hissetmelerine ve toplumdan kendilerini izole ederek içe kapanmalarına sebep olabilmektedir (Buluş, 1997). Modern çağdaki endüstrileşmenin artışı, teknolojinin gelişimi gibi etkenlerin hız kazanması, insan ilişkilerinin giderek zayıflamasına, etkileşimlerin azalmasına, başkalarıyla yakınlık geliştiremeyen yalnız bireylerin sayısının artmasına yol açmıştır (Saraçoğlu, 2000). Bu sebeple birçok patolojik problemin temelini oluşturan ve yine bir o kadarıyla da bağlantılı olan yalnızlık kavramını, günümüz şartlarıyla birlikte, çok yönlü şekilde ele alınması ayrıca önem arz etmektedir.

Episdemolojik açıdan, yalnızlık kavramını bir anlam kalıbına sığdırmak zordur (Armağan, 2014). Türk Dil Kurumu (2022) sözlüğüne göre yalnızlık “kimsesizlik”, “ıssızlık”, “tenhalık” gibi anlamlar içermektedir. İngilizce’de ise yalnızlık kavramı “loneliness”, “alienation”, “desolation”, “heartache”, “solitude” gibi kelimelerle tanımlanmaktadır (The Saurus, 2022) Bu bilgilere ek olarak D’Aboy (1972), yalnızlığı “yabancılaşma”, “izolasyon”, “zihinsel yabancılaşma”, “tek başınalık” gibi kavramlarla özdeşleştirmiştir (Akt: Zeybek, 2021). Genel anlamıyla yalnızlık, bireylerin sosyal ilişkilerinde kendilerini yetersiz hissetmeleri sonucunda ortaya çıkan bilişsel farkındalık, umutsuzluk, özlem duyma ve farkındalığa eşlik eden duygusal boşluk tepkileri olarak tanımlanan bir kavramdır (Asher ve Paquette, 2003,

akt:Yıldız ve Duy, 2014). Bir diğer deyişle yalnızlık, toplum içerisinde genel anlamıyla fiziksel anlamda tek kalma halidir (Buluş, 1997). Özetle yalnızlığın temelini sosyal etkileşimler esnasında yaşanan yetersizlik ve bu durum akabinde bireylerin etkileşimlerinden doyum alamaması oluşturmaktadır (Buluş, 1997). Geçmişte sosyal ilişkilerden izole olma, paylaşımda bulunabilecek sosyal çevrenin olmaması durumlarıyla anılan yalnızlık kavramının, günümüzde teknolojinin de gelişmesiyle anlamı bir miktar dönüşüme uğramıştır. Bireylerin teknolojiye fazlasıyla zaman ayırması, diğer sosyal eylemlere daha az zaman ayırması, beraberinde bireylerin tekil bir hayatı benimsemelerini getirmiş ve yalnızlık kavramının teknoloji kullanım alışkanlıklarıyla birlikte anılmasına sebep olmuştur (Çınar Parlak ve Tutgun Ünal, 2021).

Yalnızlık, psikoloji literatüründe birçok ekol temsilcisinin dikkatini çekmiş bir kavramdır. İlk kez 1950’li yıllarda psikoloji biliminin ilgi alanına giren yalnızlık kavramına ilişkin ilk çalışma, Frieda Fromm-Reichmann (1959)’ın psikodinamik açıdan ele aldığı bir rapordur. Bunu varoluşsal açıdan Moustakas (1961) ve fenomenolojik açıdan Rogers (1961)’ın çalışmaları takip etmiştir. Yalnızlığın kuramsal anlamda kavramsallaştırılmasının yolunu ise Bowlby (1973) “Seperation: Anxiety and Anger” eseriyle açmıştır (Akt: Çetiner, 2021). Böylece yalnızlık hakkında önemli çalışmalar üreilmeye başlanmıştır. Yalnızlık hakkında ortaya konan ilk önemli çalışma Robert Weiss’in 1973 yılında toplumsal yalıtılmışlığı ele aldığı ve ihtiyaçlara değindiği “Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation” isimli eserdir. Bunu yalnızlığı bilişsel yönüyle ele alan Peplau ve Perlman (1982)’ın “Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and threapy” eseri takip etmiştir. Peplau ve Perlman (1982) bu eserinde, Fromm Reichmann’ın psikodinamik, Moustakas’ın varoluşsal, Rogers’ın fenomenolojik, Riesman’ın sosyolojik, Weiss’in etkileşimci, Derlagave Margulis’in, Flanders’in sistemsal yaklaşımlarını irdemiş ve kendisinin bilişsel yaklaşımıyla birlikte yalnızlığa dair sekiz teorik yaklaşımın varlığını öne sürmüştür (Sonderby, 2013).

Literatürde yalnızlığa ilişkin gerçekleştirilmiş birçok çalışma ve akabinde yapılmış birçok farklı tanım mevcuttur. Bununla birlikte en çok kabul gören tanımlar; Weiss (1973), Peplau ve Perlman (1982), Rook (1984)’un tanımlarıdır. Peplau ve Perlman (1982), yalnızlığı, bireyin içinde bulunduğu sosyal ilişkiler ile aslında kurmak istediği sosyal ilişkiler arasındaki farkın yarattığı çelişkiler sonucunda ortaya çıkan hoş olmayan ve istenmeyen bir durum olarak tanımlamaktadır. Weiss (1973) ise yalnızlığı, iletişim ve sosyal ilişkilerin bireyler için bir ihtiyaç olduğunu ve ihtiyaç duyulan ilişki niteliklerinin eksikliği doğrultusunda bireylerin duygusallık, yakınlık, samimiyet gibi beklentilerini karşılayamaması sonucunda gösterdikleri

tepki şeklinde tanımlamaktadır. Rook (1984), yalnızlığı, bireyin etkileşimde olduğu kitle tarafından anlaşılmadığı, kitleye ait hissetmediği, kitle tarafından dışlanarak reddedildiği, duygusal, samimi ilişkiler kurabileceği veya arzu edilen eylemleri gerçekleştirebileceği sosyal kitlenin veya partnerin yokluğu durumlarında ortaya çıkan sürekli duygusal zorlanma şeklinde tanımlamış ve kendisinden önceki araştırmacıların tanımlarını kapsayan bir tanım yapmaya çalışmıştır.

Literatürde yalnızlığa yönelik daha birçok tanım mevcuttur. Örneğin; Murphy ve Kupshik (1992) yalnızlığı, etkileşimlerine ve ilişkilerine ilişkin yoksunluk hissi, hoş olmayan istenmeyen bir durum olarak nitelendirmektedir. Ernst ve Cacciopo (2000) Bireyin kitlesel ve bireysel etkileşimlerindeki eksiklikler veya eksiklik algılarından doğan ve bu deneyimlerinden edindikleri biliş ve duygulardan oluşan, hoş olmayan karmaşık duygusal deneyimler olarak tanımlamaktadırlar. Rogers (1994) yalnızlığı, bireylerin sosyal etkileşim ağı içerisindeki iletişimlerinin niteliksiz ve dikkate değer olmadığı algısına sahip olduğunda ortaya çıkan bir durum olarak tanımlamaktadır.

Kimi araştırmacılar yalnızlığı tek boyutta ele almışken, kimileri çok boyutlu bir kavram olduğu üzerinde durmaktadır. Moustakas (1961), yalnızlığın insan doğasında normal bir kavram olduğunu savunmakta, olumlu ve olumsuz boyutlarının olduğunu öne sürmektedir. Bu bağlamda yalnızlık kaygısı ve varoluşsal yalnızlığın içinde farklar barındırdığını; yalnızlık kaygısının bireyin hayatını olumsuz etkilerken, varoluşsal yalnızlığın bireylerin hayatını olumlu yönde etkilediğini düşünmektedir. Moustakas (1961) insanların, hayatlarının bazı dönemlerinde varoluşsal krizler yaşadığını, bu durumun bireyin kendisiyle yüzleşmesine vesile olduğunu, bu sayede bireyin benlik gelişimine katkıda bulunduğunu, olumsuz perspektifte ise yalnızlık kaygısının bireyin kendisine, diğer bireylere ve topluma yabancılaşmasına yol açtığını savunmaktadır.

Weiss (1973) yalnızlığı, sosyal ve duygusal yalnızlık olmak üzere iki boyutta ele almaktadır (Akt: Duy, 2003). Sosyal yalnızlık, bireyin etkileşimlerindeki yetersizliklerden veya ortak paydalara sahip olduğu bir grupta bulunamamaktan kaynaklanmaktadır. Duygusal yalnızlık ise bireyin samimi ilişkiler kuramaması ya da ayrılıkla sonlanan duygusal ilişkileri neticesinde bireyin yeniden yakın ilişkiler kuramamasıyla oluşmaktadır.

Özodaşık (2000)'a göre bireye, mekâna veya içinde bulunulan toplumun yapısına göre yalnızlığın boyut bulacağını savunmaktadır. Bu yaklaşımı referans alarak yalnızlığı, gerçek,

fiziksel, yabancılaşma, kınanma, asimilasyon, kişisel tercih olarak yalnızlığı toplumda altı boyutta ele almıştır. Young (1982), yalnızlık boyutlarını belirlerken zamana vurgu yapmış ve yalnızlığı süreç baz alarak sınıflandırmıştır. Young (1982)'a göre yalnızlık, durumsal, günlük-geçici, sürekli olmak üzere üç boyutta ele alınmalıdır. Yahyaoğlu (2021) ise yalnızlığın nedenlerinin çok çeşitli olduğunu savunmakta, bu bilgiler doğrultusunda yalnızlığı, derin, duygusal, gizli, sosyal durum, triad yalnızlık olarak beş boyutta ele almıştır. Sadler ve Johnson (1980) yalnızlığı, bireysel, kişilerarası, kültürel, sosyal ve kozmik yalnızlık olmak üzere toplumda beş boyutta ele almışlardır (Akt: Yahyaoğlu:2021)

Yalnızlık, fiziksel olarak tek bulunma halinin daha ötesinde birçok etkene bağlı ve birçok etkeni etkileyen tanımlanması güç, kompleks bir kavramdır (Duyan vd., 2008; Russell, Cutrona, McRae ve Gomez, 2012). Bu bağlamda dışsal birçok faktör yalnızlığa sebep olabileceken, bireyin algıları ve hatta bireyin tercihi de yalnızlığın sebebi olabilmektedir. Genel anlamıyla olumsuz duyguları çağrıştıran yalnızlık kavramı, olumlu yönleri de içinde barındırmaktadır (D'aboy 1972, akt:Duyan vd., 2008). Bu bağlamda bireyler, iyileşme, kendilerine zaman ayırma veya toparlanma gibi sebeplerle yalnızlığı planlı olarak tercih edebilmekte ve ihtiyaçları olan zaman sonucunda yeniden sosyal etkileşimlerde bulunabilmekte, yeni sosyal ağlar oluşturabilmektedir (Peplau and Perlman, 1982).

Literatür incelendiğinde yalnızlığa yol açan birçok sebebe rastlanmaktadır. Kılınç ve Sevim (2005), bireylerin hayat boyunca çeşitli sosyal etkileşimlere ihtiyaç duyduğunu dile getirmiş, çeşitli sebepler dolayısıyla bu etkileşimlerin bozulabileceğini ve bireyin yalnız kalabileceğini savunmuşlardır.

Weiss (1973), bağlılık, sosyal entegrasyon, değer verme, yaşama fırsatı, rehberlik, güvenilir uyuma gibi ilişki etmenlerinin bir ya da birkaçının eksikliği neticesinde yalnızlığın ortaya çıktığını öne sürmüştür. Peplau ve Perlman (1979), samimi bir ilişkinin sonlanması, sosyal çevreden fiziki anlamda ayrılma, iletişim niteliklerinin azalması ve toplumsal statüde meydana gelen değişikliklerin yalnızlığa sebep olabileceğini savunmuşlardır. Rubenstein ve Sliaver (1982) yalnızlığı ortaya çıkma sebeplerini, yabancılaşma, birilerine bağlı olmama, yerinden olma, zorunlu ya da zorunlu olmayan soyutlanma, tek başına olma faktörlerine dayandırmaktadırlar. Rubenstein ve Sliaver'in öne sürdüğü faktörleri referans alan Brelin (1985), yalnızlığın sebebini, bireyin sahip olduğu kişisel özelliklere, mevcut etkileşimlerdeki yetersizliklere ve etkileşimlerden talep ettiğimiz değişikliklere bağlı olduğunu savunmaktadır (Akt: Buluş, 1997).

Yalnızlık hayatın, her döneminde deneyimlenebilen bir duygu olmasının yanında özellikle ergenlik döneminde daha baskın ve yoğun şekilde yaşanmaktadır (Qualter vd., 2015). Duy (2003), yalnızlığın ergenlik boyutuna değinmiş, ergenlik döneminde duygusallığın, dolayısıyla yalnızlık duygusunun da yoğun şekilde yaşandığını savunmuştur. Bu bağlamda Brennan (1982), ergenlik dönemindeki yalnızlığın yoğun yaşanmasını, yalnız gencin utangaçlık, düşük öz saygı gibi temel karakteristik yatkınlıklarına, gelişimsel değişimler, beraberinde gelen ihtiyaç ve etkileşimlere etkisine, bireyin mevcut akran grubu içerisindeki sosyal konumu faktörlerine dayandırmıştır (Akt: Çakır ve Oğuz, 2017).

Bu araştırmanın konusunu da oluşturan, yaşanan teknolojik gelişmelerin hız kazanması, bireylerin teknolojiye ulaşımının kolaylaşması, etkileşimler için SM platformlarını tercih etmeleri, problemleri internet kullanımını ve SMB'yi de beraberinde getirmiş, bu durum bireylerin tekilleşmiş bir hayatı benimsemesine sebep olmuş, problemleri internet kullanımı ve SMB'nin, günümüzde yalnızlığı açıklayan en temel sebeplerden biri haline getirmiştir. Bireylerin teknoloji kullanımı, işlerini teknoloji ortamında kolayca halledebilmesi, bireyin sosyalleşme becerilerine de bir sınırlama getirmiş, bireyselleşmesine ortam hazırlamış, iletişim ve etkileşimlerini kısıtlamış beraberinde de yalnızlığı getirmiştir (Zeybek, 2021). Dolayısıyla 10-15 yıl öncesinde çeşitli sebepler dolayısıyla bireyin tek olma, sosyal etkileşimlerde bulunmama durumu olarak tanımlanan yalnızlık kavramı, günümüzde kişinin teknoloji bağlamında kendi sanal dünyasını oluşturması ve yüz yüze etkileşimlerden uzak, sanal dünyaya entegre şekilde hayatını dizayn etmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Çakır ve Oğuz, 2017).

2.5.İlgili Yayın ve Araştırmalar

Bu bölümde, araştırma değişkenlerine (Yalnızlık, SMB, GKK) dair diğer araştırmacıların yürütmüş oldukları ilgili ve güncel çalışmalar incelenmiş, araştırma hipotezleriyle benzerlik gösteren çalışmaların detaylarına yer verilmiştir. Yapılan incelemeler genelden özele ve kronolojik sırayla ele alınmıştır. Bu bölümde detaylarına yer verilen çalışmalar ile bu araştırmanın bulguları arasındaki benzerlik ve farklılıklar mukayese edilerek, sonuç bölümünde tartışılmıştır.

2.5.1. Sosyal medya bağımlılığı hakkında yürütülen çalışmalar

Deniz ve Gürültü (2018) lise öğrencilerinin SM bağımlılık düzeylerini belirlemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya İstanbul ilinde farklı ortaöğretim kurumlarında eğitim görmekte olan 473 öğrenci dahil olmuştur. Araştırma verileri, Tutgun Ünal ve Deniz (2005) tarafından geliştirilen “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği” ile toplanmıştır. Bu çalışma ile lise

öğrencilerinin SM bağımlılık düzeylerinin ortaya konmasının yanı sıra bağımlılık düzeylerinin cinsiyet, okul türü, günlük SM kullanım süresi gibi değişkenlere göre farklılaşma durumları da ele alınmıştır. Araştırma sonuçlarına göre lise öğrencilerinin SM bağımlılık düzeylerinin orta düzeyde olduğu kanısına varılmıştır. Ölçeğin meşguliyet alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha çok SM ile meşgul oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin çatışma alt boyutunda okul türüne göre anlamlı farklılıklar gözlenmiş, Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde okuyan öğrencilerin çatışma puanlarının Anadolu İmam Hatip Lisesi'nde okuyanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sebeple Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde okuyan öğrencilerin SM aktivitelerinin, gerçek hayat uğraş ve etkileşimlerinde tezatlığa yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin tüm alt boyutlarında internette günlük geçirilen süreye göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu gözlem doğrultusunda internette geçirilen sürenin artması, öğrencilerin bağımlılık ve SM ile meşguliyet düzeylerini de arttırmakta, SM kullanımı bir rutin haline dönüşmektedir.

SMB hakkında yürütülen bir diğer çalışma ise Ilgaz (2018)'ın lise ve üniversite öğrencileriyle yürüttüğü araştırmadır. Lise ve üniversite öğrencilerinin SM bağımlılık düzeylerinin ölçülmesi ve bazı demografik değişkenlere göre farklılaşma durumunun incelenmesi amaçlanan bu çalışmaya İstanbul'da lise ve üniversite kademelerinde öğrenim görmekte olan 309 öğrenci dahil edilmiştir. Veriler Tutgun-Ünal (2015) tarafından geliştirilen ve 41 sorudan oluşan "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" ile toplanmıştır. Ölçek meşguliyet, duygu durum düzenleme, çatışma, tekrarlama olmak üzere dört alt boyut barındırmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların %32,9'unun düşük, %59,8'inin orta ve %7,3'ününse yüksek düzeyde bağımlı oldukları ortaya konmuştur. Katılımcıların bağımlılık düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre anlamlı derecede daha bağımlı oldukları gözlemi yapılmıştır.

Yüksel Şahin ve Öztoprak (2019) ergenlerin SM bağımlılık düzeylerinin benlik saygısı ve bazı değişkenlere göre farklılaşma durumlarını incelemek adına İstanbul'da 316 lise öğrencisiyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma verilerini elde etmek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu ve Kişisel Bilgi Formu'ndan yararlanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre düşük benlik saygısına sahip bireylerin, yüksek benlik saygısına sahip bireylere göre daha yüksek düzeyde SMB'ye sahip oldukları gözlenmiştir. Yine aynı çalışmada cinsiyet ve ebeveyn tutumlarının lise öğrencilerinin

SMB'leri üzerinde anlamlı bir etki yarattığı gözlenmiştir. Sonuçlara göre kız öğrencilerin SMB düzeyleri erkek öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin ekonomik gelir durumu ile SMB düzeyleri arasında ise anlamlı bir bağlantı tespit edilememiştir.

Demir ve Kumcağız (2019) yürüttükleri çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin SMB'lerinin, farklı değişkenler açısından değişkenlik durumunu ortaya koymayı amaçlamışlardır. Araştırma verileri Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 374 öğrenciden, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin SMB düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken, akademik başarısı yüksek olanların, düşük olanlara göre daha düşük SMB düzeyine sahip oldukları ve SM'de kullanım süresi arttıkça, SMB düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir.

Ümmet ve arkadaşları (2019) farklı yaş ve meslek gruplarına sahip bireylerle yürüttükleri çalışmalarında, bireylerin SMB düzeylerinin cinsiyet, yaş, özgüven ve medeni durumlarına göre değişkenlik durumunu incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini farklı özelliklere sahip 304 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verileri ise Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu, Özgüven Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin SMB düzeylerinin yaş, özgüven düzeyi, medeni durumlarına göre anlamlı farklılıklar gösterdiği gözlenmiş, cinsiyet değişkenine göreyse anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Araştırma bulgularına göre 18-25 yaş aralığındaki bireylerin SMB düzeylerinin hem 26-35 hem de 36-65 yaş aralığındaki bireylere göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Bu da ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin daha çok SM kullandıklarını ve bağımlılıkla ilgili daha çok sorun yaşadıklarını göstermektedir. Yine aynı çalışmada özgüvenleri orta düzeyde olan bireylerin yüksek olanlara göre daha yüksek SMB'ye sahip oldukları, aynı şekilde bekar bireylerin de evli olanlara göre daha yüksek SMB'ye sahip oldukları gözlenmiştir.

Longobardi ve arkadaşları (2020) Instagram popülerliği ile öznel mutluluk arasındaki ilişkileri ve bu ilişkide SMB ile siber mağduriyetin aracılık rolünü incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya İtalya'da öğrenim görmekte olan 425 ergen dahil olmuştur. Araştırmanın verileri Öznel Mutluluk Ölçeği, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Siber Mağduriyet Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre ergenlerin günlük internet kullanım süresi arttıkça SMB düzeylerinin de arttığı sonucuna

ulaşılmıştır. Araştırmada bireylerin cinsiyetlerine ve yaşlarına göre SMB düzeylerinde herhangi bir anlamlı değişim gözlenmemiştir.

Güney ve Taştepe (2020) ergenlerin SM kullanımları ve SMB'lerini incelemişlerdir. Araştırma örneklemini 2019-20 yılında Ankara'da öğrenim görmekte olan 9, 10 ve 11. Sınıf düzeyinde 500 öğrenci oluşturmaktadır. Veriler Özgenel, Canpolat ve Ekşi'nin geliştirmiş oldukları Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ergenlerin SMB düzeylerinin orta düzeyde olduğu görülmüş, cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerin erkeklere göre daha yüksek SMB düzeyine sahip oldukları ortaya konmuştur.

Dikmen (2021) pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile SMB düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve bazı demografik değişkenlere göre farklılaşma durumlarını incelemek adına YEM uygulaması yürütmüştür. Çalışmaya Fırat Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 211 üniversite öğrencisi dahil edilmiş, araştırma verileri Burns Depresyon Ölçeği, Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonuçları pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin SMB'lerini yordadığını ortaya koymaktadır. Ayrıca bireylerin günlük internet kullanım sürelerine göre depresyon ve SMB düzeylerinde anlamlı değişiklikler gözlenmiştir. İnternet kullanım süresi arttıkça bireylerin depresyon ve SMB düzeyleri de artmaktadır. Son olarak öğrencilerin depresyon ve SMB düzeyleri ile cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve medeni durum değişkenlerine göre anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Doğrusever (2021) ergenlerin SMB düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşma durumunu inceleyen bir çalışma yürütmüştür. Siirt ilinin çeşitli liselerinde öğrenim görmekte olan 386 öğrenci çalışmanın araştırma grubunu oluşturmaktadır. Veriler Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma, araştırma grubunun %20'sinin SM bağımlısı olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırma sonuçlarına göre ergenlerin SMB'lerinin, SM'yi günlük kullanım sürelerine, kullanım amaçlarına ve SM hesabı sayılarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmişken, cinsiyet, okul türü, akademik başarı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Lise öğrencilerinin günlük SM kullanım süreleri arttıkça SMB düzeylerinde de artış görülmektedir.

Syahputra ve arkadaşları (2022) üniversite öğrencilerinin narsisizm ve SMB düzeylerinin çeşitli demografik değişkenler ve SM kullanım alışkanlıklarına göre değişkenlik

durumunu inceledikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın örneklemini Endonezya’da öğrenim görmekte olan 123 öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma bulguları, üniversite öğrencilerinin SMB ve narsisizm düzeylerinin cinsiyet, günlük internette geçirilen süre, yaşadıkları yer, sahip olunan SM hesabı sayısı, ailedeki çocuk sırası değişkenlerine göre anlamlı derecede farklılaştığını göstermektedir. Bu bilgiler ışığında, erkeklerin kızlara göre, internette günlük altı saatten fazla zaman geçirenlerin daha az zaman geçirenlere göre, şehirde yaşayanların köyde yaşayanlara göre ikinci çocukların birinci çocuklara göre daha yüksek SMB ve narsisizm düzeyine sahip oldukları gözlenmiştir.

Marengo ve arkadaşları (2022) ergenlerin kullandıkları çeşitli SM platformları ve kişisel bazı verilerin, SMB’lerini ne derecede yordadığını inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya İtalya’da öğrenim görmekte olan lise ve ortaokul düzeyinde 765 öğrenci katılmıştır. Araştırma verileri Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Akıllı Telefon ve Sosyal Medya Kullanım Formu ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre ergenlerin SMB’lerini yordayan en etkili faktör SM geçirdikleri süre olarak belirlenmiştir. Ayrıca bireylerin yaş düzeylerinin de SMB düzeyleri üzerinde bir etken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin yaş düzeyi arttıkça SMB’leri de artmaktadır.

Stanculescu ve Griffiths (2022) bireylerin SMB düzeylerinin, sosyal kaygı, kaygılı bağlanma, ait olma ihtiyacı, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi gibi faktörlere göre değişkenlik durumunu inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışma, Romanya’da yaşayan ve yaşları 18 ile 54 arasında değişen 705 gönüllü katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırma verileri Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Sosyal Medya Yoğunluğu Ölçeği, Etkileşim Kaygısı Ölçeği, Kaygılı Bağlanma Tarzı Alt Ölçeği, Ait Olma İhtiyacı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda kadınların erkeklere göre ve gençlerin diğer yaş gruplarına göre daha yüksek SMB yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

2.5.2. Yalnızlık hakkında yürütülen çalışmalar

Yabancı (2019) lise öğrencilerinin SM tutumları ile yalnızlık ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek ve söz konusunu değişkenlerin okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi gibi değişkenlere göre farklılaşma durumlarını tespit etmek amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Çalışma İstanbul ilinde çeşitli liselerde öğrenim görmekte olan 617 öğrenciyle gerçekleştirilmiş, veriler ise UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sosyal Medya Tutum Ölçeği, Narsistik Kişilik Envanteri aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre lise öğrencilerinin SM tutumları ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu

bağlamda öğrencilerin SM kullanım süreleri arttıkça, yalnızlık düzeylerinin düştüğü görülmüştür. Araştırmanın diğer boyutları incelendiğinde, imam hatip liselerinde okuyan öğrencilerin, anadolu lisesinde okuyanlara göre ve anadolu lisesinde okuyanların da fen lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek yalnızlık düzeyine sahip oldukları görülmüştür.

Aydiner Boylu ve arkadaşları (2019) Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören lisans düzeyinde 407 öğrenciyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışmayla üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal desteklerinin yalnızlıkları üzerine etkilerini ortaya koymayı amaçlamışlardır. Araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonuçları bireylerin algılanan sosyal destek düzeyleri yükseldikçe yalnızlık düzeylerinin düştüğünü ortaya koymuştur. Ayrıca erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek yalnızlık yaşadıkları bulgusuna ulaşılmıştır.

Wedaloka ve Turnip (2019) ergenlerin yalnızlık deneyimlerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumlarını incelemek için bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın örneklemini, Endonezya'da yaşayan, yaşları 15 ile 20 arasında değişen 662 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verileri De Jong Gierweld'in Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları, genel, duygusal ve sosyal boyutlarda, kızların erkeklere göre daha yüksek yalnızlık yaşadığını göstermektedir.

Türkel ve Dilmaç (2019) ergenlerin SM kullanımları ile yalnızlık ve yaşam doyumları arasındaki yordayıcı ilişkileri inceleyebilmek için bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma örneklemini Kocaeli ilinde öğrenim gören 600 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Sosyal Medya Tutum Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre lise öğrencilerinin yalnızlıkları ile SM kullanımları arasında pozitif anlamlı, yaşam doyumları ile negatif anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre öğrencilerin SM kullanımları arttıkça veya yaşam doyumları azaldıkça, yalnızlık düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bonsaksen ve arkadaşları (2021) Covid-19 pandemi sürecinde farklı yaş gruplarından insanların SM kullanımları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. ABD, Birleşik Krallık, Norveç ve Avustralya'dan 3810 katılımcı çalışmaya dahil edilmiş, katılımcılar 18-39, 40-59, 60+ olmak üzere yaş gruplarına kategorize edilmiştir. Araştırma verileri Jong-Gierwald Yalnızlık Ölçeği ve yapılandırılmış anket ile toplanmıştır.

Yapılandırılmış anketin içeriğine göre katılımcılara hangi SM platformunu kullandıkları ve pandemi sonrasında ne sıklıkla bu platformları kullandıkları sorulmuştur. Araştırma bulgularına göre bireylerin sosyal yalnızlık düzeylerinde yaş faktörüne bağlı anlamlı bir farklılık görülmezken, genç bireylerin duygusal yalnızlık düzeylerinin yetişkinlere göre daha yüksek düzeyde olduğu gözlenmiştir. Cinsiyet değişkenine göreyse kadınların erkeklere nazaran daha yüksek duygusal yalnızlık ve daha düşük sosyal yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. SM kullanım sıklığına göre günlük birkaç defa SM kullanan bireylerin her gün veya daha azı kullananlara göre duygusal yalnızlıklarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Eğitim seviyesi düşük olan bireylerin yüksek olanlara göre, partnere sahip olanların olmayanlara göre, işsiz olanların iş sahibi olanlara göre daha yüksek duygusal ve sosyal yalnızlık yaşadıkları ise araştırmanın diğer bulgularıdır. Bireylerin SM kullanımları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda gençlerin (18-39 yaş) SM kullanımları ile sosyal yalnızlıkları ilişkilendirilememişken duygusal yalnızlıkları ile pozitif ilişkiler bulunmuş, SM kullanım sıklıkları arttıkça duygusal yalnızlıklarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Orta yaş (40-59 yaş) ve yaşlı (60+ yaş) kategorisindeki bireylerin SM kullanım sıklıklarıyla duygusal yalnızlıkları arasında bir ilişkiye rastlanmamışken, kullanım sıklıkları arttıkça sosyal yalnızlıklarının düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Barreto ve arkadaşları (2021) bireylerin yaşa, cinsiyete ve kültüre göre yalnızlık düzeylerindeki değişimleri inceledikleri bir meta analiz çalışması yürütmüşlerdir. Çalışma, 237 farklı ülkeden 16-99 yaş aralığında 46.054 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilerek oluşturulmuştur. Çalışma sonuçlarına göre yalnızlık ile yaş arasında negatif ilişkiler tespit edilmiştir. Bireylerin yaşları büyüdükçe algıladıkları yalnızlıkları düşmektedir. Bir diğer bulgu ise bireylerin cinsiyetlerinin yalnızlık düzeyi üzerinde etki sağladığıdır. Yapılan incelemeler erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde yalnızlık yaşadıklarını göstermektedir. Ayrıca edinilen bulgulardan bir diğeri de bireyci toplumlarda yaşayan bireylerin kolektivist toplumlarda yaşayan bireylere göre daha üst düzey yalnızlık yaşadıkları yönündedir.

Genel (2021) lise ve üniversite düzeyindeki öğrencilerin SM tutumları ile yalnızlık algıları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yürütmüştür. Araştırmaya Erzincan ilinde öğrenim görmekte olan 478 öğrenci dahil olmuş, veriler Sosyal Medya Tutum Ölçeği (SMTÖ) ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin SMTÖ alt boyutlarından olan sosyal yetkinlik ve sosyal izolasyon tutumlarıyla yalnızlık algıları arasında negatif, paylaşım ihtiyaçları ile yalnızlık algıları arasında ise pozitif yönde anlamlı

ilişkiler tespit edilmiştir. Bu bağlamda analiz sonuçlarına göre yalnızlık algıları düşük olan bireylerin SM'nin, sosyal yetkinliği ve sosyal izolasyonu arttırdığı algısına sahip oldukları ortaya koyulmuştur. Araştırmanın bir diğer bulgusu da yaş ortalaması yükseldikçe SM kullanım sıklığının azaldığı, ancak günlük kullanım süresinin arttığıdır. Bu bulgu ışığında bireylerin SM kullanım süreleri ve amaçları yaşa göre değişkenlik göstermektedir.

Wang ve arkadaşları (2023) çeşitli demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, yaşanılan yer vb.) göre bireylerin yalnızlık düzeylerindeki değişimleri inceledikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya, Çin'de yaşayan ve yaşları 18 ile 103 arasında değişen 3899 katılımcı dahil edilmiştir. Araştırma verileri Kısa Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları Çinli bireylerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği yönündedir. Bu da erkek ya da kadınların tüm yaşamları boyunca benzer dönemlerde benzer yalnızlık düzeylerine sahip olduklarını göstermektedir. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise yaş düzeyine göre Çinli bireylerin yalnızlık düzeylerinin farklılaştığı yönündedir. Bu bulguya göre bireylerin yalnızlık düzeyleri yaşları arttıkça artmakta, 47 yaşında zirveye ulaşmakta ve bu dönemden sonra ise yalnızlık düzeyleri yaş arttıkça düşüşe geçmektedir.

2.5.3. Gelişmeleri kaçırma korkusu hakkında yürütülen çalışmalar

Çağrı ve Mutlu (2018) GKK'nin yordayıcılarını belirlemek amacıyla üniversite öğrencileriyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Kırklareli Üniversitesi'nden 400 öğrenci dahil olmuş, veriler BAPI İnternet Formu, Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Ölçeği ve Erişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda birtakım bulgulara erişilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin GKK düzeylerinin, orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bulgular, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi, sahip olunan SM hesabı sayısı, ders esnasında SM hesaplarını kontrol etme sıklığı arttıkça GKK düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Benlik saygısı ile GKK düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiş, yani benlik saygısı düşük öğrencilerin, GKK düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Nevrotiklik ve DEHB düzeyleri ile GKK düzeyleri arasında da pozitif anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Milyavskaya ve arkadaşları (2018) GKK'nin dinamikleri, yaygınlığı ve sonuçlarını ortaya koymak amacıyla çok yöntemli ampirik bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya ABD'de üniversite öğrenimlerine yeni başlayan 159 öğrenci dahil olmuştur. Çalışma sonuçlarına göre

bireylerin cinsiyetleri ile yaşlarına göre GKK düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmediğini ortaya koyulmuştur. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise günün ilerleyen saatlerinde ve haftanın ilerleyen günlerinde bireylerde GKK şiddetinin arttığı yönündedir. Bununla birlikte yapılan görüşmeler ve toplanan veriler ışığında GKK'nin, olumsuz duygulanım, artan stres, artan yorgunluk, uyku problemleri ve fiziksel bazı semptomlara yol açtığı ifade edilmiştir.

Uzun ve arkadaşları (2019) 14-25 yaş aralığında 432 kişilik bir çalışma grubuyla, ergen ve genç yetişkinlerin yaşam doyumları ve bazı SM değişkenleri ile GKK'leri arasındaki inceledikleri bir araştırma yürütmüşlerdir. Araştırma verileri, Gelişmeleri Kaçırma Kaygısı Ölçeği ve veri toplama formları aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ergen ve genç yetişkinlerin GKK düzeylerinde, cinsiyet, yaş, sahip olunan SM hesap sayısı, paylaşımlarına gelen beğeni sayısı değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar gözlenmemiştir. Bu sonuçlara göre bireylerin takipçi sayıları arttıkça ve yaşam doyumu düzeyleri düştükçe GKK düzeyleri de anlamlı derecede yükselmektedir.

Kaçık ve Acar (2020) üniversite öğrencilerinin GKK ve yaşam doyumları arasındaki ilişkileri ve çeşitli demografik değişkenlere göre farklılaşma durumlarını inceledikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya lisans ve önlisans düzeyinde 307 öğrenci dahil olmuştur. Çalışma sonucunda bireylerin GKK düzeyleri ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin GKK düzeylerinin, cinsiyet ve çalışıyor olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Kartol ve Peker (2020) ergenlerde GKK'nin yordayıcılarını belirlemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Yaşları 14 ile 18 aralığında değişen çeşitli liselerde okuyan 517 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuşlardır. Araştırma verileri Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Mutluluk Ölçeği ve Çocuklar İçin Depresyon ve Anksiyete Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları, lise öğrencilerinin anksiyete düzeylerinin GKK'yi düşük düzeyde yordadığını, depresyon düzeylerinin GKK'yi yordamadığını göstermektedir. Cinsiyet değişkenine göre anlamlı ilişkiler tespit edilmiş, kız öğrencilerin erkeklere nazaran daha yüksek GKK düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Mutluluk düzeyi ile GKK düzeyi arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Rozgonjuk ve arkadaşları (2021) GKK'nin çeşitli kişilik özellikleri, yaş ve cinsiyet faktörleri ile ilişkisini incelemek adına Almanya'da bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya 3372 katılımcı dahil olmuş, araştırma verileri ise Kişisel Bilgi Formu'nun yanı sıra, Büyük Beş

Envanteri ile Przybylski'nin geliştirdiği Eksik Kalma Korkusu leği aracılığıyla toplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre bireylerin cinsiyetlerine göre GKK düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmezken, yaş faktörüne göre anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Bu bağlamda GKK'nin daha genç yaştaki bireylerin yaşadığı bir problem olduğu dile getirilmiştir. Son olarak GKK ile kişilik özellikleri arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, GKK ile nevrotiklik arasında pozitif yönlü güçlü, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk özellikleri düşük düzeyde negatif yönlü ilişkiler gözlenmiştir. Bu bağlamda nrotisizmin, GKK'yi yordayan güçlü bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Karal ve Birlik (2021) ergenlerde GKK düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre farklılaşma durumlarını incelemek için bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya farklı lise ve sınıf düzeylerinde 355 ğrenci katılmıştır ve araştırma verileri Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu leği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre cinsiyet, kullanılan aygıt, aile gelir durumu açısından GKK düzeylerinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. İnternet kullanım süresi, kullanılan SM hesabı değişkenlerine göreyse GKK düzeylerinde anlamlı farklılıklar grlmştir. Araştırma bulguları ışığında bireylerin internet kullanımı süreleri arttıkça GKK düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. İnstagram platformunu kullanan öğrencilerin diğer SM platformlarını kullanan öğrencilere göre daha yüksek derecede GKK yaşadığı da bir diğer çıkarımdır.

Atabay ve arkadaşları (2022) pandemi döneminde niversite ğrencilerinin sosyal ağlardaki gelişmeleri kaçırma korkularını incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya lisans düzeyinde farklı fakültelerden 591 ğrenci dahil olmuştur. Araştırma sonuçlarına göre araştırma grubunun orta düzeyde GKK'ye sahip oldukları söylenebilmektedir. Araştırma bulgularına göre cinsiyet, SM'de evrimii olma sıklığı, kullanılan platform, internet ve SM'de geçirilen süre değişkenlerine göre GKK düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmektedir. Bu bağlamda erkeklerin kadınlara göre, sürekli evrimii olanların diğerlerine göre, Twitter, Snapchat, İnstagram, TikTok kullananların kullanmayanlara göre GKK düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bireylerin günlük internet ve SM platformlarını kullanım süreleri ile GKK düzeyleri arasında düşük derecede pozitif anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

2.5.4. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığı birlikte ele alan alışmalar

Savcı ve Aysan (2016) dürtüsellik, yalnızlık ve SM kullanımları arasındaki ilişkileri incelemek için bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmaya İzmir'de öğrenim gören 307 niversite

öğrencisi dahil olmuştur. Araştırma verileri, Barratt Dürtüsellik Ölçeği, Sosyal Medya Kullanım Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği-Kısa Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin dürtüsellikleri ile SMB'leri arasında, SMB'leri ile yalnızlıkları arasında doğrudan pozitif yönlü, dürtüsellikleri ile yalnızlıkları arasında ise dolaylı pozitif anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Bu sonuçlar ışığında dürtüsellik arttıkça SM kullanımlarının da arttığı, SM kullanımları arttıkça yalnızlık düzeylerinin de arttığı dolayısıyla dürtüsellik arttıkça yalnızlık düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Chavez ve Chavez JR. (2017) lise öğrencilerinin Facebook bağımlılıkları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Filipinlerde öğrenim görmekte olan 112 lise öğrencisi katılmış, veriler Facebook Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma bulgularına göre lise öğrencilerinin yüksek derecede bağımlılık profili sergilemedikleri gözlenmiş ancak az da olsa risk grubunun varlığı tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda Facebook bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönlü zayıf korelasyon tespit edilmiştir. Bu durum ise lise öğrencilerinin Facebook bağımlılık düzeyleri arttıkça yalnızlıklarının da artacağı sonucunu beraberinde getirmiştir.

Çarkçı (2019) üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlık ve algılanan vücut algıları arasındaki ilişkiyi incelemek için bir çalışma yürütmüştür. Araştırmaya Ankara ilinde öğrenim görmekte olan 316 üniversite öğrencisi katılmış, veriler Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Vücut Algısı Ölçeği aralığında toplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre bireylerin SMB ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark görülmezken, akademik başarı değişkeni ile SMB düzeyleri arasında ters yönlü ilişki tespit edilmiştir. Yani bireylerin SMB düzeyleri arttıkça akademik başarıları düşmektedir. SMB ve yalnızlık arasındaki korelasyonlar incelendiğinde anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Araştırma sonuçları üniversite öğrencilerinin algıladıkları vücut algıları ve yalnızlık düzeylerinin SMB düzeylerini yordadığını göstermektedir.

Baltacı (2019) yalnızlık, sosyal anksiyete ve mutluluk değişkenlerinin SMB düzeylerini yordayıp yordamadığını test etmek amacıyla, 312 üniversite öğrencisinin katılımıyla bir çalışma yürütmüştür. Araştırma verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sosyal Anksiyete Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu vasıtasıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlık ve sosyal anksiyete düzeyleri arasında pozitif yönlü, mutluluk düzeyleri arasındaysa negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Regresyon analizi sonucunda sosyal anksiyete ve mutluluk

değişkenlerinin SMB'yi yordadığı, yalnızlık değişkeninse tespit edilen zayıf bağlantı neticesinde SMB'yi yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Şafak ve Kahraman (2019) bireylerin SM kullanımları ile yalnızlık ve narsistik kişilik özellik belirtileri ile ilişkisini incelemek adına 217 yetişkinle bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Narsistik Kişilik Envanteri aracılığıyla toplanmıştır. Bireylerin yaş değişkenine göre SMB düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken, yalnızlık düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bilgi ışığında 50 yaş üstü bireylerin, 49 yaş altı bireylere göre daha yüksek düzeyde yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer değişken cinsiyete göre SMB ve yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bireylerin günlük SM kullanım sürelerine göre yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmezken, SMB düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmüş, SM kullanım süresi arttıkça bireylerin SMB düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın ana değişkenleri olan SMB ve yalnızlık düzeyleri arasında ise anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Yetiş ve arkadaşları (2019) yalnızlık ile SM kullanımları arasındaki ilişkiyi incelemek için Ankara'da öğrenim görmekte olan 998 lise öğrencisiyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma verileri, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmezken, SMB düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bilgi ışığında kadın lise öğrencilerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek SMB düzeyine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın ana değişkenleri SMB ve yalnızlık düzeyleri arasında güçlü negatif korelasyon tespit edilmiş, nihayetindeyse lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri arttıkça, SMB düzeylerinin düşeceği ortaya koyulmuştur.

Yavich ve arkadaşları (2019) genç yetişkinlerin SM kullanımları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya İsrail'de yaşayan ve yaşları 19 ile 33 arasında değişen 157 gönüllü dahil olmuştur. Araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği, Facebook Kullanım Örüntüsü Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre İsrailli bireylerin yalnızlıkları ile Facebook kullanımları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Yine cinsiyet değişkenine göre gerek yalnızlık gerekse Facebook kullanımlarında anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Gülaçtı (2020) üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri ortaya koymak adına bir çalışma yürütmüştür. Çalışmaya 209 öğrenci katılmış, araştırma verileri Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin SMB ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyet, okudukları bölüm değişkenlerine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Günlük internette geçirilen süreye göreyse yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmezken, SMB düzeylerinde anlamlı farklılaşmalar tespit edilmiştir. Bu bulguya göre üniversite öğrencilerinin internette geçirdikleri süre arttıkça SMB düzeyleri de artmaktadır. Son olarak üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile yalnızlıkları arasında düşük düzeyde pozitif korelasyon tespit edilmiştir.

Yukay Yüksel ve arkadaşları (2020) genç yetişkinlerin SMB, yaşam doyumu ve yalnızlıkları arasındaki ilişkiyi incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya farklı şehirlerden 531 genç yetişkin dahil olmuş, veriler Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma bulgularına göre genç yetişkinlerin SMB ve yalnızlık düzeylerinde, cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Bu bilgiler ışığında kadınların erkeklere nazaran daha yüksek yalnızlığa ve daha düşük düzeyde SMB'ye sahip oldukları ortaya koyulmuştur. Bireylerin SMB ve yalnızlık düzeylerinde medeni duruma göre de anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Buna göre bekar bireylerin evlilere göre daha yüksek düzeyde SMB ve yalnızlık yaşadıkları görülmüştür. Günlük internet kullanım süresine göre yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmezken, SMB düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür. Araştırma neticesinde genç yetişkinlerin SMB düzeyleri ile yalnızlıkları arasında pozitif yönlü, yaşam doyumları arasında negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir.

Youssef ve arkadaşları (2020) Lübnan'da yaşayan bireylerin SM kullanım bozuklukları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri inceleyen kesitsel bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya 456 Lübnan vatandaşı katılmış, araştırma verileri Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Lübnan Uykusuzluk Ölçeği ve Jong-Gierwald Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları bireylerin yalnızlık düzeyleri ile depresyon, SM kullanım bozukluğu, aleksitimi, algılanan stres ve uykusuzluk düzeyleri arasında pozitif anlamlı ilişkilerin varlığını ortaya koymaktadır. Yani söz konusu değişken düzeylerindeki artışın bireylerin yalnızlık düzeylerini de arttıracak yorumu yapılabilmektedir. Araştırmanın bir diğer

bulgusu da kadınların erkeklere göre, eğitim düzeyi düşük olanların yüksek olanlara göre, aylık gelir miktarı düşük olanların yüksek olanlara göre daha yüksek düzeyde yalnızlık yaşadıkları yönündedir.

Marttila ve arkadaşları (2021) bireylerin sorunlu SM kullanımları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide yalnızlığın aldığı rolü incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Finlandiya’da yaşayan 3724 birey çalışmaya dahil edilmiştir. Veriler Yaşam Doyumu Ölçeği, Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği (CIUS) ve bireylerin yalnızlık, SM kullanım sıklığı ve diğer demografik bilgilerini ölçen Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Analizler sonucunda problemlili SM kullanımı ile yalnızlık arasında pozitif ve yaşam doyumu arasında negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca YEM analizi aracılığıyla problemlili SM kullanımının doğrudan bireylerin yaşam doyumlarını negatif yönde etkilediği ve yalnızlığında dolaylı olarak bu etkide rol aldığı edinilen bir diğer bilgidir. Bu bilgiler bağlamında artan problemlili internet kullanımının artan yalnızlığa ve gerek doğrudan gerekse yalnızlık faktörü aracılığıyla dolaylı olarak azalan yaşam doyumuna yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır.

Keresteci (2021) üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile yalnızlık algılarını arasındaki ilişkiyi incelediği bir çalışma yürütmüştür. Araştırmaya İstanbul’da üniversite öğrenimi gören 375 öğrenci katılmış, veriler İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Öğrencilerin SMB düzeylerinde, cinsiyet ve internete ulaşılan aygıt değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gözlenmezken, günlük internet kullanım süresine göre pozitif yönlü anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bir diğer ana değişken yalnızlık ise cinsiyet ve yaş faktörlerine göre anlamlı bir farklılık göstermezken, günlük internet kullanım süresiyle negatif yönlü farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yani bireylerin günlük internet kullanım süresi arttıkça SMB düzeyleri artmakta, yalnızlık düzeyleri ise düşmektedir. Son olarak üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile yalnızlıkları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmış, birinin düzeyi artış gösterdikçe, diğeri düşüş gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Uyaroglu ve arkadaşları (2021) üniversite öğrencilerinin SMB’leri ile yalnızlıkları arasındaki ilişkileri incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmaya 555 öğrenci katılmış, araştırma verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre ailesiyle yaşamayanların yaşayanlara, gelir düzeyini iyi algılayanların algılamayanlara ve günde 5 saat üzerinde SM kullananların daha az kullananlara göre SMB düzeyleri anlamlı derecede yüksek

bulunmuştur. Erkeklerin, bekarların, akademik başarısı düşük olan ve gelir düzeyini kötü algılayan bireylerin yalnızlık puanları diğerlerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak SMB ile yalnızlık arasında pozitif ilişkiler gözlenmiş ve SMB düzeyindeki artışın, yalnızlığı da arttırdığı ortaya koyulmuştur.

Kurt ve Bayrakçı (2021) üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek için bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın örneklemini 252 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre SMB ile yalnızlık arasında pozitif yönlü ilişki ve SMB'nin yalnızlığı etkilediği tespit edilmiştir. Bu bilgiler ışığında SMB düzeyi yükseldikçe bireylerin yalnızlığının da artacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Akyol Güner ve arkadaşları (2022) üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlık ve akademik öz yeterlilikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. 932 öğrenciyle yürütülen araştırmanın verileri Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Akademik Öz Yeterlik ölçeği ile toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde SMB'ye sahip oldukları ve daha düşük düzeyde yalnızlık yaşadıkları gözlenmiştir. Ayrıca günlük SM kullanım süresi, ekranı kontrol sıklığı fazla olan öğrencilerin diğerlerine göre daha yüksek SMB ve yalnızlık düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Son olarak üniversite öğrencilerinin SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında pozitif yönlü orta derecede ilişki saptanmış ve SMB'nin yalnızlık düzeyini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

2.5.5. Sosyal medya bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar

Blackwell ve arkadaşları (2017) GKK, dışadönüklük, nevrotiklik, bağlanma stili faktörlerinin SMB'nin birer yordayıcısı olup olmadığını inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın örneklemini ABD'de yaşayan ve yaşları 17 ile 49 arasında değişen gönüllü katılımcılar oluşturmuş, araştırma verileri Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Sosyal Medya Etkileşim Ölçeği, Büyük Beş Envanteri ve Yakın İlişkilerde Deneyim Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışmanın bizim çalışmamızla ilgili bulguları incelendiğinde, SMB ile GKK'nin birbirlerinin kuvvetli birer yordayıcısı olduğu ve yaş faktörüyle aralarında negatif yönlü bir ilişkinin var olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yaşı genç bireylerin daha yüksek risk grubunu oluşturduğu, SMB düzeyindeki artışın GKK düzeyinde de artışa neden olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Casale ve arkadaşları (2018) GKK ile SMB arasındaki ilişkide olumlu üstbilişlerin rolüne ilişkin bir araştırma yürütmüşlerdir. Çalışmaya İtalya’da öğrenim gören 579 lisans öğrencisi dahil olmuştur. Araştırma verileri Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları olumlu üstbilişler dışındaki değişkenlerin, cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaştıklarını göstermektedir. Bu bağlamda kadınların erkeklere göre daha yüksek SMB, GKK, olumsuz değerlendirilme korkusu ve daha düşük öz sunum becerilerine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer bulguya göreyse SMB ile GKK arasında orta düzeyde pozitif ilişkilerin varlığı söz konusudur. Ayrıca GKK hem doğrudan hem de dolaylı olarak SMB’yi yordayan bir faktördür.

Coşkun ve Karayağız Muslu (2019) lise öğrencilerinin problemlili cep telefonu kullanımı ve GKK’leri arasındaki ilişkileri incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın örneklemini 2017 yılında Muğla ilinde öğrenim görmekte olan 1630 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma verileri Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Problemlili Cep Telefonu Kullanımı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları, lise öğrencilerinin problemlili cep telefonu kullanımları ve GKK düzeylerinin, yaş ve akademik başarılarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir. Bulgular ışığında günlük telefon kullanım süresi fazla olanların az olanlara göre, akademik başarıları düşük olanların yüksek olanlara göre problemlili cep telefonu kullanımları ve GKK düzeyleri yüksek olarak bulunmuştur. Araştırma sonucunda ergenlerin problemlili cep telefonu kullanımları ile GKK düzeyleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir. Yani problemlili cep telefonu kullanımı düzeyleri yükseldikçe, GKK düzeylerinin de yükseldiği düşünülmektedir. Ulaşılan bir diğer sonuç ise araştırma değişkenleri (cinsiyet, GKK, ebeveyn eğitim düzeyi, günlük telefon kullanım süresi, akademik başarı, SM kontrol sıklığı) ile problemlili cep telefonu kullanımı düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu ve araştırma değişkenlerinin, problemlili cep telefonu kullanımını %27,5 oranında yordadığı yönündedir.

Tunç Aksan ve Akbay (2019) GKK, akıllı telefon bağımlılığı ve algılanan akademik yeterliliğin SMB’yi yordayıcılığını test etmek amacıyla bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Mersin ilinde öğrenim görmekte olan 296 lise öğrencisi dahil olmuştur. Araştırma verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Bir Şeyleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma bulgularına göre her üç değişkende SMB düzeyleri üzerinde etkilidir ve birer yordayıcıdır. Bulunan bu sonuçlara göre lise öğrencilerinin

GKK ve akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri arttıkça, algıladıkları akademik yeterlilik düzeyleri düştükçe SMB değerleri de artmaktadır.

Hamutoğlu ve arkadaşları (2020) üniversite öğrencilerinin SMB düzeyleri, SM kullanım alışkanlıklarının, GKK düzeyleri üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini incelemek adına bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Sakarya’da öğrenim gören 845 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın ilk bulgularına göre GKK ile SMB arasında, SMB ile SM kullanım alışkanlıkları arasında orta düzeyde pozitif korelasyonlar saptanmışken, SM kullanım alışkanlıkları ile GKK’leri arasında düşük düzeyde pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Yapılan YEM analizleri neticesinde üniversite öğrencilerinin SMB düzeylerinin GKK düzeylerini doğrudan pozitif şekilde yordadığı gözlenmiş, SM kullanımlarının GKK’yi yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın bulguları SMB’nin GKK üzerinde etkili bir faktör olduğunu ortaya koymuştur.

Gosain ve Yadav (2020) Hindistan’daki gençlerin SMB ve GKK düzeylerinin yaş faktörüne göre değişimlerini inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya yaşları 13 ile 17 arasında değişen 50, 18 ile 25 arasında değişen 50 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırma verileri Przybylski ve arkadaşlarının geliştirdiği Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve SMB düzeylerini ölçmek içinse 2 açık uçlu sorudan oluşan form aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları 13-17 yaş grubundaki bireylerin 18-25 yaş grubundaki bireylere göre anlamlı derecede daha yüksek SMB ve GKK düzeylerine sahip olduklarını göstermektedir. Bu bağlamda ergenlerin, genç yetişkinlere kıyasla daha yüksek risk grubunu oluşturduğu yorumu yapılabilmektedir.

Fioravanti ve arkadaşları (2021) GKK ile sosyal ağ kullanımı ve sorunlu sosyal ağ kullanımı arasındaki ilişkileri inceleyen bir meta analiz çalışması yürütmüşlerdir. Analizler 21.473 katılımcının dahil olduğu 33 bağımsız kaynaktan elde edilen verilerle yürütülmüştür. Yürütülen analizler sonucunda SMB ile GKK arasında orta düzeyli pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Araştırmacılar ayrıca yaş, cinsiyet ve yaşanan coğrafya faktörlerinin, SMB ve GKK arasındaki ilişkiyi etkilemediğini bildirmişlerdir.

Koçak ve Traş (2021) üniversite öğrencilerinin SMB’leri ile sosyal ortamlarda GKK ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkileri inceledikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Necmettin Erbakan Üniversitesi’nde öğrenim görmekte olan 733 üniversite öğrencisi dahil olmuş, veriler Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu, Yaşamın

Anlamı Ölçeği, Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma neticesinde cinsiyet değişkenine göre SMB düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Yine aynı araştırmaya göre üniversite öğrencilerinin SM kullanım süreleri arttıkça, SMB düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Araştırmanın ana değişkenlerinden olan SMB ve sosyal ortamlarda GKK arasında orta düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin SMB düzeyleri arttıkça, sosyal ortamlarda GKK düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kovan ve Ormanlı (2021) pandemi döneminde yaptıkları çalışmayla üniversite öğrencilerinin SM'deki gelişmeleri kaçırma korkuları ile SMB'leri arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin cinsiyet, yaş, SM kullanım süresi, fakülte değişkenlerine göre farklılaşma durumlarını ortaya koymayı amaçlamışlardır. Araştırma grubunu Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde öğrenim gören 589 birey oluşturmaktadır. Araştırma verileri Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu vasıtasıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları üniversite öğrencilerinin SM'deki GKK ile SMB düzeylerinin pozitif yönde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda bireylerin GKK düzeyi arttıkça, SMB düzeylerinin de arttığı ortaya koyulmuştur. Araştırmada saptanan bir diğer bulgu ise, üniversite öğrencilerinin GKK ve SMB düzeylerinin SM'de geçirilen süreye göre anlamlı derecede farklılıklar gösterdiği'dir. Günlük SM'de geçirilen süre arttıkça GKK ve SMB düzeyleri de artmaktadır. Araştırmada cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Zıvıdır ve Karakul (2023) üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile GKK'leri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmaya 400 öğrenci katılmış ve veriler Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre kadın katılımcıların SMB düzeyleri, erkek katılımcıların düzeylerine göre anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin SM'ye bağlanma süresi, internete bağlanma süresi arttıkça SMB ve GKK düzeylerinin de arttığı araştırmanın bir diğer bulgusudur. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin SMB düzeyleri ile GKK düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişkiler tespit edilmiş, bu bağlamda öğrencilerin SMB düzeyi arttıkça GKK düzeylerinin de artacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Balcı ve Bal (2022) üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ile GKK'leri arasındaki ilişkide günlük kullanım sıklıklarının aracılık etkisini incelemek adına bir çalışma

yürütmüşlerdir. Araştırma örneklemini 525 öğrenci oluşturmakta, veriler Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinde bir farklılaşma görülmezken, GKK düzeylerinde anlamlı farklılaşma görülmüş, kadınların erkeklere göre daha yüksek GKK'ye sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın erişilen bir diğer bulgusu ise öğrencilerin GKK düzeyi arttıkça akıllı telefon kullanım süresinin ve akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin de arttığı yönündedir. Sonuç olarak öğrencilerin GKK düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiye, akıllı telefon kullanım süresinin anlamlı ölçüde aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Rahardjo ve Soetjningsih (2022) üniversite öğrencilerinin SMB'leri ile GKK'leri arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla Endonezya'da bir çalışma yürütmüşlerdir. Örneklem grubunu, SM'de günlük 5 saatten uzun süre geçiren 67 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileriye Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda GKK ile SMB arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu bulgu değişkenlerin birinin puan düzeyinin diğer değişkeninde benzer düzeyde puan sağlayacağı hakkında fikir sağlamaktadır. Yani yüksek SMB puanları aynı zamanda yüksek GKK puanlarını işaret etmektedir.

Brailovskaia ve arkadaşları (2023) kadın ve erkeklerde savunmasız narsisizm, SMB ve GKK düzeyleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Almanya'da yaşayan ve yaşları 18 ile 65 arasında değişen 745 SM kullanıcısı dahil edilmiştir. Araştırma verileri Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Kaybetme Korkusu Ölçeği ve Narsisizm Ölçekleri aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları erkeklerin kadınlara göre daha yüksek SMB, GKK ve narsisizm düzeyine sahip olduklarını göstermiştir. Ayrıca bireylerin GKK, SMB ve narsisizm düzeyleri arasında pozitif yönlü yordayıcı ilişkiler de araştırmanın diğer bulgularındandır. Son olarak narsisizm ile SMB arasındaki ilişkide GKK faktörünün aracılık etkisinin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çağlayan ve Arslantaş (2023) üniversite öğrencilerinin SMB düzeyleri ile GKK ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya Aydın'da öğrenim görmekte olan 448 öğrenci katılmış ve araştırma verileri Üsküdar Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-YF ve Beck Depresyon Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre kadınların erkeklere göre, SM'yi paylaşım amaçlı kullananların kullanmayanlara göre, yaşı küçük olanların büyük

olanlara göre SMB düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca SM kullanım sıklığı arttıkça, SMB düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma nihayetinde, SMB ile GKK ve SMB ile depresyon düzeyleri arasında çift yönlü anlamlı pozitif ilişkiler tespit edilmiştir. Yani GKK ve depresyon düzeylerindeki artış SMB düzeyini, SMB düzeyindeki artışta GKK ve depresyon düzeyini arttırmaktadır.

2.5.6. Yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar

Tayiz (2018) üniversite öğrencilerinin GKK'leri ile yalnızlıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yürütmüştür. Çalışmaya Van'da öğrenim görmekte olan 415 öğrenci katılmış, araştırma verileri Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin GKK ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyet, okudukları bölüm, barındıkları yer, ekonomik durum gibi demografik değişkenlere göre farklılaşmadığı tespit edilmemiştir. Ayrıca yalnızlık ve GKK arasındaki ilişki incelendiğinde, anlamlı ölçüde ilişkilerinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yalçın (2019), yüksek lisans tezinde ergenlerin GKK'leri ile yalnızlıkları ve akademik başarıları arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüştür. Araştırmaya ortaöğretim düzeyinde 133 öğrenci dahil olmuştur. Araştırmanın verileri Üsküdar Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre ergenlerin SM'de günlük geçirdikleri süre arttıkça ve sahip olunan SM hesabı arttıkça, GKK'lerinin de arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca bireylerin yalnızlık ve GKK düzeylerinin yaş, cinsiyet, ebeveyn eğitim düzeyi, gelir düzeyi, kardeş sayısı gibi demografik değişkenlere göre farklılaşmadığı gözlenmiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin GKK'leri ile yalnızlıkları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Bernard (2020) GKK, yalnızlık ve SM kullanım süresi arasındaki ilişkileri açıklayabilmek adına bir çalışma yürütmüştür. Çalışmaya ABD'de öğrenim görmekte olan yaşları 18 ile 22 arasında değişen 375 katılımcı dahil edilmiştir. Çalışmanın verileri Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Ağ Zaman Kullanım Ölçeği (SONTUS) aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan analizler SM'de geçirilen sürenin, üniversite öğrencilerinin GKK ve yalnızlık düzeylerinde artışa sebep olacağını doğrulamıştır. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise GKK ile yalnızlığın pozitif yönlü orta düzeyde bir bağlantıya sahip olduğu yönündedir. Araştırmacı bu bağlamda üniversite öğrencilerinin yalnızlıkları arttıkça, GKK'lerinin de artacağını ve yalnızlığın GKK'nin yordayıcısı olduğunu dile getirmiştir.

Tecdelioğlu (2021) yüksek lisans tezinde, yaşları 18-68 aralığında olan bireylerin, duygusal yalnızlıkları ile GKK'leri arasındaki ilişkileri ve sosyotelizmin bu ilişkideki aracılık rolünü incelemiştir. Araştırmaya 478 kişi katılmış ve veriler Eksik Kalma Korkusu Ölçeği ve Yetişkinler İçin Duygusal Yalnızlık Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre bireylerin GKK, duygusal yalnızlık ve partner sosyotelizmleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu da bir değişken düzeyindeki artışın, diğer iki değişken düzeyinde de artış sağlayacağı anlamına gelmektedir. Ayrıca aracılık rolü sınanan partner sosyotelizminin, GKK ve duygusal yalnızlık arasında kısmi aracılık ettiği sonucuna da ulaşılmıştır.

Huynh ve arkadaşları (2022) GKK ile yalnızlık arasındaki ilişkileri açıklamak adına Vietnam'da üniversite öğrencileriyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya 349 öğrenci dahil olmuş, araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan analizler neticesinde üniversite öğrencilerinin GKK düzeyleri ile yalnızlıkları arasında orta düzeyde pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Bu bağlamda araştırmacılar GKK'nin, yalnızlık düzeyini açıklayan önemli bir yordayıcı olduğunu ifade etmişlerdir.

Liu ve arkadaşları (2023) yalnızlık, GKK ve ruh sağlığı arasındaki ilişkileri açıklamak amacıyla Çin'de öğrenim görmekte olan 616 üniversite öğrencisiyle bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma verileri Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Yalnızlık Davranışı Ölçeği Kısa Form (SBS-S) ve Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-21 (DASS-21) aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda yalnızlık ile GKK arasında orta düzeyde pozitif korelasyon, ruh sağlığı ile düşük düzeyde pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Ayrıca yalnızlık ile ruh sağlığı arasındaki pozitif ilişkiye GKK'nin aracılık ettiği araştırmanın bir diğer bulgusudur.

Mousavi ve arkadaşları (2023) Covid-19 pandemisi karantina döneminde, ergenlerin pandemi bilinçleri ile SM kullanımları ve psikososyal uyum indeksleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. ABD genelinden yaşları 14 ile 17 arasında değişen 215 ergen katılımcı, araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırma verileri ise UCLA Yalnızlık Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Sosyal Medya Katılım Ölçeği, Depresyon Stres ve Anksiyete Ölçeği (DASS), Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ile Hastalık Kontrol Merkezleri (CDC)'nden elde edilen verilerle tasarlanan anketler aracılığıyla toplanmıştır. Mousavi ve arkadaşları yapılan analizler neticesinde ergenlerin GKK düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin bulunduğunu bildirmişlerdir. Bu bağlamda

değişkenlerin birinin düzeyindeki artış diğerinin düzeyinde de manidar artışa sebep olduğu yorumu yapılabilmektedir. Ayrıca araştırma bulguları ergen kadınların, erkeklere göre daha yüksek düzeyde GKK ve yalnızlık yaşadıklarını da ortaya koymaktadır. Yaş değişkenine göreyse her iki değişken için de anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır.

Çifçi ve Kumcağız (2023) yürüttükleri çalışmada ergenlerin GKK'leri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemiş, yalnızlık ve sosyal karşılaştırma değişkenlerinin bu ilişkideki aracılık rolünü tespit etmeye çalışmışlardır. Araştırma örnekleminin 1000 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma verileri Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği-KF, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği vasıtasıyla toplanmıştır. Araştırma bulgularına göre GKK'nin yalnızlığı pozitif, sosyal karşılaştırma ve öznel iyi oluşu negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda bireylerin GKK düzeyleri arttıkça yalnızlık düzeylerinin artacağı, kendilik değerleri ve öznel iyi oluşlarınınsa düşeceği öngörülmektedir. Ayrıca ergenlerin GKK düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide yalnızlık ve sosyal karşılaştırma değişkenlerinin tam aracı rol üstlendiği de araştırmanın bir diğer bulgusudur.

2.5.7. Sosyal Medya Bağımlılığı, yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusunu birlikte ele alan çalışmalar

Brazil ve Malgorzata (2020) z kuşağının akıllı telefon kullanımlarının GKK ve Yalnızlık üzerindeki etkilerini inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya ABD'de öğrenim görmekte olan, yaşları 18 ile 23 arasında değişen 152 katılımcı dahil olmuştur. Çalışma verileriye Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Büyük Beş Kişilik Özellikleri Envanteri ve kişisel bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma bulguları, Z kuşağı bireylerin günlük 4,6 saat ve haftalık 10,8 saat çeşitli amaçlarla akıllı telefonlarında vakit geçirdiklerini ve bu sürenin büyük bir bölümünü SM kullanımına ayırdıkları görülmüştür. Yapılan analizlere göre akıllı telefon kullanım süresi ile GKK arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken, SM kullanım süresi ile GKK arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiye rastlanmıştır. Yalnızlık ile akıllı telefon kullanım ve SM kullanım süreleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Ayrıca araştırmacılar katılımcıların SM'ye karşı tutumlarına göre yalnızlık düzeylerinin farklılık gösterdiğini, GKK düzeylerindeyse bir farklılık görülmediğini bildirmişlerdir. Bu bağlamda SM'ye karşı olumsuz duygulara sahip olan bireylerin karışık tutuma sahip olanlara göre, karışık duygulara sahip olanlarınsa olumlu duygulara sahip olan bireylere göre daha yüksek yalnızlığa sahip oldukları ortaya koyulmuştur.

Fumagalli ve arkadaşları (2021) Covid-19 döneminde genç yetişkinlerin sosyal ağ ve mesajlaşma uygulaması kullanımlarının yalnızlık üzerine etkilerini inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya, Birleşik Krallık, İtalya ve Arjantin'den 334 gönüllü katılım göstermiştir. Araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Büyük Beş Kişilik Özellikleri Envanteri aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcıların SM kullanımlarına dair bilgiler ise dört hafta boyunca akıllı telefon kullanımları incelenerek elde edilmiştir. Araştırma bulguları sosyal ağ kullanımı ile yalnızlık arasında doğrudan anlamlı bir ilişkiye işaret etmezken, GKK aracılığıyla dolaylı pozitif bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda artan sosyal ağ kullanımları, yüksek GKK ile birleştiğinde, bireylerin yalnızlık düzeylerini arttıracak yorumu yapılabilmektedir.

O'Brien ve arkadaşları (2022) üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımı ve alt dalları (SMB, problemli akıllı telefon kullanımı, problemli pornografi kullanımı, problemli oyun oynama) ile yalnızlık, refah ve GKK düzeyleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın örneklemini Birleşik Krallık'ta öğrenim görmekte olan 834 üniversite öğrencisi oluşturmuş, veriler Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form (SAS-SF), Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği-Kısa Form (PIUQ-SF-9), Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMAS), Dokuz Maddelik İnternet Oyunları Kullanım Bozukluğu Ölçeği (IGDS9-SF), Sorunlu Pornografi Tüketim Ölçeği (PPCS-18), Kişisel Refah Endeksi (PWI), UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma değişkenleri arasında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar bulunmuş, bu sebeple araştırma analizleri iki cinsiyet için ayrı ayrı yürütülmüştür. Araştırmanın bizim araştırmamızla ilgili bulgularına göre, her iki cinsiyete sahip bireylerin SMB'leri ile GKK'leri arasında pozitif, yalnızlıkları ile problemli internet kullanımları arasında pozitif, ayrıca kadınların yalnızlıkları ile SMB'leri arasında pozitif korelasyonel ilişkiler gözlenmiştir. Her ne kadar GKK'leri ile yalnızlıkları arasında bir bağlantı görülmesede, bireylerin SMB'leri, problemli internet kullanımları, yalnızlıkları ve GKK'leri arasındaki pozitif ilişkiler dolaylı da olsa GKK ile yalnızlık arasında da pozitif yönlü bir bağlantı olabileceğini akla getirmektedir.

Zheng ve arkadaşları (2023) üniversite öğrencilerinin yalnızlıkları ile problemli cep telefonu kullanımları arasındaki ilişki ve bu ilişkide GKK'nin aracılık rolünü inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya yaşları 19 ile 28 arasında değişen 233 Çinli öğrenci dahil olmuş, araştırma verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği (MPPUS-10) aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma

bulgularına göre yalnızlık ile problemli cep telefonu kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Yalnızlık, problemli cep telefonu kullanımının yordayıcısıdır. Ayrıca GKK'nin bu ilişkide kısmi aracılık rolü üstlendiği de araştırmanın bir diğer bulgusudur.

Mao ve arkadaşları (2023) üniversite öğrencilerinin aktif SM kullanımları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide GKK'nin aracılık rolünü inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Ayrıca problemli SM kullanımı ve günlük SM kullanım süresi araştırmanın kontrol değişkenlerini oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Çin'de öğrenim görmekte olan 490 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın verileri UCLA Yalnızlık Ölçeği, Wegmann ve arkadaşlarının tasarlamış olduğu Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Liu ve arkadaşlarının tasarladığı Gözetim Kontrolü Ölçeği'nin Aktif Sosyal Medya Kullanımı alt ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda aktif SM kullanımı ile GKK arasında pozitif, aktif SM kullanımı ile yalnızlık arasında negatif, GKK ile yalnızlık arasında pozitif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Yapılan YEM analizi sonucundaysa durum-FoMO'nun aktif SM kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişkiye aracılık etmediği, özellik-FoMO'nunsa aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç ışığında aktif SM kullanımının özellik-FoMO aracılığıyla yalnızlığı olumlu yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca problemli SM kullanımı ile GKK arasında tespit edilen pozitif korelasyon ve GKK ile yalnızlık arasında tespit edilen pozitif korelasyon, SMB ile yalnızlık arasında bir ilişkinin olabileceği ve GKK'nin bu ilişkiye aracılık edebileceğini akla getirmektedir. Bu durum ise bizim çalışmamızın gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Tatlı ve Atalan Ergin (2023) akran ilişkileri ve GKK ile yalnızlık arasındaki ilişkide problemli internet kullanımının aracılık rolünü inceleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmaya, 251'i ortaokul, 410'u lise düzeyinde olmak üzere 661 ergen dahil olmuştur. Araştırma verileri, Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Genelleştirilmiş Akran İlişkileri Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre ergenlerin cinsiyete GKK ve yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir ilişki gözlenmiş, kızların erkeklere göre daha yüksek yalnızlık ve GKK'ye sahip oldukları gözlenmiştir. Araştırmanın diğer bulgularına göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile akran algısı arasında negatif, GKK ve yalnızlıkları ile pozitif, akran ilişkileri ile yalnızlık ve GKK arasında negatif, son olarak GKK ve yalnızlıkları arasında pozitif korelasyonlar tespit edilmiştir. Son olarak YEM sonuçlarına göre ergenlerin yalnızlıkları ile GKK düzeyleri

arasındaki ilişkide problemlı internet kullanımının tam aracılık rolü üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır.



BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın temel amaçları doğrultusunda; araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araç ve yöntemleri, verilerin nasıl toplandığı ve çözümlendiği, özetle araştırmanın yöntemine ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin SMB ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolünü belirlemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelleri iki veya daha fazla değişkenin birlikte değişimlerinin varlığını ve değişim düzeyini tespit etmeyi amaçlayan araştırma modelidir (Büyüköztürk vd., 2020; Karasar, 2005).

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 2022-2023 eğitim-öğretim yılında, Konya Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim görmekte olan, 351 (%52,8)'i erkek, 314 (%47,2)'ü kadın olmak üzere 665 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışma grubu, uygun örneklem yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur. Bu yöntem araştırmanın amacına uygun olarak, araştırmacının kolayca ulaşabileceği bir örneklemden verileri toplaması olarak ifade edilmektedir (Büyüköztürk vd., 2020). Araştırmanın çalışma grubuna ilişkin betimsel özelliklerine Tablo 3.1.'de yer verilmiştir.

Tablo 3.1. Çalışma grubuna ait demografik özellikler

Değişken		F	%
Cinsiyet	Erkek	351	52.8
	Kadın	314	47.2
Okul Türü	Meram And. Lisesi	242	36.4
	Konya Mes. Tek. ve And. Lisesi	172	25.8
	Konya Anadolu Lisesi	103	15.5
	Meram Atatürk Mes. Tek. ve And Lisesi	148	22.3
Sınıf Düzeyi	9. Sınıf	71	10.6
	10. Sınıf	317	47.6
	11. Sınıf	277	41.7
Günlük SM kullanımı	0-1 Saat	43	6.5
	1-2 Saat	155	23.3
	2-4 Saat	279	42.0
	4+ Saat	188	28.2
Toplam		665	100

Tablo 3.1. incelendiğinde araştırma örnekleminin 351 (%52,8) erkek, 314 (%47,2) kadın katılımcıdan oluştuğu görülmektedir. Meram Anadolu Lisesi’nden 242 (%36,4), Konya Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi’nden 172 (%25,8), Konya Anadolu Lisesi’nden 103 (%15,5), Meram Atatürk Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi’nden 148 (%22,3) olmak üzere toplamda 4 farklı lisenin SM kullanıcısı öğrencileri bu çalışmaya katılmaya gönüllü olmuşlardır. Araştırmaya katılan gönüllülerin 71 (%10,6) ’i 9. sınıf, 317 (%47,6)’si 10. sınıf ve 277 (%41,7)’si 11. sınıf düzeyindedir. Yine aynı örneklem grubundan 43 (%6,5) katılımcı günlük 0-1 saat, 155 (%23,3)’i 1-2 saat, 279 (%42)’u 2-4 saat, 188’(%28,2)i ise 4 saatten daha uzun bir zaman aralığında SM platformlarında zaman geçirdiklerini ifade etmişlerdir.

Lise öğrencileri arasında popüler olarak kullanılan SM platformlarını tespit edebilmek amacıyla, kişisel bilgi formunda en sık kullandıkları SM platformu sorulmuştur. Elde edilen veriler Tablo 3.2.’de belirtilmiştir.

Tablo 3.2. Lise öğrencileri arasındaki popüler sosyal medya platformlarına ilişkin betimsel özellikler

Sosyal Medya Platformları	N	Yüzdelik Dilim
Instagram	346	52.0
Whatsapp	157	23.6
Youtube	84	12.6
TikTok	34	5.1
Snapchat	10	1.5
Twitter	8	1.2
Çevrimiçi Oyunlar	5	0.8
Spotify	3	0.5
Discord	5	0.8
Pinterest	5	0.8
Reddit	2	0.3
Google	2	0.3
Netflix	1	0.2
Twitch	2	0.3
Bip	1	0.2
Toplam	665	100.0

Tablo 3.2.’deki verilere göre lise öğrencilerinin %52’si (N=346) Instagram, %23,6’sı (N=157) Whatsapp, %12,6’sı (N=84) Youtube, %5,1’i (N=34) Tiktok, %1,5’i (N=10) Snapchat, %1,2’si (N=8) Twitter, %0,8’i (N=4) çevrimiçi oyunlar, %0,5’i(N=3) Spotify, %0,8’i (N=5) Discord, %0,8’i(N=5) Pinterest, %0,3’ü (N=2) Google, %0,3’ü (N=2) Reddit, %0,3’ü (N=2) Twitch platformlarını, en sık kullandıkları SM platformu olduğunu ifade etmişlerdir.

3.3. Veri Toplama Araç ve/veya Teknikleri

Araştırma verileri, “Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)” (Özgenel vd., 2019), “Eksik Kalma Korkusu Ölçeği” (Satici ve Can, 2019), “UCLA Yalnızlık Ölçeği” (Demir, 1989) ve “Kişisel Bilgi Formu” aracılığıyla toplanmıştır.

3.3.1. Kişisel bilgi formu

Çalışmaya katılan öğrencileri daha yakından tanımak ve edinilen bilgileri veri analizinde kullanmak adına araştırmacı tarafından geliştirilen, öğrencilerin cinsiyet, yaş, okul türü, sınıf düzeyi, SM platformlarına erişimde kullandıkları araç, bu platformlarda günlük geçirdikleri süre gibi kişisel bilgileri içeren formdur. Geliştirilen forma EK-1’de yer verilmiştir.

3.3.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Genç ve orta yetişkin bireylerin yalnızlık düzeylerini tespit etmek amacıyla, Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen “University of California Los Angeles Loneliness Scale”, 1980 yılında Russell, Peplau ve Cotrona tarafından 10 olumlu ve 10 olumsuz maddeden oluşacak şekilde yeniden revize edilmiş ve günümüzde kullanılan son halini almış, tek boyutlu bir ölçektir. Ölçeğin Türkiye’deki geçerlilik ve güvenirlik çalışmalarını Demir (1989) yürütmüş, Türkçe formuna uyarlamıştır. Ölçek, “Ben bu durumu hiç yaşamam.”, “Ben bu durumu nadiren yaşarım.”, “Ben bu durumu bazen yaşarım.”, “Ben bu durumu sık sık yaşarım.” seçeneklerinden oluşan 4’lü likert tipinde bir ölçektir. Formda 10 olumlu (1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20) ifade içeren madde, 10 olumsuz (2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18) ifade içeren madde bulunmakta, olumlu ifade içeren maddeler ters yönde puanlanmaktadır (1=4, 2=3, 3=2, 4=1). Ölçekten alınabilecek puanlar, 20 ile 80 puan arasında değişmekte, değerlendirme aşamasında 20 puan bireyin yalnızlık yaşamadığını ifade ederken, yükselen puanlar oranında, bireyin yalnızlık düzeyi de artmaktadır (Demir, 1989). 80 puan seviyesindeki puanlar bireyin yüksek düzeyde yalnızlık yaşadığını göstermektedir (Demir, 1989). Ölçeğin kriter geçerliliğinin tespiti adına “Beck Depresyon Ölçeği” referans alınmış, korelasyon katsayısı .82 olarak saptanmıştır. Demir (1989) tarafından ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .96 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmadan elde edilen Cronbach alfa güvenirlik katsayısıysa .85’tir. Ölçek formu EK-2’de gösterilmiştir.

3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)

Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019), tarafından ergenlerin SMB düzeylerini belirleyebilmek amacıyla hazırlanmış bir ölçektir. Ölçek 9 maddeden oluşan, tek boyutlu, beşli likert tipinde bir ölçektir. Maddelerin her biri; Hiçbir zaman-1, Nadiren-2, Bazen/Ara sıra-3, Çoğunlukla-4, Her zaman-5 şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekten minimum 9, maksimum 45 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi, daha yüksek SMB düzeyini temsil etmektedir. Özgenel ve arkadaşları (2019) ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısını

.90 olarak tespit etmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen Cronbach alfa güvenirlik katsayısıysa .82'dir. Ölçek formuna EK-3'te yer verilmiştir.

3.3.4. Eksik Kalma Korkusu Ölçeği (FoMOS)

Bireylerin GKK düzeylerini ortaya koyabilmek amacıyla orijinal formu Przybylski ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen eksik kalma korkusu ölçeği, Can ve Satıcı (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bu ölçeğin Türkçe'ye ilk uyarlaması Gökler ve arkadaşları tarafından 2016 yılında oluşturulmuştur (Can ve Satıcı, 2019). Lakin bu uyarlama 200 üniversite öğrencisiyle sınırlı kalmıştır. Bu durum ölçeğin geçerliliğini üniversite öğrencileriyle sınırlı bırakmış ve daha geniş kitleleri kapsayabilirliği konusunda bir ihtiyaç doğurmuştur. Can ve Satıcı (2019)'nın uyarlama çalışması bu ihtiyacı karşılamak adına, yaşları 15 ile 72 arasında değişen, 152 erkek ve 202 kadın olmak üzere toplam 354 gönüllü SM kullanıcısının katılımıyla oluşturulmuştur. Ölçek 10 maddeden oluşan, beşli likert tipinde, tek boyutlu bir ölçektir. Ölçeğin orijinal formunun Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .90 iken Türkçe formun Cronbach alfa katsayısı .78, bu çalışmadan elde edilen Cronbach alfa katsayısı .74 olarak saptanmıştır. Türkçe formun orijinale göre daha düşük bir katsayı barındırmasının yanında ölçüm için yeterli ve güvenilir bir ölçek olduğu ortaya konmuştur. Ölçek formuna EK-4'te yer verilmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri toplanırken, öncelikli olarak ilgili ölçek sahiplerinden ve Konya ilinin MEB idari birimlerinden gerekli uygulama izinleri alınmıştır. Ardından uygulama yapılması planlanan okulların idari birimleri ile iletişime geçilerek, veri toplama süreci hakkında gerekli organizasyon ve planlama yapılmıştır. Çeşitli ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan, araştırmaya katılmaya gönüllü 665 öğrenciden formları doldurmaları istenerek, veri toplama uygulaması gerçekleştirilmiştir. Uygulama esnasında, oluşabilecek herhangi bir aksaklık veya yanlış anlaşılmaya mahal vermemek maksadıyla, veri toplama süreci araştırmacı tarafından yüz yüze yürütülmüştür.

Her öğrenci grubuna ilgili formlar dağıtıldıktan sonra, araştırma ve ölçekler hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmış, araştırmanın önemi vurgulanmıştır. Öğrencilerden kimlik bilgilerini belirtmemeleri istenmiş, elde edilen bilgilerin sadece araştırmacı tarafından kullanılacağına dair öğrencilere hatırlatma yapılmıştır. Uygulamanın ortalama 15-20 dakikada bitirilmesi öngörülmüş ve yine 15-20 dakika civarında uygulama tamamlanmıştır. Uygulama esnasında herhangi bir problemle karşılaşılmamıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Veri toplama sürecinin tamamlanmasıyla, elde edilen veriler kodlanarak bilgisayar ortamına aktarılmış, eksik ya da yanlış işaretleme yapılan ölçek formları veri seti dışında bırakılmıştır. Elde edilen ham verinin, yürütülecek analizlere uygunluğunu belirleyebilmek adına ön analizler gerçekleştirilmiş ve analiz varsayımlarının sağlanıp sağlanmadığı test edilmiştir. Ardından analize hazır veri seti üzerinden denencelere uygun analizler gerçekleştirilmiş, ortaya çıkan sonuçlar araştırmanın bulgular bölümünde raporlanmış ve sonuç bölümünde ilgili alan yazın da baz alınarak değerlendirilmiştir. Analizlerinin uygulanabilmesi için SPSS 25.0 (Statistical Package For Social Sciences) ve AMOS Graphics (Analysis of Moment Structures) yazılımlarından yararlanılmıştır.

Lise öğrencilerinin SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli demografik ve betimsel özellikler açısından farklılaşma durumlarını değerlendirebilmek için birtakım analizler yürütülmüştür. Buna katılımcıların SMB, yalnızlık ve GKK düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumları t testi, okul türü ve SM’de günlük geçirilen süre değişkenlerine göre farklılaşma durumlarıysa varyans analizi (ANOVA) ile sınanmıştır.

SMB, yalnızlık ve GKK’nin kendi aralarındaki korelasyon ilişkisinin tespiti için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı yönteminden yararlanılmıştır. Yine mevzubahis değişkenler arasındaki yordayıcı ilişkileri ve lise öğrencilerinin SMB ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK’nin aracılık rolünü ortaya koyabilmek adına Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) uygulanmıştır. Sümer (2000)’in tanımına göre Yapısal Eşitlik Modellemesi; “gözlenen ve gizil değişkenler arasındaki nedensel ilişkilerin araştırılmasında kullanılan kapsamlı bir istatistiksel tekniktir.”. Yine bir başka tanıma göre bir dizi bağımlı değişkenin her biri için ayrı ilişkilere izin veren ve çoklu regresyon denklemlerinin eş zamanlı en etkin tahminini sağlayan bir tekniktir (Hair vd., 1998, akt: Tunali, 2012).

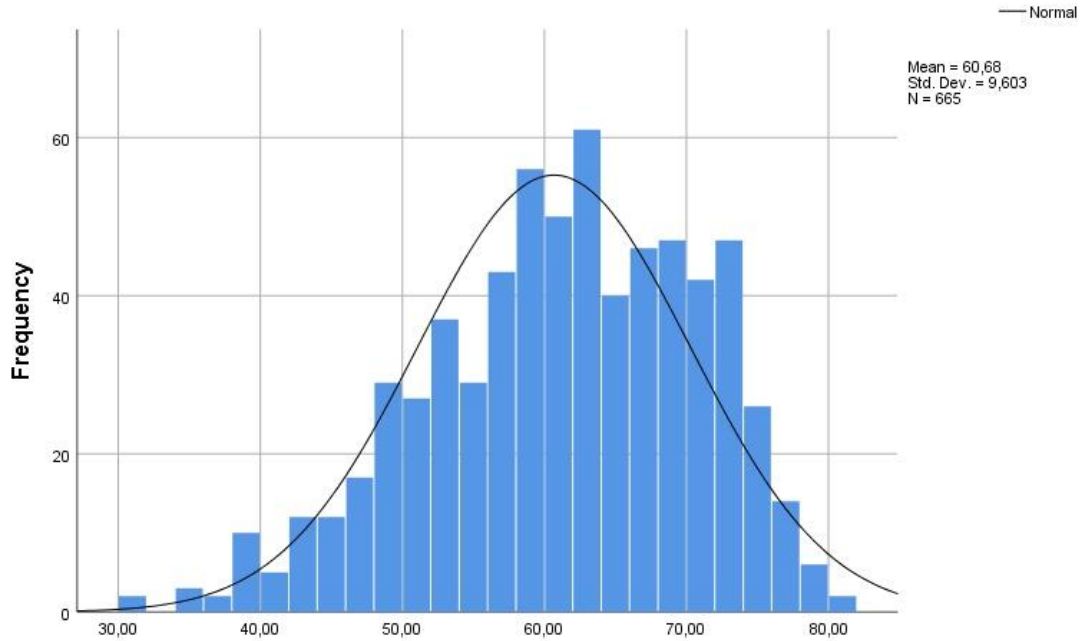
Analizlerin yürütülebilmesi için sağlanması gereken normallik varsayımına dair basıklık, çarpıklık katsayıları, mod, medyan değerleri incelenmiş bu bölümde tablolaştırılmıştır. Büyüköztürk (2019)’e göre mod ve medyan değerlerinin arasındaki farkın birbirine yakın olması, basıklık ve çarpıklık katsayılarının +1 ile -1 aralığında değişkenlik göstermesi, Tabachnik ve Fidell (2013)’e göreyse veri setinin basıklık ve çarpıklık katsayılarının +1.5 ile -1.5 arasında değişkenlik göstermesi verilerin normal dağıldığını göstermektedir. Ancak örneklem büyüdükçe standart hatalar azalmakta ve böyle bir durumda veri setindeki normallikten ufak sapmalar dahil basıklık ve çarpıklık katsayılarını etkileyebilmektedir

(Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu sebeple veri setinin normallik dağılımının tespiti için, basıklık ve çarpıklık katsayıları yanı sıra, ölçeklerin toplam puanlarına ait histogram grafikleri de incelenmiştir.

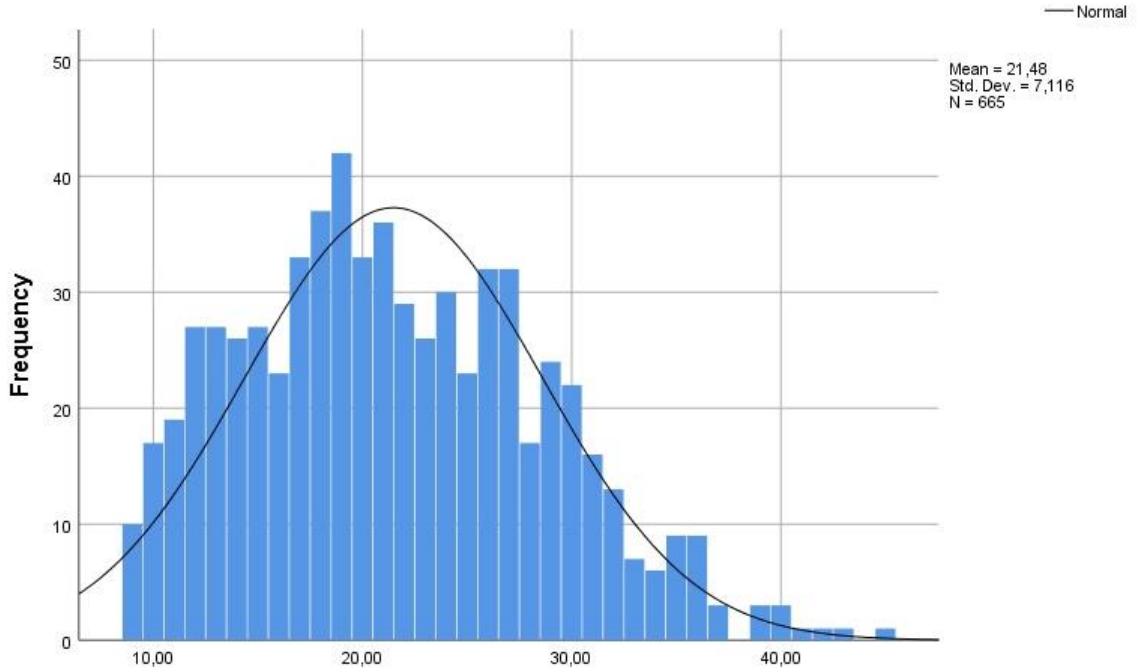
Tablo 3.3. Çalışma grubundan elde edilen verilerin ortalama, mod, medyan, çarpıklık ve basıklık değerleri

Değişken	$\bar{X}$	Mod	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Cinsiyet	1,53	2.00	1.52	-.112	1.99
Okul Türü	2.07	1.00	2.00	.382	-1.33
Sınıf Düzeyi	2.31	2.00	2.00	-.420	-.734
Günlük SM Kullanım Süresi	2.90	3.00	3.00	-.422	-.570
UCLA	60.87	59.00	62.00	-.420	-.304
ESMBÖ	21.12	19.00	21.00	.382	-.358
FoMOS	24.56	26.00	24.00	.187	-.418

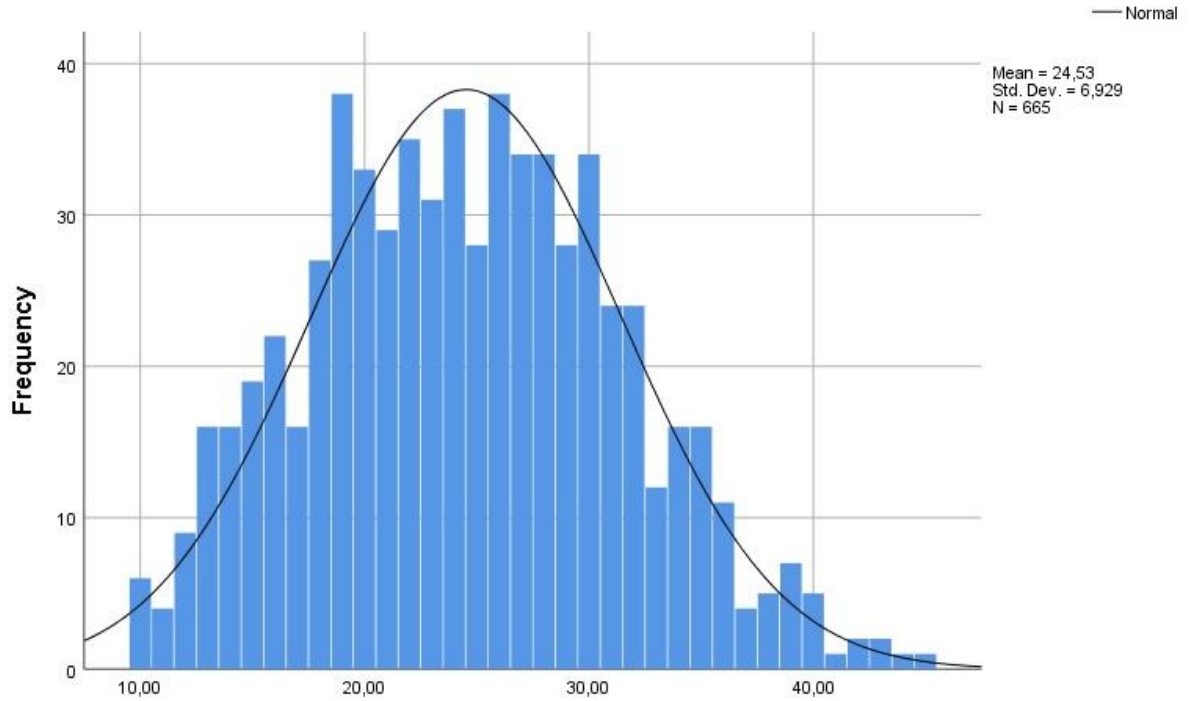
UCLA: UCLA Yalnızlık Ölçeği, ESMBÖ: Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, FoMOS: Eksik Kalma Korkusu Ölçeği



Şekil 3.1. UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden elde edilen toplam puanın normal dağılım grafiği



Şekil 3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği’nden elde edilen toplam puanın normal dağılım grafiği



Şekil 3.3. Eksik Kalma Korkusu Ölçeği’nden elde edilen toplam puanın normal dağılım grafiği

Veri setinin YEM uygulamasına hazır hale getirilebilmesi için veri seti üzerinde bazı yapısal düzenlemeler yapılmıştır. Uygulaması yapılan “UCLA Yalnızlık Ölçeği” 20 maddeden, “Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği” 9 maddeden, “Eksik Kalma Korkusu Ölçeği” ise 10 maddeden oluşmakta, alt boyut barındırmamaktadır. YEM’de ölçek maddelerinin çokluğu, örneklem sayılarının büyüklüğü gibi etkenler sınanan modelin uyum iyiliği değerlerini zora sokabilmektedir (Güler ve Çetin, 2020). Örneklem grubumuzun büyüklüğü ve

araştırmamızın ölçek maddelerinin alt boyut barındırmamasından dolayı, veri setimizin uyum iyiliği indekslerinin sağlıklı sonuçlar vermediği tespit edilmiştir. Bu sebepten veri setimizin YEM analizine uygun hale getirilebilmesi için *madde parselleme (item parcelling)* yönteminden faydalanılmıştır. Parselleme, model içerisindeki gösterge sayısını azaltmakta, bu durum ise çoklu normallik uyum değerlerinin iyileştirilmesine yardımcı olması ve tahmin hatasını azaltma olasılığından dolayı alternatif bir yöntem olarak kullanılmaktadır (Sass ve Smith, 2006; akt: Güler ve Çetin, 2020). Ölçek maddelerini ve faktör yüklerini tanımak adına keşfedici faktör analizi (KFA) uygulaması yapılmış, akabinde ise ölçek maddelerinin ilişkili şekilde sınıflandırılabilmesi için dengeli parselleme yaklaşımından faydalanılmıştır. Dengeli parselleme tek boyutlu ölçme araçlarını parselleme açısından sağlıklı sonuçlar veren ideal bir yöntemdir (Little vd., 2013). Bu yaklaşımla faktör yükleri büyükten küçüğe sıralanmış, her turda dağıtım tersten olacak şekilde ölçek maddeleri üçlü dengeli gruplara ayrılmıştır. Üçlü gruplanan her bir faktör YEM’de gözlenen değişken olarak analize dahil edilmiştir. Ardından faktör uyumlarının karşılaştırılması için AMOS programında faktör uyum iyiliği analizleri yapılmış, yol analizi yapılmış, varsayımları sağlanan verilere YEM uygulanmıştır.

Madde parselleme (Item Parcelling)

Bu bölümde araştırmanın temel amacı kapsamında, ölçüm modelinin uygun hale getirilmesi için uygulanan bir takım işlem ve analize yer verilmiştir. Öncelikli olarak ölçeklerin faktör analizine uygunluğu ve veri seti hacminin yeterliliğini sınamak adına ölçek maddelerinin Cronbach’s Alpha içtutarlılık katsayıları, Kaiser-Meyer-Olkin(KMO) ve Barlett’in test değerleri incelenmiştir. Elde edilen ideal test değerleri akabinde ölçek maddelerine KFA uygulanmış, dengeli parselleme maddeleri belirlenmiştir. Ardından sınıflandırması yapılan faktörlerin, ham veri ile mukayesesinin yapılması adına Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. Yapılan işlemler sonucunda edinilen bulgular, tablolar ve şekillerle desteklenerek açıklanmış, YEM için uygun ölçüm modeli tasarlanmıştır.

Örneklem hacminin yeterliliği ve veri setinin faktör analizine uygunluğunun değerlendirilebilmesi için örneklem yeterliliği istatistiği olarak da bilinen Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett’in küresellik testi değerleri incelenmiştir. KMO değeri 0 ile 1 değerleri arasında değişkenlik göstermekte ve değer yükseldikçe örneklem hacminin yeterliliğinde iyileşme gözlenmektedir (Beşkardeşler, 2018). KMO değeri 0,80 ve üzerinde olan mükemmel örneklem hacmini ve 0,70-0,80 aralığındaki değerler ise iyi örneklem hacmini temsil etmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012). Bunun yanı sıra KMO için kabul edilebilir alt

sınır 0,50'dir ve altında değerler elde edildiği takdirde ölçek maddelerine faktörleme işlemi yapılamamaktadır (Field, 2000). Ayrıca faktör analizi uygulayabilmek için Barlett'in küresellik testinin de anlamlı bir manidarlık göstermesi beklenmektedir. Bir diğer deyişle Barlett'in testinin p değerinin .05'ten küçük olması beklenmektedir. Tablo 3.4.'te ölçeklerin KMO ve Barlett's testlerinin sonuçları gösterilmiş ve bulgular raporlanmıştır.

Tablo 3.4. UCLA, ESMBÖ, FoMOS ölçeklerinin faktör analizine uygunluğuna ilişkin veriler

		UCLA	Ölçekler ESMBÖ	FoMOS
KMO		.88	.88	.76
Barlett Testi	Ki-kare	3341,258	1522,670	1343,291
	Sd.	190	36	45
	p	.00***	.00***	.00***

***p<.001

Tablo 3.4.'e göre KMO değerleri şu şekildedir: UCLA için .88, ESMBÖ için .88, FoMOS için .76'dır. Bu sonuçlara göre UCLA ve ESMBÖ mükemmel örneklem hacmini ve FoMOS ise iyi örneklem hacmini temsil etmektedir. UCLA ($p<.001$), ESMBÖ ($p<.001$), FoMOS ($p<.001$) ölçek maddelerinin Barlett testi sonuçlarının anlamlı olduğu görülmektedir. Edinilen bilgiler ışığında örneklem hacminin faktör analizi için yeterli olduğu ve ölçek maddelerinin faktör analizine uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Faktör analizi uygulamasının bir diğer ön şartı da uygulaması yapılan ölçeklerin güvenilirlik düzeylerinin iyi durumda olması gerektiğidir. Uygulaması yapılan UCLA Yalnızlık Ölçeği, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nden elde edilen verilerin ölçüm güvenliğini sınamak adına ölçeklerin Cronbach's Alpha içtutarlılık katsayıları incelenmiş ve bulgular Tablo 3.5.'te gösterilmiştir. Özdamar (2002), güvenilirlik katsayılarını, 0,81-1,00 aralığında yüksek, 0,61-0,80 aralığında orta, 0,41-0,60 aralığında düşük, 0,00-0,40 aralığında güvenilir olmayan ölçek şeklinde sınıflandırmıştır.

Tablo 3.5. Uygulaması yapılan ölçeklerin güvenilirlik katsayıları

Faktör	Madde Sayısı	Cronbach's Alfa
UCLA	20	.85
ESMBÖ	9	.82
FOMOS	10	.74

Tablo 3.5.'te gösterilen analiz sonuçlarına göre UCLA ölçeğinin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısının .85, ESMBÖ'nün .81 ve FoMOS'un .74 değerliğine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ışığında, ESMBÖ ($\alpha>.80$) ve UCLA ($\alpha>.80$) ölçeklerinin yüksek güvenilirliğe sahip olduğu, FoMOS'un ($\alpha>.60$) ise orta düzeyde güvenilir olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Tablo 3.4. ve Tablo 3.5.’teki bulgular incelendiğinde uygulaması yapılan ölçeklerin iyi derecede güvenilir olduğu, örneklem hacminin ideal düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, faktör analizi uygulamak için veri setinin yeterli ilişki ve nitelikleri barındırdığını göstermektedir.

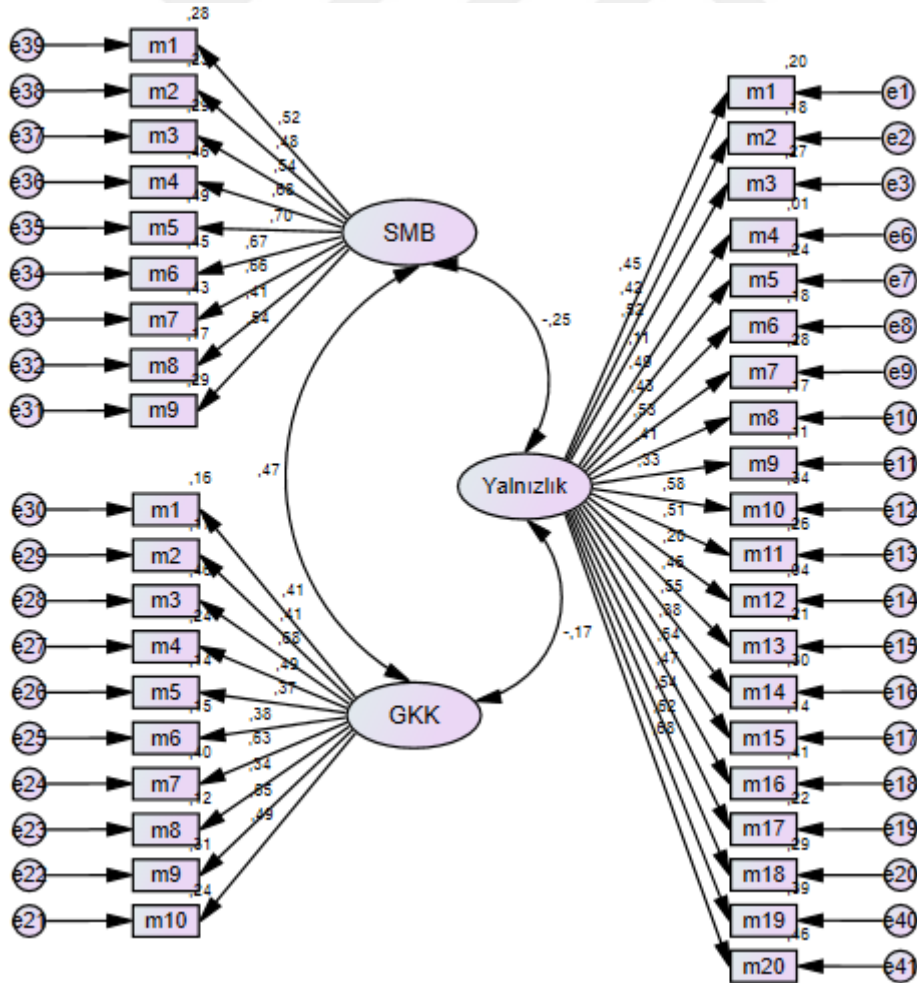
Sağlaması yapılan ön şartların ardından ölçme aracı maddelerine keşfedici faktör analizi (KFA) uygulanmıştır. Bu işlem ölçek maddelerinin faktör yüklerini tanımaya ve parsellemenin dengeli dağılımına katkı sağlamaktadır. KFA yöntemi, madde parselleme stratejilerini kullanabilmek için ölçek maddelerinin yapısal bilgileri hakkında fikir sağlayan bir tür madde analizi yöntemidir (Güler ve Çetin, 2020). Uygulanan KFA sonucunda, ölçek maddelerinden elde edilen faktör yükleri ve madde dağılımları Tablo 3.6.’da gösterilmiştir.

Tablo 3.6. Keşfedici Faktör Analizi Döndürülmüş Bileşenler Matrisi

Madde	Ölçek		
	UCLA	ESMBÖ	FOMOS
Ucla20	,687		
Ucla16	,650		
Ucla19	,621		
Ucla10	,609		
Ucla14	,596		
Ucla18	,584		
Ucla7	,576		
Ucla3	,564		
Ucla11	,563		
Ucla5	,538		
Ucla17	,515		
Ucla13	,500		
Ucla1	,494		
Ucla6	,482		
Ucla2	,479		
Ucla8	,459		
Ucla15	,424		
Ucla12	,234		
Ucla9	,372		
Ucla4	,119		
Smb5		,752	
Smb4		,721	
Smb6		,715	
Smb7		,709	
Smb3		,609	
Smb9		,608	
Smb1		,589	
Smb2		,557	
Smb8		,472	
Gkk3			,725
Gkk7			,686
Gkk9			,613
Gkk10			,586
Gkk4			,580
Gkk2			,489
Gkk1			,475
Gkk6			,462

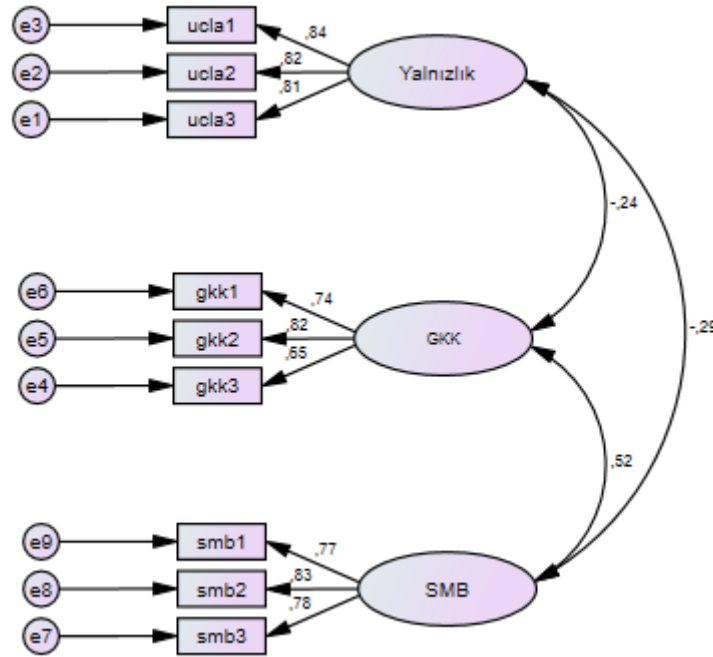
UCLA=UCLA Yalnızlık Ölçeği, ESMBÖ=Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, FOMOS=Eksik Kalma Korkusu Ölçeği

Uygulama sonucunda ölçek maddeleri, faktör yükleri büyükten küçüğe olacak şekilde sıralanmış, her ölçek kendi içinde gruplandırılmak suretiyle, ölçek maddeleri 123-321-123 sisteminde faktör gruplarına dağıtılmıştır. Böylece ölçekler, faktör yükleri dengeli olacak şekilde üçlü alt faktörlere bölünmüştür. Alt faktörlerin dağılımı şu şekildedir: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin 6, 7, 9, 12, 13, 18, 20. maddeleri "Ucla1" alt boyutunda, 1, 4, 11, 14, 15, 16, 17. maddeleri "Ucla2" alt boyutunda, 2, 3, 5, 8, 10, 19. maddeleri "Ucla3" alt boyutunda; Ergenler İçin Sosyal Medya Ölçeği'nin 1, 3, 5. maddeleri "Smb1" alt boyutunda, 2, 4, 9. maddeleri "Smb2" alt boyutunda, 6,7,8. maddeleri "Smb3" alt boyutunda; Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nin 1, 3, 8. maddeleri "Gkk1" alt boyutunda, 2, 4, 7. maddeleri "Gkk2" alt boyutunda, 5, 6, 9, 10. maddeleri ise "Gkk3" alt boyutunda sınıflandırılmıştır. Parselleme işlemi öncesinde Şekil 3.4.'teki formda bulunan ölçüm modeli, parselleme işleminin ardından Şekil 3.5.'teki formunu almıştır.



Şekil 3.4. Orijinal ölçüm modeli DFA

Şekil 3.4.'te ölçek maddeleri hiçbir sınıflandırma yapılmaksızın ve işlem görmemiş halleri doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulamasına tabii tutulmuştur.



Şekil 3.5. Dengelenmiş ölçüm modeli DFA

Şekil 3.5.'te dengeli parselleme yaklaşımıyla hazırlanmış ölçüm modelinin doğrulayıcı faktör analizine yer verilmiştir. Bu aşamada ölçek maddeleri faktör yüklerine göre parsellenerek her ölçek kendi içinde olacak şekilde üçerli alt boyutta sınıflandırılmıştır. Böylece dengelenmiş ölçüm modeli oluşturulmuştur. Oluşturulan yeni modeldeki SMB, GKK ve yalnızlık değişkenlerinin kendi aralarındaki kovaryans ilişkileri ile orijinal ölçüm modelindeki kovaryans ilişkilerinin benzer değerler içermesi sebebiyle, dengelenmiş ölçüm modeli geliştirilirken aslına sadık kalındığını söylemek mümkündür.

Tablo 3.7. Modellerin DFA uyum iyilik değerleri

Modeller	χ^2/sd	CFI	SRMR	RMSEA	GFI	AGFI	NFI
Orijinal Ölçüm Modeli	3.60	.72	.07	.06	.81	.79	.65
Dengelenmiş Ölçüm Modeli	2.89	.98	.04	.05	.98	.96	.97

χ^2/sd =Ki kare-serbestlik derecesi oranı, CFI=Doğrulayıcı uyum indeksi, SRMR=Standardize edilmiş ortalama hataların karekökü, RMSEA=Yaklaşık hataların ortalama karekökü, GFI:Uyum iyiliği indeksi, AGFI=Düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi, NFI=Normlaştırılmış uyum indeksi

Tablo 3.7.'de orijinal ölçüm modeli ve dengelenmiş ölçüm modelinin YEM analizlerinden elde edilen uyum iyiliği değerlerine yer verilmiştir. Bunun göre dengelenmiş ölçüm modelinin uyum iyiliği değerlerinde, orijinal ölçüm modeline nazaran manidar bir

iyileşme gözlenmiştir. Elde edilen uyum iyiliği değerlerinin ne ifade ettiğine Tablo 3.8.'de değinilmiştir.

Tablo 3.8. Dengelenmiş ölçüm modelinin DFA uyum iyiliği değerleri

Uyum İndeksleri	Model Değerleri	Mükemmel Uyum İndeksi	Kabul Edilebilir Uyum İndeksi	Sonuç
χ^2/sd	2.89	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 5$	Kabul Edilebilir
CFI	.98	$.97 \leq CFI \leq 1.00$	$.95 \leq CFI < .97$	Mükemmel Uyum
SRMR	.04	$.00 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$	Mükemmel Uyum
RMSEA	.05	$.00 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .10$	Mükemmel Uyum
GFI	.98	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	$.90 \leq GFI < .95$	Mükemmel Uyum
AGFI	.96	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$	Mükemmel Uyum
NFI	.97	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$	Mükemmel Uyum

Tabloya göre ki kare-serbestlik derecesi oranı 2,89 ($2 \leq \chi^2/sd \leq 5$), doğrulayıcı uyum indeksi .98 ($.97 \leq CFI \leq 1.00$), standardize edilmiş hataların ortalama karekökü .04 ($.00 \leq SRMR \leq .05$), yaklaşık hataların ortalama karekökü .05 ($.00 < RMSEA \leq .05$), uyum iyiliği indeksi .95 ($.95 \leq GFI \leq 1.00$), düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi .96 ($.90 \leq AGFI \leq 1.00$), normlaştırılmış uyum indeksi .97 ($.95 \leq NFI \leq 1.00$) olarak tespit edilmiştir. Tespiti yapılan uyum iyiliği değerlerine göre χ^2/sd dışında bütün uyum iyiliği indeksleri mükemmel uyuma işaret etmektedir.

Tablo 3.9. Dengelenmiş ölçüm modeli DFA sonuçları

Ölçüm Modeli	Regresyon Katsayıları(β_1)	Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları (β_2)	Standart Hata	Kritik Oran (C.R.)	P
ucla3<--Yalnızlık	1.00	.81			
ucla2<--Yalnızlık	.96	.81	.046	21.16	***
ucla1<--Yalnızlık	.98	.84	.046	21.45	***
gkk3<--GKK	1.00	.65			
gkk2<--GKK	1.15	.81	.079	14.59	***
gkk1<--GKK	1.14	.74	.079	14.39	***
smb3<--SMB	1.00	.78			
smb2<--SMB	.88	.82	.046	19.26	***
smb1<--SMB	.91	.76	.049	18.47	***

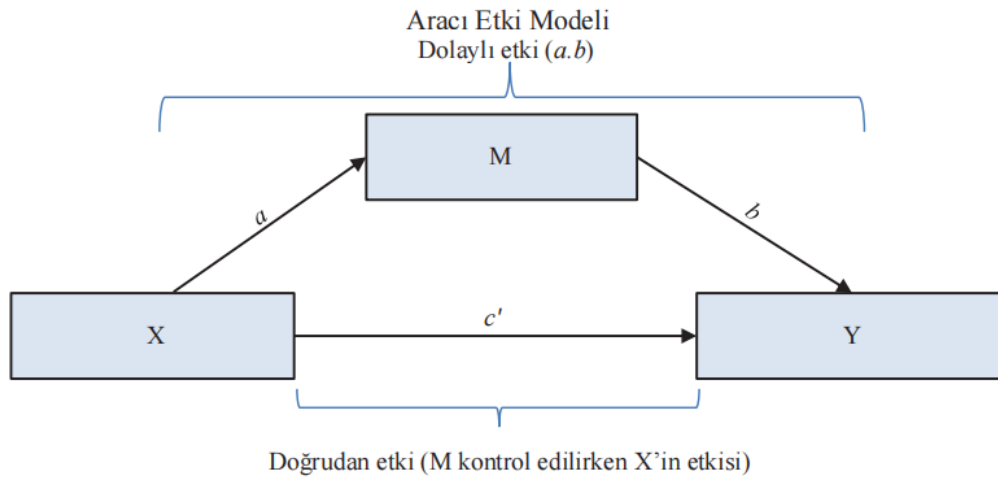
***p<.001

Tablo 3.9. incelendiğinde, yalnızlık, GKK, SMB boyutlarından elde edilen tüm maddelerin yol katsayılarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu gözlenmiştir. DFA bulgularına göre yalnızlık değişkeninin ucla1 ($\beta_2=.81$, $p<.001$), ucla2 ($\beta_2=.81$, $p<.001$), ucla3 ($\beta_2=.84$, $p<.001$) alt boyutları ile, GKK değişkeninin gkk1 ($\beta_2=.65$, $p<.001$), gkk2 ($\beta_2=.81$, $p<.001$), gkk3 ($\beta_2=.74$, $p<.001$) alt boyutları ile, SMB değişkeninin smb1 ($\beta_2=.78$, $p<.001$), smb2 ($\beta_2=.82$, $p<.001$), smb3 ($\beta_2=.76$, $p<.001$), alt boyutları ile anlamlı ilişkileri tespit edilmiştir.

Uygulanan analizler, ölçümler ve incelenen modeller neticesinde ölçek maddeleri parsellenerek çeşitli gruplara ayrılmış, böylece dengelenmiş ölçüm modeli ortaya koyulmuştur. Özellikle büyük örneklem gruplarıyla ve çok maddeli ölçekler ile yürütülen YEM temelli çalışmalarda, madde parselleme yöntemi, araştırma verilerine dair daha iyi uyum iyiliği değerleri sağlamasının yanı sıra, araştırma değişkenleri arasındaki yordayıcı ilişkiler hususunda da daha sağlıklı sonuçlar edinmemize yardımcı olmaktadır (Little vd., 2013). Dengelenmiş ölçüm modeli DFA'ya tabii tutulmuş, uyum iyiliği değerleri ve diğer DFA çıktıları incelenmiştir. Elde edilen verilerin uyumlu çıkması neticesinde dengelenmiş ölçüm modeli, bu araştırmanın ölçüm modeli olarak belirlenmiştir.

Aracılık Faktörü

Aracı değişken (M), bağımsız değişkenin (X) etkisini, bağımlı değişkene (Y) ileten ara değişkendir (Gürbüz ve Bayık, 2021). Bu bağlamda aracılık etkisi, bir bağımsız değişkenin (X) bir bağımlı değişken (Y) üzerindeki etkisinin, bir aracı değişken (M) üzerinden nasıl gerçekleştiğini açıklayan bir kavramdır (Baron ve Kenny, 1986). Bu etki, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin tamamının veya bir kısmının, bu aracı değişken üzerinden geçtiğini gösterir (Baron ve Kenny, 1986). Özetle aracılık X'in M üzerinde, M'nin Y üzerindeki etkisine dolayısıyla aynı anda X-M-Y ilişkisine bakılabilmektedir (Doğrusever, 2020). Mevzubahis ilişki Şekil 3.6.'da şematize edilmiştir.



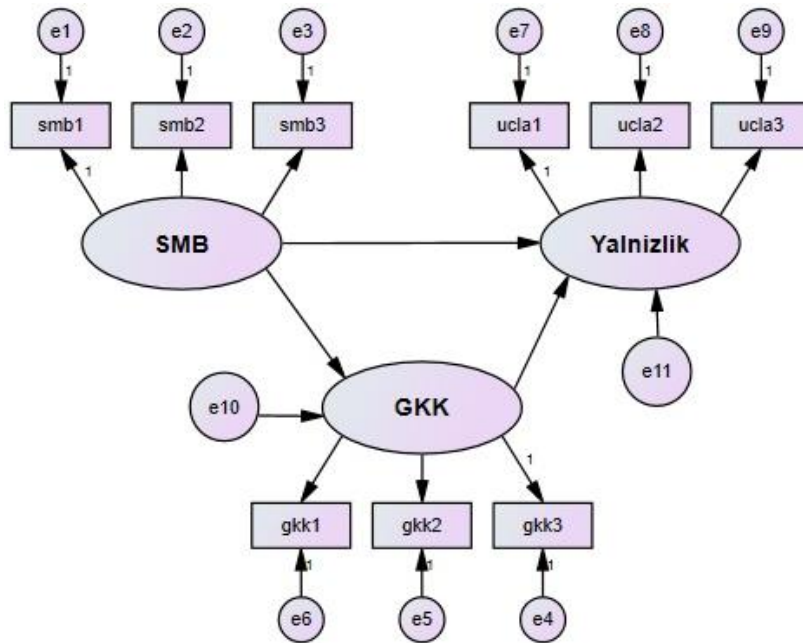
Şekil 3.6. Aracılık etki modeli ve etkiler (Gürbüz ve Bayık, 2021)

YEM'de bir değişkenin aracılık etkisinin sınanabilmesi için modelin bazı varsayımları karşılaması gerekmektedir. Bu bağlamda GKK'nin aracılık rolünün sınanabilmesi için Baron ve Kenny (1986)'nin tavsiyeleri dikkate alınmıştır. Baron ve Kenny (1986)'e göre bir modelde aracılık etkisi araştırılabilmesi için modelin aşağıdaki dört varsayımı sağlaması gerekmektedir.

1. Modeldeki bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
2. Modeldeki bağımlı değişken ile aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
3. Modeldeki bağımsız değişkenler ile aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
4. Modele aracı değişken dahil edildiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi azalmalıdır.

Günümüzde bazı araştırmacılar, Baron ve Kenny'nin önerdiği yöntemin, aracılık ilişkisinin tespiti için güçlü bir yöntem olmadığını ve bu yönetime alternatif olarak bootstrap yönteminin daha nitelikli sonuçlar sağlayabileceğini ifade etmektedir (Darlington ve Hayes, 2017; Fritz ve MacKinnon, 2007, akt: Gürbüz ve Bayık, 2021). Bootstrap yöntemi, verinin yeniden örneklenmesi yoluyla istatistiksel tahminler yapmak için kullanılan bir tekniktir (Hayes, 2013). Bu yöntem, orijinal veri setinden tekrar tekrar örnekler alarak (genellikle binlerce kez) her örneklemede aracılık etkisini hesaplar. Bu yöntemden elde edilen güven aralığı değerleri, aracılık etkisindeki dolaylı etkinin anlamlılığı hakkında fikir sağlamaktadır (Doğrusever, 2020). Güven aralığı değerleri arasında 0'ın bulunmaması, aracı değişkenin aracılık etkisini anlamlı kılmaktadır (Hayes, 2013).

Özetle madde parselleme yöntemi kullanılarak, araştırmanın ölçüm modeli tasarlanmış (Şekil 3.7.), ölçüm modelindeki aracılık ilişkisinin anlamlılığının tespiti için, Baron ve Kenny (1986)'nin öne sürdüğü varsayımlar dikkate alınmış, aracılık etkisinin büyüklüğü ve anlamlılığı bootstrap değerleri ile desteklenmiştir.



Şekil 3.7. SMB ve yalnızlık arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolü ölçüm modeli

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın temel ve alt amaçları doğrultusunda yürütülen analiz bulgularına, yani lise öğrencilerinin SMB, yalnızlık ve GKK düzeyleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkilerin yanı sıra, mevzubahis değişkenlerin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşma durumlarına ilişkin analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Bulgular bölümünün üç bölümde ele alınması planlanmıştır. Buna göre ilk bölümde UCLA Yalnızlık Ölçeği, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nin toplam puanlarına dair betimsel istatistikler, ikinci bölümde araştırma değişkenleri arasındaki doğrudan ilişkiler ve aracılık etkisi analizleri raporlanmıştır. Son kısımda ise araştırma değişkenlerinin cinsiyet, okul türü ve günlük SM kullanım süresine göre farklılaşma durumlarına dair analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Ayrıca son kısımda lise öğrencileri arasında kullanılan SM platformlarının popülerliğine dair bazı betimsel istatistikler gösterilmiştir.

4.1. Araştırma Ölçeklerinin Toplam Puanlarına Dair Betimsel İstatistikler

Bu bölümde araştırma kapsamında kullanılan UCLA Yalnızlık Ölçeği, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nden elde edilen en düşük ve en yüksek puanlar, aritmetik ortalama, standart sapma ve standart hata değerleri incelenmiş, bulgular tablo halinde sunulmuştur (Tablo 4.1.).

Tablo 4.1. Yalnızlık, sosyal medya bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının betimleyici istatistikleri

Ölçekler	N	$\bar{X}$	Min.	Maks.	Std. Sapma	Std. Hata
<i>UCLA Yalnızlık Ölçeği</i>	665	60.68	31	80	9.60	.37
Ucla1 Alt Boyutu	665	20.30	10	28	3.72	.14
Ucla2 Alt Boyutu	665	20.78	8	28	3.75	.14
Ucla3 Alt Boyutu	665	19.59	8	24	3.36	.13
<i>Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği</i>	665	21.48	9	45	7.11	.27
Smb1 Alt Boyutu	665	6.67	3	15	2.75	.10
Smb2 Alt Boyutu	665	7.33	3	15	2.50	.11
Smb3 Alt Boyutu	665	7.47	3	15	2.94	.11
<i>Eksik Kalma Korkusu Ölçeği</i>	665	24.52	10	45	6.93	.27
Gkk1 Alt Boyutu	665	6.63	3	15	2.58	.10
Gkk2 Alt Boyutu	665	6.74	3	15	2.39	.09
Gkk3 Alt Boyutu	665	8.53	3	15	2.68	.10

Tablo 4.1. incelendiğinde UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden alınan puanların aritmetik ortalamasının ($\bar{X}$) 60.68, en düşük(min.) puanın 31, en yüksek(maks.) puanın 80, standart sapmasının 9,60, standart hata puanının ise 0,37 olduğu görülmektedir. Yalnızlık ölçeği madde

parsellemesi sonrasında oluşturulan alt boyut puanları ise; Ucla1 faktörü için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) 20.30, en düşük (min.) 10, en yüksek (maks.) 28, standart sapma değeri 3,72, standart hata değeri .14; Ucla2 faktörü için aritmetik ortalama değeri ($\bar{X}$) 20.78, en düşük (min.) 8, en yüksek (maks.) 28, standart sapma değeri 3.75, standart hata değeri 0.14; Ucla3 faktörü için aritmetik ortalama 19.59, en düşük (min.) 8, en yüksek (maks.) 24, standart sapma değeri 3.36, standart hata değeri ise 0.13 şeklinde dağılım göstermektedir.

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nden elde edilen puanlar neticesinde, aritmetik ortalamasının ($\bar{X}$) 21,48, en düşük (min.) puanın 9, en yüksek (maks.) puanın 45, standart sapmanın 7,11, standart hata değerininse 0,27 olduğu gözlenmiştir. Ölçeğe uygulanan madde parselleme sonucunda elde edilen alt boyutların puan dağılımları ise, Smb1 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) 6,67, en düşük (min.) puan 3, en yüksek (maks.) puan 15, standart sapma değeri 2,75, standart hata değeri 0,10; Smb2 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) değeri 7.33, en düşük (min.) puan 3, en yüksek (maks.) puan 15, standart sapma değeri 2,50, standart hata değeri 0,11; Smb3 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) 7,47, en düşük (min.) puan 3, en yüksek (maks.) puan 15, standart sapma değeri 2,94 ve standart hata değeri 0,11 şeklindedir.

Eksik Kalma Korkusu Ölçeği'nden elde edilen puanlara göre, ölçeğin toplam puanlarının aritmetik ortalamasının ($\bar{X}$) 24,52, alınan en düşük (min.) puanın 10, en yüksek (maks.) puanın 45, standart sapma değerinin 6,93 ve standart hata değerinin 0,27 olduğu gözlenmiştir. Ölçeğe uygulanan madde parsellemenin ardından elde edilen alt boyutların puan dağılımlarının; Gkk1 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) değerinin 6,63, alınan en düşük (min.) puanın 3, en yüksek (maks.) puanın 15, standart sapma değerinin 2,58, standart hata değerinin 0,10; Gkk2 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) değeri 6,74, alınan en düşük (min.) puanın 3, en yüksek (maks.) puanın 15, standart sapma değerinin 2,39, standart hata değerinin 0,09; Gkk3 alt boyutu için aritmetik ortalama ($\bar{X}$) değeri 8,53, alınan en düşük puanın 3, en yüksek puanın 15, standart sapma değerinin 2.68, standart hata değerininse 0,10 olduğu gözlenmiştir.

4.2. Sosyal Medya Bağımlılığı, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Yalnızlık Arasındaki Doğrusal İlişkilere ve Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular

Bu bölümde test edilmek istenen modelin değişkenleri arasındaki yordayıcı ilişkilere dair betimsel ilişkiler incelenmiş, GKK'nin aracılık etkisi sınanmış, SMB ve yalnızlık düzeyleri

arasındaki doğrudan ve dolaylı etkileşimler test edilmiştir. İncelemeler sonucunda elde edilen veriler tablolarla gösterilmiş ve bulgular raporlanmıştır.

Tablo 4.2. Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkilere yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi sonuçları

Değişkenler	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	1	2	3
1.Sosyal Medya Bağımlılığı	665	21.48	7.11	1	.42**	-.25**
2.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	665	24.52	6.93		1	-.18**
3.Yalnızlık	665	60.68	9.60			1

**p<.01

Yürütülen korelasyon analizi sonuçları Tablo 4.2.'de belirtilmiştir. Tablodan elde edilen verilere göre yalnızlık ile SMB arasında negatif anlamlı ($r=-.25, p<.01$), GKK ile SMB arasında pozitif anlamlı ($r=.42, p<.01$) ve son olarak yalnızlık ile GKK arasında negatif anlamlı ($r=-.18, p<.01$) ilişkiler tespit edilmiştir. Schober ve arkadaşlarına (2018) göre $\pm 0,10-0,39$ aralığındaki değerler düşük düzeyli korelasyonu, $\pm 0,40-0,69$ aralığındaki değerlerse orta düzeyli korelasyonu temsil etmektedir. Bu bilgi referans alınarak SMB-GKK arasındaki ilişkinin orta düzeyli ve SMB-yalnızlık, GKK-yalnızlık arasındaki ilişkinin ise düşük düzeyli olduğu söylenebilir.

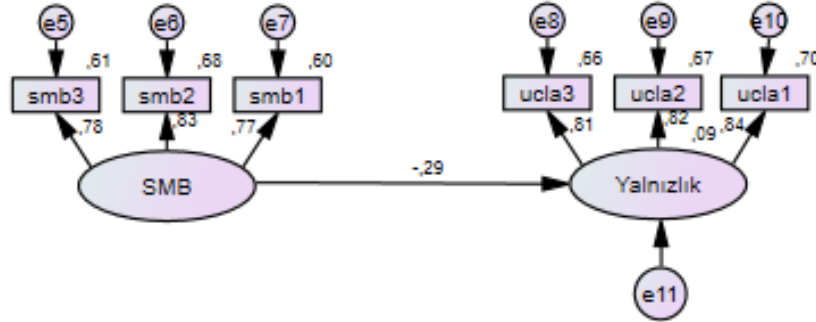
Korelasyon analizleri tamamlanan araştırma değişkenlerinin, direkt ve indirekt etkileşimlerini tespit edebilmek adına YEM uygulanmıştır. YEM uygulaması için veri setinin birtakım varsayımları karşılaması gerekmektedir. Buna göre veri setinin çoklu normallik değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağıldığı gözlenmiştir. Ayrıca uyum iyiliği indeksleri de ölçüm modelinin, ölçüm için ideal bir model olduğunu göstermektedir ($\chi^2/sd=2.89$, $CFI=.98$, $SRMR=.04$, $RMSEA=.05$, $GFI=.98$, $AGFI=.96$, $NFI=.97$). Sağlanan varsayımlar sonucunda, aşağıdaki hipotezler ölçüm modeli üzerinde test edilmiştir. Elde edilen yapısal ilişkilerin etki büyüklükleri Field (2013)'ün ölçütleri referans alınarak değerlendirilmiştir. Field (2013)'a göre R^2 değerinin, 0,02 ve altında olması çok zayıf, 0,02-0,13 aralığında olması zayıf, 0,13-0,26 aralığında olması orta, 0,26 ve üzerinde olması ise güçlü düzeyde model açıklayıcılığı olarak kabul edilir.

H₁: Lise öğrencilerinin, SMB ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₂: Lise öğrencilerinin, SMB ile GKK düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₃: Lise öğrencilerinin, GKK ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₄: Lise öğrencilerinin, SMB ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolü vardır.



Şekil 4.1. Lise öğrencilerinin SMB ile yalnızlıkları arasındaki yordamsal ilişkiye ilişkin basit etki modeli

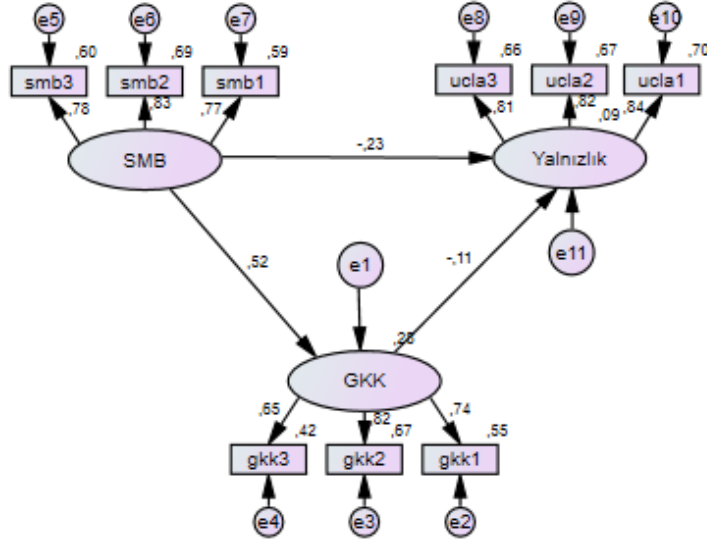
Şekil 4.1.'de GKK ölçüm modeline dahil edilmeden önce, SMB ile yalnızlık arasındaki doğrusal ilişkiye dair model analizi verilmiştir. Bu analiz GKK ölçüm modeline dahil edildikten sonra SMB ile yalnızlığın doğrudan etkileşimlerinde ne düzeyde farklılaşma olduğuna dair fikir sağlayacaktır.

Tablo 4.3. Lise öğrencilerinin SMB ile yalnızlıkları arasındaki yordamsal ilişkiye ilişkin basit etki modelinin yol analizi sonuçları

Yapısal İlişkiler	Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları (β)	Kritik Oran (C.R.)	R ²	p
YAL $\leftarrow$ SMB	-.292	-6.358	.09	***

***p<.001

Tablo 4.3.'teki yapısal eşitliğe göre SMB ile yalnızlık arasındaki ilişkinin negatif yönlü olduğu ($\beta = -.292$) ve çoklu belirlilik katsayısının .09 olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda SMB yalnızlığı negatif yönde yordamaktadır ve yalnızlığın %9'unu, .001 anlamlılık düzeyinde açıklamaktadır.



Şekil 4.2. Lise öğrencilerinin SMB ile yalnızlıkları arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolüne ilişkin kurulan yapısal model

Tablo 4.4. Ölçüm modeli YEM analizi sonuçları (N=665)

Yapısal İlişkiler	Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları (β)	Kritik Oran (C.R.)	R^2	p	Hipotezler	Hipotez Sonucu
GKK $\leftarrow$ SMB	.525	9.712	.28	***	H ₂	Desteklendi
YAL $\leftarrow$ SMB	-.231	-4.133	.10	***	H ₁	Desteklendi
YAL $\leftarrow$ GKK	-.114	-2.015		.04*	H ₃	Desteklendi

*p<.05, ***p<.001

Araştırma modeli için YEM sonuçları, yapısal ilişkiler için standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β), kritik oran (C.R.), çoklu belirlilik katsayısı (R^2), ve anlamlılık (p) değerleri tablo 4.4.'te gösterilmiştir. İlk yapısal eşitlikte, SMB'nin GKK üzerindeki yordayıcılığı incelenmiştir. SMB ile GKK arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ($\beta=.525$, $p<.001$) ve SMB'nin GKK düzeyindeki toplam varyansın %28'ini açıkladığı ($R^2=.28$, $p<.001$) tespit edilmiştir. Buna göre SMB, GKK'nin güçlü düzeyde yordayıcısıdır. Bu bağlamda H₂ hipotezimiz doğrulanmıştır.

İkinci yapısal eşitlikte ise, SMB ve GKK'nin, yalnızlık üzerindeki yordayıcılığı incelenmiştir. Buna göre yalnızlık ile SMB arasında negatif yönlü ($\beta=-.231$, $p<.001$) ve yalnızlık ile GKK arasında negatif yönlü ($\beta=-.231$, $p<.05$) ilişkiler tespit edilmiştir. Bağımsız gizil değişkenler SMB ve GKK birlikte, bağımlı değişken yalnızlığın %10'unu açıklayabilmektedir ($R^2=.10$). Yani bağımsız gizil değişkenlerin açıklayamadığı oran %90'dır ($1-R^2$). Buna göre SMB ve GKK yalnızlığın negatif yordayıcılarıdır. Bu bağlamda H₁ ve H₃ hipotezleri doğrulanmıştır. Kabul edilen hipotezler Tablo 4.4.'te gösterilmiştir.

Tablo 4.5. GKK'nin aracılık etkisine ilişkin bootstrapping sonuçları

Aracı Etkiler	Standartlaştırılmış Endirekt Etki (β)	Bootstrap(Alt sınır/Üst sınır) %95 GA	Hipotez	Hipotez Sonucu
YAL<-GKK<-SMB	-.06	-.120/-.009	H ₄	Desteklendi

GA:Güven Aralığı

Araştırma hipotezlerinin test edildiği Tablo 4.4. ve Tablo 4.5. incelendiğinde, bootstrap değerlerine ($GA \neq 0$) göre SMB'nin, GKK aracılığıyla yalnızlık üzerine kısmi aracılık etkisi anlamlıdır ($\beta = .06$, %95 GA [-.120, -.009]). Ayrıca Tablo 4.4.'te görüldüğü üzere ölçüm modeline GKK dahil edildiğinde, SMB ile yalnızlık arasındaki doğrudan ilişkinin, düşüşe geçtiği gözlenmektedir. Yani SMB yalnızlık ile ilişkisinin bir kısmını GKK üzerinden dolaylı olarak yürütmektedir. Bu da aracılık etkisi hipotezimizi destekler niteliktedir. Bu kapsamda H₄ hipotezi doğrulanmıştır.

4.3. Araştırma Değişkenlerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

Bu bölümde lise öğrencilerinin SMB, yalnızlık ve GKK düzeylerinin, bazı demografik değişkenlere göre değişkenlik durumları incelenmiştir. Bu temel amaç doğrultusunda yürütülen analizler, bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testleriyle yürütülmüştür. Analizler öncesinde veri seti dağılımlarının normallik durumları test edilmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular aşağıda tablolar halinde gösterilmiş ve raporlanmıştır.

SMB, yalnızlık, GKK'nin cinsiyete göre farklılaşma durumunu test etmek için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz aşamasına geçmeden önce t testinin kullanılabilir olup olmadığını test etmek için t testi varsayımları incelenmiştir. Öncelikli olarak normallik değerleri ve uç değerlere bakılmıştır. Normallik değerleri için kutu grafikleri, skewness-kurtosis değerleri ve histogram grafikleri değerlendirmeye alınmış, araştırma değişkenlerinin yaklaşık olarak normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Uç değerler hususunda ise kutu grafikleri incelenmiş, normalliği büyük ölçüde bozan bir değere rastlanmamış, bu sebeple herhangi bir veri, veri setinden çıkarılmamış ve veri seti ham haliyle analize dahil edilmiştir. Varyansların homojenliği Levene's Eşit Varyanslar Testi ile test edilmiştir. Levene's testi neticesinde SMB ve yalnızlık için varyansların homojen olduğu ($p > .05$), GKK içinse varyansların dağılımının homojen olmadığı tespit edilmiştir ($p < .05$). Dolayısıyla bağımsız örneklem t testi sonuçları, SMB ve yalnızlık için eşit varyans varsayımı baz alınarak, GKK içinse varyansların eşit olmadığı seçenek göz önüne alınmıştır. Tüm bu bulgular ışığında

bağımsız örneklem t testi uygulamak için engel görülmemiş ve analiz bulguları Tablo 4.6.'da gösterilmiştir.

Tablo 4.6. Araştırma değişkenlerinden alınan puanların cinsiyet değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	t testi		
					t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	Erkek	351	21.39	6.94	-0.35	663	.72
	Kadın	314	21.58	7.31			
Yalnızlık	Erkek	351	59.98	9.18	1.51	663	.04*
	Kadın	314	61.38	10.00			
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	Erkek	351	24.13	6.54	-2.02	638.62	.13
	Kadın	314	24.95	7.32			

*p<.05

Tablo 4.6. incelendiğinde lise öğrencilerinin SMB düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermediği gözlenmiştir ($t[663]=-0.35$, $p>.05$). Grup verileri incelendiğinde kadın katılımcıların SMB puanı ortalamaları 21,58 iken ($n=314$; $SS=7.31$), erkek katılımcıların SMB puanları ortalamaları 21,39'dur ($n=351$; $SS=6.94$).

Tablo 4.6.'da incelenen bir diğer bulgu ise, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşma durumudur. İnceleme sonucunda, yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır ($t[663]=1.51$, $p<.05$). Grup verileri incelendiğinde kadın katılımcıların yalnızlık düzeyi ortalama puanlarının 61,38 ($n=314$; $SS=10.00$), erkek katılımcıların yalnızlık düzeyi ortalama puanlarının 59,98 ($n=351$; $SS=9.18$) olduğu gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre kadınların yalnızlık düzeyleri erkeklere kıyasla manidar derecede yüksektir.

Son olarak Tablo 4.6.'da lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre GKK düzeylerinde anlamlı farklılaşma durumuna rastlanmamıştır ($t[638.62]=-2.02$, $p>.05$). Grup verilerine göre kadınların GKK puan ortalaması 24,95 ($n=314$; $SS=7.32$) iken, erkeklerin ortalaması 24,13'tür ($n=351$; $SS=6.54$).

Tablo 4.7. Yalnızlık, SMB ve GKK puanlarının okul türü değişkenine ilişkin istatistiksel verileri

Değişken	Okul Türü	N	$\bar{X}$	Ss	Minimum	Maksimum
Yalnızlık	1.Meram Anadolu Lisesi	242	62.60	10.08	31.00	80.00
	2.Konya Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi	172	58.91	8.29	35.00	75.00
	3.Konya Anadolu Lisesi	103	62.51	9.18	39.00	78.00
	4.Meram Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	148	58.29	9.65	31.00	80.00
	Toplam	665	60.67	9.60	31.00	80.00
SMB	1.Meram Anadolu Lisesi	242	20.75	6.55	9.00	39.00
	2.Konya Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi	172	21.73	7.28	9.00	43.00

GKK	3.Konya Anadolu Lisesi	103	24.04	6.95	10.00	45.00
	4.Meram Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	148	20.60	7.52	9.00	41.00
	Toplam	665	21.48	7.11	9.00	45.00
	1.Meram Anadolu Lisesi	242	24.66	6.37	12.00	44.00
	2.Konya Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi	172	23.83	6.94	10.00	43.00
	3.Konya Anadolu Lisesi	103	25.32	6.45	12.00	42.00
	4.Meram Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	148	24.55	8.01	10.00	45.00
	Toplam	665	24.52	6.92	10.00	45.00

Lise öğrencilerinin SMB, yalnızlık ve GKK düzeylerinin okul türlerine göre değişkenlik gösterip göstermediğini sınamak için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Analiz öncesinde, çalışma grubumuz, Anadolu lisesi (Meram Anadolu Lisesi, Konya Anadolu Lisesi) ($n=345$) ve Anadolu meslek lisesi (Konya Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi, Meram Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi) ($n=320$) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Ardından t testi varsayımları kontrol edilmiş ve analiz uygulanmıştır. Elde edilen analiz bulguları, Tablo 4.8.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.8. Araştırma değişkenlerinden alınan puanların lise türü değişkenine göre farklılaşma durumuna ilişkin bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	t testi		
					t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	Anadolu Lisesi	345	21.73	6.83	.95	663	.34
	Meslek Lisesi	320	21.20	7.40			
Yalnızlık	Anadolu Lisesi	345	62.57	9.81	5.42	662.80	.00*
	Meslek Lisesi	320	58.63	8.94			
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	Anadolu Lisesi	345	24.85	6.39	1.27	630.71	.20
	Meslek Lisesi	320	24.16	7.45			

* $p<.001$

Tablo 4.8. incelendiğinde lise öğrencilerinin SMB düzeylerinin okul türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($t[663]=0.95$, $p>.05$). Grup verileri incelendiğinde Anadolu lisesi öğrencilerinin SMB puan ortalamaları 21,73 iken ($n=345$; $SS=6.83$), meslek lisesi öğrencilerinin SMB puan ortalamaları 21,20'dir ($n=320$; $SS=6.94$).

Tablo 4.8.'de incelenen bir bulgu ise, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin okul türüne göre farklılaşma durumudur. İnceleme sonucunda, yalnızlık düzeylerinin okul türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t[662.80]=5.42$, $p<.001$). Grup verileri incelendiğinde Anadolu lisesi öğrencilerinin yalnızlık düzeyi ortalama puanlarının 62,57 ($n=345$; $SS=9.81$), meslek lisesi öğrencilerinin yalnızlık düzeyi ortalama puanlarının 58,63 ($n=320$; $SS=8.94$) olduğu gözlenmiştir. Bu bağlamda Anadolu lisesi öğrencilerinin yalnızlık puanları, meslek lisesi öğrencilerinin yalnızlık puanlarına göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Son olarak Tablo 4.8.'de lise öğrencilerinin okul türüne göre GKK düzeylerindeki anlamlı farklılaşma durumu incelenmiştir. Buna göre anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır ($t[630.71]=1.27$, $p>.05$). Grup verilerine göre anadolu lisesi öğrencilerinin GKK puan ortalaması 24,85 ($n=345$, $SS=6.39$) iken, meslek lisesi öğrencilerinin GKK ortalaması 24,16'dır ($n=320$, $SS=7.45$).

Tablo 4.9. Yalnızlık, SMB ve GKK puanlarının günlük SM kullanım süresine göre dağılımlarına ilişkin istatistiksel veriler

Değişken	Günlük Geçirilen Süre	N	$\bar{X}$	Ss	Minimum	Maksimum
Yalnızlık	0-1 Saat (1)	43	59.48	9.77	44.00	78.00
	1-2 Saat (2)	155	62.13	8.84	39.00	80.00
	2-4 Saat (3)	279	60.92	9.57	35.00	80.00
	4+ Saat (4)	188	59.37	10.07	31.00	75.00
	Toplam	665	61.00	9.60	31.00	80.00
SMB	0-1 Saat (1)	43	13.81	5.36	9.00	35.00
	1-2 Saat (2)	155	17.78	5.39	9.00	31.00
	2-4 Saat (3)	279	21.53	6.04	9.00	37.00
	4+ Saat (4)	188	26.21	6.90	10.00	45.00
	Toplam	665	21.48	7.11	9.00	45.00
GKK	0-1 Saat (1)	43	20.88	6.16	12.00	38.00
	1-2 Saat (2)	155	23.23	6.52	10.00	39.00
	2-4 Saat (3)	279	24.74	6.80	10.00	43.00
	4+ Saat (4)	188	26.06	7.16	10.00	45.00
	Toplam	665	24.52	6.92	10.00	45.00

Lise öğrencilerinin yalnızlık, SMB ve GKK düzeylerinin, günlük SM'ye kullanım sürelerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini gözlemleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yönteminden faydalanılmıştır. Analiz değişkenlerinin betimsel değerleri Tablo 4.9.'da gösterilmiştir. Tablo 4.9.'a göre 43 öğrenci günlük 0-1 saat aralığında, 155 öğrenci günlük 1-2 saat aralığında, 279 öğrenci günlük 2-4 saat aralığında ve 188 öğrenci günlük 4 saatten fazla SM'ye zaman ayırmaktadır.

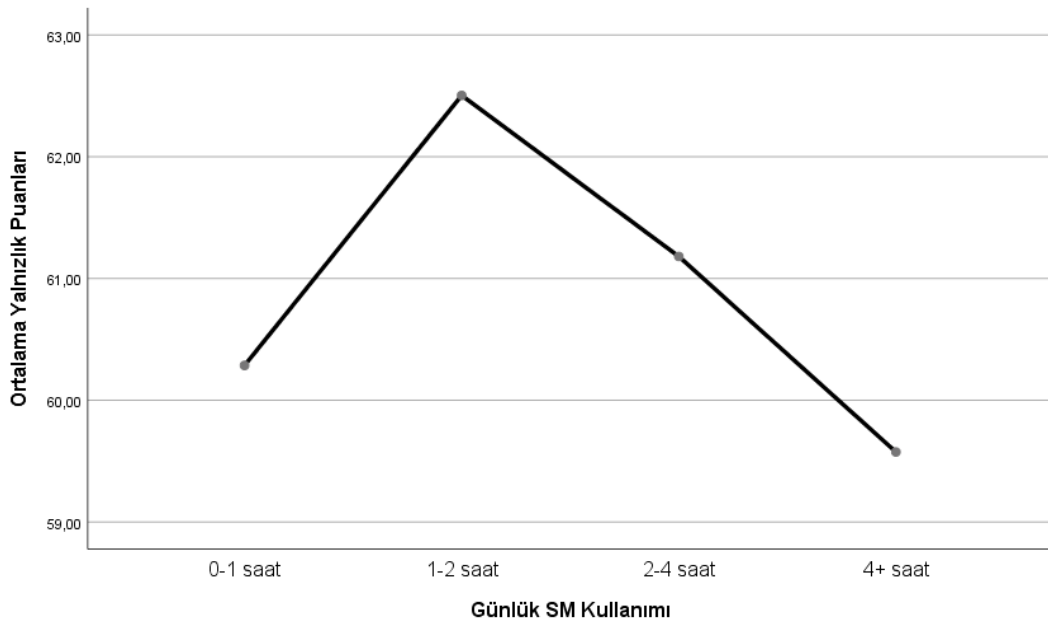
Tablo 4.10. Yalnızlık, SMB, GKK puanlarının sosyal medyada günlük geçirilen süreye göre farklılaşma durumuna ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlılık
Yalnızlık	Gruplar Arası	728.087	3	242.69	2.65	.05*	2-4
	Grup İçi	60507.40	661	91.53			
	Toplam	61235.48	664				
SMB	Gruplar Arası	8852.58	3	2950.86	78.74	.00**	1-2, 1-3 1-4, 2-3 2-4, 3-4
	Grup İçi	24769.46	661	37.47			
	Toplam	33622.05	664				
GKK	Gruplar Arası	1267.20	3	422.40	9.12	.00**	1-3, 1-4 2-4
	Grup İçi	30614.58	661	46.31			
	Toplam	31881.78	664				

* $p<.05$, ** $p<.001$

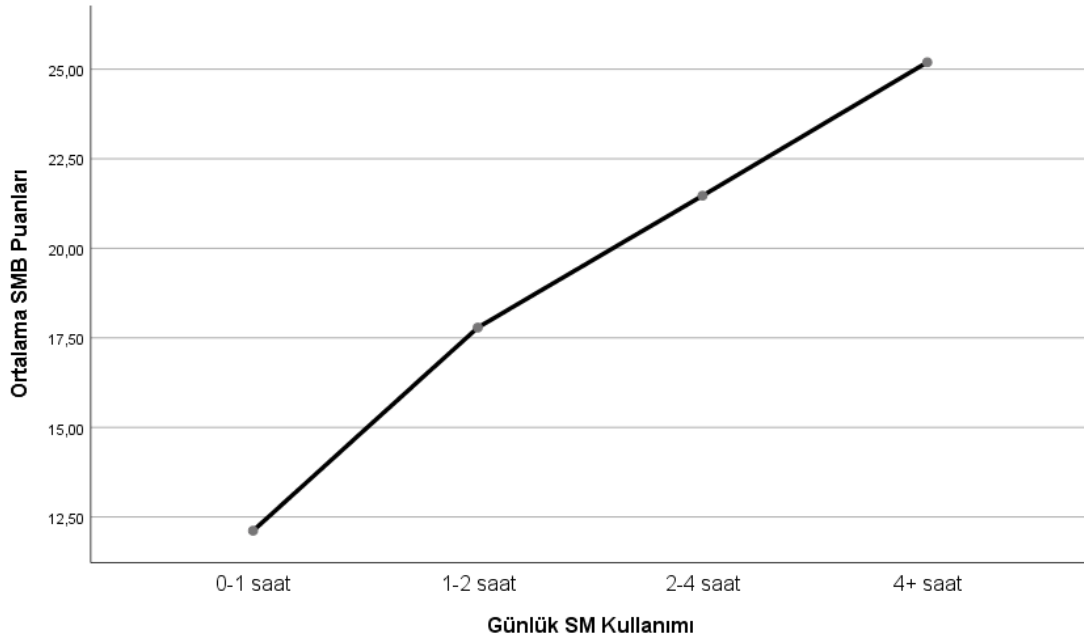
Yürütülen ANOVA uygulamasının ardından öncelikle varyansların eşit olup olmadığını anlamak için Levene's test of homogeneity of variances değerleri incelenmiştir. Yapılan inceleme sonucunda, SMB ($p<.05$) değişkeninin anlamlı bir sonuç verdiği bu sebeple homojenlik varsayımının karşılanmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yalnızlık ($p>.05$) ve GKK ($p>.05$) anlamsız bir sonuç verdiği, bu sebeple homojenlik varsayımının karşılandığı yorumu yapılabilmektedir. SMB değişkenine bağlı homojenlik varsayımı karşılanmadığı için ANOVA testinin anlamlılığının yorumlanması Welch değerinin incelenmesiyle, hangi süreler arasında anlamlı bir farklılığın oluştuğunu yorumlamaksa Games Howell post hoc analizi değerlerinin incelenmesiyle mümkündür. Yalnızlık ve GKK'nin homojenlik varsayımını sağlamaları nedeniyle ANOVA testinin anlamlılık değerleri ANOVA ve hangi gruplar arasında anlamlı farklılığın bulunduğunu tespit etmek için Tukey post hoc analizi değerleri incelenmiştir.

Tablo 4.10.'da incelenen analiz sonuçlarına göre lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, SM'de günlük geçirilen süreye bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($F[3,661]=2.65$, $p<.05$). Tablo 4.10.'daki verilere göre bireylerin yalnızlık düzeyleri, 0-1 saatten ($\bar{X}=59.48$, $SS=10.40$), 1-2 saate ($\bar{X}=62.13$, $SS=8.84$) doğru yöneldikçe artış gösterdiği, 1-2 saatten 2-4 saate ($\bar{X}=60.92$, $SS=9.57$) ve 4+ saate ($\bar{X}=59.37$, $SS=10.07$), yöneldikçe düşüş gösterdiği görülmektedir. İncelenen Tukey post hoc analizi sonuçlarına göre SM'de günlük 4+ saat zaman geçiren bireylerin, 1-2 saat geçiren bireylere göre anlamlı derecede daha düşük yalnızlık düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Tablo 4.9. ve Tablo 4.10.'daki bilgiler ışığında lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, SM'de günlük geçirdikleri 1-2 saatlik süreye kadar artış göstermekte ve daha üstünde harcanan zamanlarda ise pik yaparak yalnızlık düzeylerinin düşüşe geçtiği gözlenmektedir. SM'de geçirilen süreye göre yalnızlık düzeylerinin değişim grafiği Şekil 4.3.'te gösterilmiştir.



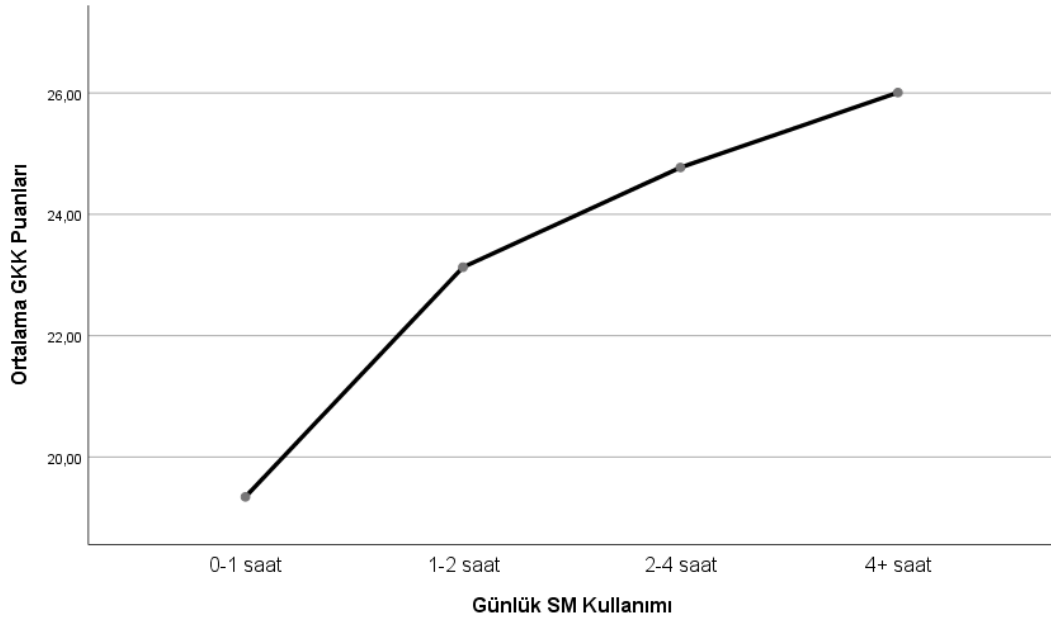
Şekil 4.3. Sosyal medyada günlük geçirilen süreye göre yalnızlık düzeylerinin değişim grafiği

Varyans analizinde incelenen bir diğer durum da lise öğrencilerinin SMB düzeylerinin günlük SM kullanım süresine göre farklılaşma durumudur. Tablo 4.10.'dan elde edilen bilgilere göre lise öğrencilerinin SMB düzeylerinin günlük SM kullanım süresine göre anlamlı şekilde farklılaştığı gözlenmiştir ($Welch[3, 179.11]=79.60, p<.001$). Games Howell post hoc analizleri incelendiğinde bütün süre aralıklarında SMB düzeylerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Tablo 4.9.'daki veriler ışığında öğrencilerin SMB düzeyleri, 0-1 saat ($\bar{X}=13.81, SS=5.36$) aralığında en düşük seviyede gözlenirken, 1-2 saat ($\bar{X}=17.78, SS=5.39$) aralığında bir miktar anlamlı artış görülmüş, 2-4 saat ($\bar{X}=21.53, SS=6.04$) aralığında anlamlı artış devam etmiş ve 4+ saat ($\bar{X}=26.21, SS=6.90$) aralığında ise en yüksek seviyede görülmüştür. Tüm bu bilgiler ışığında lise öğrencilerinin SM'de günlük geçirdikleri süre arttıkça, SMB düzeyleri de artmaktadır yorumu yapılabilir. SMB düzeylerinin, günlük SM'ye erişim süresine göre değişim grafiği Şekil 4.4.'te gösterilmiştir.



Şekil 4.4. Sosyal medyada günlük geçirilen süreye göre SMB düzeylerinin değişim grafiği

İncelenen bir diğer istatistikte lise öğrencilerinin GKK düzeylerinin, günlük SM kullanım sürelerine göre farklılaşma durumudur. Tablo 4.10.'da görüldüğü gibi öğrencilerin günlük SM kullanım süreleri, GKK düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır ($F[3, 661]=9,12, p<.001$). Tablo 4.9.'daki betimsel değerler incelendiğinde, GKK düzeyinin 0-1 saat ($\bar{X}=20.88, SS=6.16$) aralığında en düşük seviyede olduğu, 1-2 saat ($\bar{X}=23.28, SS=6.52$) aralığında artış yaşandığı, 2-4 saat ($\bar{X}=24.74, SS=6.80$) aralığında artışın devamlılığını sürdürdüğü ve 4+ saat ($\bar{X}=26.06, SS=7.16$) düzeyinde ise en yüksek ortalama değeri yakaladığı görülmüştür. Bu durumda günlük SM kullanım süresi arttıkça, tıpkı SMB gibi GKK düzeyinin de arttığı söylenebilir. SM kullanım süresine göre GKK düzeyinin değişkenlik grafiği Şekil 4.5.'te gösterilmiştir.



Şekil 4.5. Sosyal medyada günlük geçirilen süreye göre GKK düzeylerinin değişim grafiği

Bu bölümde analizler aracılığıyla araştırma hipotezleri sınanmış, elde edilen bulgular raporlanmıştır. Raporlanan bulgular bölüm 5'te literatürdeki benzer çalışmalarla mukayese edilerek tartışılmış, araştırma bir sonuca bağlanmış ve araştırmaya yönelik önerilerde bulunulmuştur.

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın temel amacı doğrultusunda elde edilen bulgular, tartışma bölümünde literatürdeki ilgili diğer çalışmalar ile mukayese edilerek tartışılmış, tartışma sonucunda edinilen çıkarımlar sonuç bölümünde raporlanmıştır. Öneriler bölümünde ise tüm araştırma kapsamı, bulguları, sonuçları ele alınarak, gelecekte bu temada yürütülebilecek akademik çalışmalara rehberlik edebilmesi adına araştırmacılara, bir bilinç oluşturması, önleyicilik ve farkındalık çalışmalarının zamanında yürütülebilmesi adına eğitim camiasına ve ebeveynlere yönelik çeşitli tavsiyelerde bulunulmuştur.

5.1. Tartışma

5.1.1. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesi

Bu bölümde, lise öğrencilerinin SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinin, öğrencilerin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumlarına ilişkin elde edilen bulgular, ilgili alanyazın ile mukayese edilerek tartışılmış ve bir sonuca bağlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre lise öğrencilerinin SMB ve GKK düzeylerinin cinsiyet faktörüne göre anlamlı ölçüde farklılaşmadığı, buna karşın yalnızlık düzeylerinde kadınların erkeklere göre anlamlı ölçüde daha yüksek yalnızlık bildirdikleri tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara ilişkin değerlendirmeler, aşağıdaki başlıklarda belirtilmiştir.

Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet faktörüne göre incelenmesi

Lise öğrencilerinin SMB puanlarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı derecede farklılık gösterip göstermediği konusunu incelemek için gerçekleştirilen analizler sonucunda, lisede öğrenim gören kadınların ve erkeklerin benzer düzeyde SMB'ye sahip oldukları ve SMB düzeylerinin, cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık içermediği tespit edilmiştir ($p>.05$). Alanyazın incelendiğinde, elde edilen bulguyu destekleyen bazı çalışmalar bulunmaktadır (Çarkçı, 2019; Çiftçi, 2018; Demir ve Kumcağız, 2019; Deniz ve Gürültü, 2018; Dikmen, 2021; Doğrusever, 2021; Fioravanti vd., 2021; Gülaçtı, 2020; Keresteci, 2021; Koçak ve Traş, 2021; Kovan ve Ormancı, 2021; Longobardi vd., 2021, Şafak ve Kahraman, 2019; Ümmet vd., 2019). Ancak, nadir de olsa, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde SMB bildirdikleri (Akyol Güner vd., 2022; Andreassen ve Pallasen, 2017; Casale vd., 2018; Çağlayan ve Arslantaş, 2023;

Güney ve Taştepe, 2020; Ilgaz 2018; Stanculescu ve Griffiths, 2022; Yetiş vd., 2019; Yüksel Şahin ve Öztoprak, 2019; Zıvıdır ve Karakul, 2023) ve daha az sayıda çalışmada ise erkeklerin kadınlara göre daha yüksek SMB bildirdikleri (Brailovskaia, 2023; Syahputra vd., 2022; Yukay Yüksel vd., 2020) çalışmalar da mevcuttur. İncelenen çalışmalardan da anlaşılabacağı üzere, SMB'nin cinsiyete göre farklılaşma durumunun incelendiği çalışmalarda çok çeşitli sonuçlara ulaşılmıştır.

Cinsiyet ve SMB arasındaki ilişki hakkında daha kapsamlı bir fikir sahibi olabilmek için incelenen çalışmalar, farklı özelliklerine göre daha derinlemesine ele alınmıştır. Buna göre ergenlerle yürütülen bazı çalışmalarda (Deniz ve Gürültü, 2018; Doğrusever, 2021), üniversite öğrencileriyle yürütülen bazı çalışmalarda (Çarkçı, 2019; Çiftçi, 2018; Demir ve Kumcağız, 2019; Dikmen, 2021; Koçak ve Traş, 2021) ve yetişkinlerle yürütülen bazı çalışmalarda (Elhai vd., 2016; Şafak ve Kahraman, 2019) kişilerin SMB düzeylerinin, cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ayrıca Longobardi ve arkadaşları (2021) İtalya'da yürüttükleri çalışmada, ergenlerin SMB düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Fioravanti ve arkadaşlarının (2021) geniş örneklem grubuyla yürüttükleri meta analiz çalışmasına göre farklı coğrafyalardaki ve farklı yaş grubundaki bireylerin sorunlu SM kullanımları, cinsiyetlerine göre farklılaşmamaktadır. Elde edilen bu bilgiler, farklı kohortlarla yürütülen benzer çalışmalardan elde edilen bulguların, bu çalışmanın sonuçlarıyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Yani SMB'nin cinsiyete göre farklılaşmaması belirli bir yaş grubuna ya da belirli bir coğrafyaya özgü bir durum değildir.

Lise öğrencilerinin SMB düzeylerinin, cinsiyet faktörüne göre farklılaşmaması, çağımızda erkek ve kadınların benzer fırsatlara sahip olmaları ile açıklanabilir (Brailovskaia vd., 2023; Doğrusever, 2021). Teknolojinin gelişmesiyle birlikte, mobil cihazlar ve internet, toplumun hemen her kesimi tarafından ulaşılabilir hale gelmiştir (Demir ve Kumcağız, 2019; Yukay Yüksel vd., 2020). Bu durum, bireylerin yer ve zaman kısıtlaması olmadan SM'ye ulaşabilmelerine imkân sağlamış, erkek veya kadın fark etmeksizin SM'ye karşı istedikleri düzeyde ilgi geliştirebilmelerine ortam hazırlamıştır. Ayrıca SM'nin kişiselleştirilmiş bir deneyim sunması, SM'den alınan hazzında kişisel olmasına sebep olmaktadır. Yani SM kullanıcıları erkek de olsa kadın da olsa kişisel ilgi alanlarına göre SM kullanımı sergilemektedir (Bhargava ve Velasquez, 2021). Bu sebeple her bireyin SMB geliştirme olasılığının eşit olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla, SMB'nin toplumun belirli bir kesimine mâl edilmesindenense, kişisel bazda değerlendirilmesi gereken bir davranış türü olabileceği

düşünülmektedir. Çalışmamızın bulgusuyla örtüşmeyen çalışmalarla aradaki temel farklılıklarınsa, diğer çalışma gruplarının farklı kişisel özellikler barındırmalarıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin cinsiyet faktörüne göre incelenmesi

Araştırmada, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre kadınların erkek katılımcılara kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek yalnızlık bildirdikleri tespit edilmiştir ($p<.05$). Yakın tarihte yürütülen çalışmalar, genellikle yalnızlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını öne sürmektedir (Amaghani, 2016; Çarkçı, 2019; Gülaçtı, 2019, Keresteci, 2020; Şafak ve Kahraman, 2019; Tayiz, 2018; Wang vd., 2023; Yalçın, 2019; Yavich vd., 2019). Buna karşın ilgili alanyazında, cinsiyete ilişkin bulgumuzu destekleyen çalışmalara da rastlamak mümkündür (Koçyiğit, 2011; Wedaloka ve Turnip, 2019; Yabancı, 2019; Yalçın, 2015; Yukay Yüksel vd., 2020). Tatlı ve Atalan Ergin (2023)'in ergenlerle yürüttükleri çalışmada, kadınların erkeklere göre daha yüksek yalnızlık yaşadığı rapor edilmiştir. Benzer şekilde Bonsaksen ve arkadaşlarının (2021) bulguları da kadınların duygusal açıdan daha yalnız olduklarını göstermektedir.

Bireylerin öznel deneyimleri ve bu deneyimleri içselleştirme biçimleri yalnızlığın varlığının ve düzeyinin belirleyicisidir (Jones vd., 1985, akt:Yabancı, 2019). Bu bağlamda eril ve dişil cinsiyet rollerinin birbirinden ayrıştığı ataerkil toplumlarda kadınlara yüklenen bazı olumsuz cinsiyet rolleri, duygularını keşfetmelerini, kendilerini ifade etmelerini ve sosyalleşmelerini kısıtlayabilir. Ayrıca bu rollerin küçük yaştan itibaren dayatılması bazı duygularını bastırılmış şekilde yaşamalarına ortam hazırlayabilir. Bunun sonucunda toplumsal baskılardan etkilenen kadınlar istedikleri gibi sosyalleşemedikleri için yalnız hissediyor olabilirler (Yalçın, 2015). Özellikle ergenlik dönemindeki kadınların duygusal dalgalanmaları, yalnızlık hissiyle birleştiğinde, bu his içsel olarak daha da derinleşebilir. Tüm bunlar neticesinde, kadın ergenler, erkek ergenlere oranla daha yalnız hissediyor olabilirler.

Cinsiyet rollerinin nispeten dengelendiği modern çağda, benzer imkanlara ve yetiştirilme özelliklerine sahip bireylerin, cinsiyetleri fark etmeksizin, duygularını anlamlandırmak adına sahip oldukları haklarında benzerlik göstermesi olası görülmektedir (Çarkçı, 2019). Bu tür bir ortamda yalnızlık duygusu bir kitleye atfedilmekten ziyade kişiden kişiye değişen öznel bir duygu olarak ele alınacaktır. Bu sebeple araştırma bulgumuz ile çelişen diğer araştırma bulguları arasındaki temel farklılığın, farklı örneklem gruplarındaki bireylerin,

farklı kişisel özellikleri ve içerisinde yaşadıkları toplumun bu kişisel özellikler üzerindeki farklı etkileriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Özetle lise düzeyindeki kadınların, erkeklere göre daha yalnız oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu sonucun, farklı cinsiyetlerdeki bireylere yüklenen cinsiyet rollerinin de farklı oluşuyla ve ataerkil toplumlarda bu yüklemenin kadınların aleyhine sonuçlanmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bireylere benzer gelişim hakları tanınması durumunda, yalnızlığa ilişkin cinsiyet farklarının ortadan kalkabileceği ve yalnızlığın belirli gruplara atfedilmeden değerlendirilebileceği öngörülmektedir.

Lise öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin cinsiyet faktörüne göre incelenmesi

Cinsiyete göre farklılaşma durumu incelenen son değişken GKK'dır. Yürütülen analizler, katılımcıların cinsiyetlerinin, GKK puanları üzerinde ayırt edici bir farklılık oluşturmadığını göstermektedir ($p>.05$). Yani lise düzeyindeki kadın ve erkeklerin GKK'leri biri birine benzer düzeydedir. Elde edilen bu sonuç, mevcut literatürle büyük ölçüde uyumludur (Coşkun ve Karayağız Muslu, 2019; Çağlayan ve Arslantaş, 2022; Fioravanti vd., 2021; Kaçık ve Acar, 2020; Karal ve Birlik, 2021; Milyavskaya vd., 2018; Rozgonjuk vd., 2021; Tayiz, 2018; Uzun vd., 2019; Yalçın, 2019; Yaman ve Kavuncu, 2019; Zıvıdır ve Karakul, 2023). Bununla birlikte bazı çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşıldığı da görülmektedir (Atabay vd., 2022; Balcı ve Bal, 2022; Brailovskaia vd., 2023; Casale vd., 2018; Kartol ve Peker, 2020; Mousavi vd., 2023; Tatlı ve Atalan Ergin, 2023). Bu bağlamda GKK'nin cinsiyetle ilişkisinin incelendiği mevcut çalışmalar, mevzu bahis ilişki hakkında fikir birliği sağlayamadığını göstermektedir.

Ergenlik dönemi, bireylerin kimlik geliştirdikleri ve sosyal varlıklarını ortaya koymaya çalıştıkları kritik bir dönemdir. Bu süreçte bireyler, erkek veya kadın olmaları fark etmeksizin, görünür olma, takdir edilme, popüler olma gibi benzer kaygı ve beklentilere sahiptirler (Güney ve Taştepe, 2020). Modern dünyada, ergenler bu ihtiyaçlarını SM üzerinden karşılamakta ve sosyal varlıklarını bu platformlar üzerine inşa etmektedirler (Oberst vd., 2017). Boyd (2014)'un da çalışmasında belirttiği gibi, SM platformları, gençlerin sosyal dünyalarının merkezinde yer almakta ve onların kimlik geliştirme süreçlerini desteklemektedir. Yani ergenler SM aracılığıyla sosyal ağlarıyla etkileşime geçer, kendilerini ifade eder, gelişmeleri takip eder ve toplumsal kabul görme ihtiyaçlarını karşılarlar. SM'den mahrum kalmaları söz konusu olduğundaysa, GKK yaşamaları olasıdır. Tüm bu bilgiler ışığında, ergenlik dönemindeki

bireylerin cinsiyetleri fark etmeksizin benzer ihtiyaçlara sahip olmaları ve bu ihtiyaçlarını giderebilmek için benzer SM erişim imkanlarına sahip olmaları, aynı zamanda benzer düzeyde GKK yaşamalarına sebep oluyor olabilir. Bu da GKK'nin cinsiyetler arasında farklılık göstermemesini açıklayabilir.

5.1.2. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin günlük sosyal medya kullanım sürelerine göre incelenmesi

Araştırmamızda SMB, yalnızlık, GKK düzeyleri üzerindeki etkisini incelediğimiz bir başka değişken de lise öğrencilerinin günlük SM kullanım süreleridir. Literatürde SMB'nin en büyük göstergesi olarak ele alınan SM kullanım süresinin (Bilgin, 2018), SMB, yalnızlık ve GKK için fikir sağlayabileceği düşünülmektedir. Elde edilen betimsel veriler, örneklem grubumuzdan 43 (%6,5) öğrencinin günlük 0-1 saat, 155 (%23,3) öğrencinin günlük 1-2 saat, 279 (%42) öğrencinin günlük 2-4 saat ve 188 (%28,3) öğrencininse günlük 4 saatten fazla SM'de zaman geçirdiklerini göstermektedir. Bu verilere göre örneklem grubumuzun yarısından fazlasının SM'de günlük 2 saat ve üzerinde zaman geçirdikleri söylenebilmektedir. Literatürdeki bazı çalışmalarda da bulgumuza benzer bulgular raporlanmıştır (Akyol vd., 2022; Küçükçaya vd., 2022; Yang vd., 2020). Dijital 2023 raporuna göre SM kullanımındaki dünya ortalaması günlük 2 saat 31 dakika, Türkiye'de ise 2 saat 54 dakika olarak bildirilmiştir (We Are Social, 2023). Günün 24 saat olduğu ve uyku, okula gitme, yeme-içme, ders çalışma, sosyalleşme gibi temel eylemlerin günün önemli bir kısmında yer işgal ettiği düşünüldüğünde, öğrencilerin büyük çoğunluğunun, SM için günlük ciddi bir süre harcadığı açıktır. Bu da SM kullanımının, günlük hayat içerisinde kapladığı yerin önemini gösterir niteliktedir.

Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin günlük sosyal medya kullanım süresine göre incelenmesi

Lise öğrencilerinin günlük SM kullanım süreleri ile SMB düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, SMB'nin günlük 0-1 saat aralığındaki kullanımlarda en düşük seviyede gözlemlendiği, bildirilen süre arttıkça anlamlı ölçüde yükseldiği, 4 saat ve üzerindeki kullanımlarda ise en yüksek seviyeye ulaştığı gözlemlenmiştir. Elde edilen bu bulgu günlük SM kullanım süresi arttıkça, SMB düzeyinin de arttığına işaret etmektedir. Bu bağlamda yürütülen analizler sonucunda, lise öğrencilerinin günlük SM kullanım süreleri ile SMB arasında yüksek anlamlılık düzeyinde bir ilişki tespit edilmiştir ($p < .001$). İncelenen yurtiçi ve yurtdışı kaynakların tamamı, elde ettiğimiz bulgu ile uyuşmakta ve bulgumuzu destekler nitelikte sonuçlar ortaya koymaktadır (Akyol Güner vd., 2022; Çağlayan ve Arslantaş, 2023; Demir ve Kumcağız, 2019;

Deniz ve Gürültü, 2018; Dikmen, 2021; Doğrusever, 2021; Gülaçtı, 2020; Keresteci, 2021; Koçak ve Traş, 2021; Kovan ve Ormanlı, 2021; Marengo vd., 2022; Oktan, 2015; Syahputra vd., 2022; Şafak ve Kahraman, 2019; Tutgun Ünal, 2020; Uyaroglu vd., 2021; Yukay Yüksel vd., 2020; Zıvıdır ve Karakul, 2023). İncelenen bulgular, günlük SM kullanım süresinin, SMB ile doğrudan ilişkili olduğu konusunda, literatürdeki genel görüşle hem fikir olduğumuzu göstermektedir.

İlgili alanyazına göre (Bilgin, 2018; Oktan, 2015; Tutgun Ünal, 2020), SM kullanım süresi, SMB'nin tek yordayıcısı olmasa da en güçlü yordayıcılarından biri olarak kabul edilmektedir. Yani bireylerin SM kullanım süreleri arttıkça, SMB riskinin de yükseldiği öne sürülmektedir (Keresteci, 2021). Nitekim SMB'nin belirtileri ele alındığında, bireylerin gerçek yaşam aktivitelerinden, etkileşimlerinden ve sorumluluklarından tavizler vererek, bu enerjiyi ve zamanı SM'ye odakladıkları bilinmektedir (Kuss ve Griffiths, 2011). Bu sebeple SM kullanım süresiyle, SMB arasındaki pozitif ilişki beklenen bir durumdur.

SM kullanım alışkanlıklarının, sağlıklı sınırlar içerisinde kalmasını sağlayan unsurların başında, bireylerin amaçlı ve bilinçli eylemlerinin geldiği düşünülmektedir. Bu bağlamda kişilerin özdenetim, öz düzenleme ve zamanı yönetme becerilerindeki eksikliklerin, aşırı SM kullanımının altında yatan temel motivasyon olabileceği düşünülmektedir (LaRose vd., 2003). Buna göre, zamanın bilinçsiz ve kötü kullanımı, bireylerin ilgilerine göre kişiselleştirilmiş bir haz kaynağı SM platformlarının kullanımının artmasına yol açabilir. Bu artış, bireylerin diğer yaşam aktivitelerinden geri kalmalarına ve SM'nin hayatlarında daha merkezi bir konuma gelmesine sebep olabilir. Sonuç olarak aşırı ve kontrolsüz SM kullanımı bireyleri SM'ye bağımlı hale getirebilir. Nitekim Deniz ve Gürültü (2018) tarafından yürütülen çalışmaya göre, aşırılaşan SM kullanımı bireylerin meşguliyet düzeylerini artırmakta, SM kullanımını bir rutine dönüştürmekte, SM kullanımını azaltmaya çalıştıkları halde kullanım alışkanlıkları tekrarlamakta ve bu durum bireylerde içsel çatışmalara yol açarak, SMB'nin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Elde edilen bu bulgular, bizim görüşlerimizi destekler niteliktedir.

Sonuç olarak lise öğrencilerinin günlük SM kullanımına ayırdıkları süre ne kadar yüksekse, SMB deneyimleme riskinin de o denli yüksek olduğu sonucuna erişilmiştir. Araştırmamızın bu sonucu, literatürdeki genel görüş ile tutarlıdır. Bu bağlamda, SM kullanım amaçları baz alınarak yürütülecek nicel ve nitel çalışmaların SM'nin aşırı kullanımı ile SMB arasındaki ilişkileri daha detaylı açıklayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, doğru zaman yönetimi ve özdenetim stratejilerinin, bireylerin SMB düzeyleri üzerinde önleyici bir rol

oynayacağına inanılmaktadır. Bu bağlamda, yürütülecek eğitim ve bilinçlendirme programlarının, gençlerin SM kullanımını sağlıklı sınırlar içerisinde tutmalarına yardımcı olabileceği öngörülmektedir.

Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin günlük sosyal medya kullanım süresine göre incelenmesi

Araştırmamızda elde edilen bir diğer bulgu, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, günlük SM kullanım sürelerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığını göstermektedir ($p=.05$). Bu bağlamda yürütülen post hoc analizleri, yalnızca iki kategori arasında anlamlı bir farklılaşma olduğuna işaret etmektedir. Buna göre günlük 1-2 saat aralığında SM kullanımı bildiren öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin, 4 saat ve üzeri SM kullanımı bildiren öğrencilerin yalnızlık düzeylerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Literatürde, bulgularımızla tam anlamıyla örtüşen bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, bazı araştırmaların bireylerin günlük SM kullanımları ile yalnızlıkları arasında anlamlı ilişkiler bildirdiği (Akyol Güner vd., 2022; Bernard, 2020; Mao vd., 2023; Marttila vd., 2021; Primack vd., 2017; Savcı ve Aysan, 2016; Türkel ve Dilmaç, 2019), bazılarının ise herhangi bir ilişki tespit edemediği (Brazil ve Malgorzata, 2020; Genel, 2021; Gülaçtı, 2020; Şafak ve Kahraman, 2019; Yukay Yüksel vd., 2020) gözlenmiştir. Bu çelişkili sonuçlar, günlük SM kullanım süresi ile yalnızlık arasındaki ilişkinin bilimsel açıdan henüz net bir şekilde açıklığa kavuşmadığını göstermektedir.

Dijital çağ, hayatın teknolojiye entegre edildiği bir dönemi temsil etmektedir. Dolayısıyla bu dönemde dünyaya gelen z kuşağı bireyleri, yaşam aktivitelerini dijital ortam, sosyal hayatlarını SM platformları üzerine inşa etmektedirler. Özellikle erken yaşta bu teknolojiyle tanışmaları, teknolojide yaşanan yeni gelişmelere hızla adapte olabilmelerine ve bu doğrultuda teknolojinin sağladığı imkanları fonksiyonel şekilde kullanabilmelerine ortam hazırlamaktadır (Özdemir, 2021). Günümüz ergenleri, bu sebeplerle, dünyayla ve sosyal ağlarıyla etkileşimlerini sürdürebilmek için sıklıkla SM platformlarına başvurumaktadırlar (Tutgun Ünal, 2015). Nitekim incelenen bazı istatistiksel kaynaklar (Pew Research Center, 2023; We Are Social, 2023), ergenlerin SM'ye katılımlarının ve SM'de çevrimiçi olma sürelerinin ulaştığı ciddi boyutu göz önüne sermektedir. Yani günümüzde SM ortamı, özellikle ergenler için, akranlarıyla iletişime geçebildikleri, bilgiye erişebildikleri, oluşturdukları dijital kimlikle kendilerini istedikleri gibi ifade edebildikleri bir ekosistem olma özelliği taşımaktadır. Hal böyle olunca SM'de çevrimiçi olmak ergenler için büyük önem arz ediyor olabilir; çünkü

SM'de ne kadar çevrimiçi olurlarsa, etkileşim ağlarıyla ve dünyayla o kadar iletişimde kalabildiklerini düşünüyor olabilirler. Tam tersi durum söz konusu olduğundaysa -yani SM'den mahrum kalmaları söz konusu olduğundaysa-, etkileşim ağlarından ve bu ağda yaşanan gelişmelerden uzak kalacaklarına dair kaygı yaşamaları ve SM'den mahrum kaldıkları süre zarfında yalnızlık düşüncelerinin ortaya çıkması olasıdır. Bu da araştırmadan elde ettiğimiz bulguyu açıklıyor olabilir. Yani günlük düşük düzeyde SM kullanımı sergileyen bireylerin, yüksek kullanıma sahip bireylere oranla daha yüksek yalnızlık bildirmelerinin sebebi, akranlarının ve diğer tüm etkileşim ağlarının SM'ye kanalize olması ve katılım sergileyemediklerinde bu etkileşimlerden mahrum kalmış hissetmeleri olabilir. Yani katılımcılarımız, SM ortamına dahil olmadıklarında kendilerini yalnız hissediyor veya katılım gösterdikçe yalnızlık duygularını gideriyor olabilirler.

Özetle, elde edilen sonuçlara göre, SM'ye günlük 1-2 saat aralığında vakit ayıran lise öğrencilerinin, 4 saat ve üzerinde vakit ayıran lise öğrencilerine göre daha yalnız hissettikleri belirlenmiştir. Literatürdeki çalışmalar, ağırlıklı olarak SM kullanım süresi ile yalnızlık arasında ilişki bulunmadığı (Brazil ve Malgorzata, 2020) veya SM kullanım süresi arttıkça yalnızlık düzeyinin de arttığı (Akyol Güner vd., 2022) üzerine odaklanmaktadır. Bu bağlamda elde ettiğimiz bulgu, literatürdeki genel fikirlerle çelişmektedir. Ortaya çıkan bu farklılık, günümüz ergenlerinin SM'ye bakış açısına dair yeni ve farklı bir perspektif sunuyor olabilir. Yani bu sonuç günümüz ergenlerinin, dijital dünyada çevrimiçi olarak sosyal bağlarını sürdürme ve yalnızlık hislerini azaltma eğiliminde olduklarını gösterebilir. SM'de daha fazla vakit geçiren ergenlerin, bu platformlar üzerinden daha yoğun sosyal etkileşimlerde bulunarak yalnızlık duygularını hafifletebildikleri düşünülebilir. Dolayısıyla ergenlerin SM kullanımları, sadece süreye dayalı bir değerlendirme yerine, kullanım amacı, etkileşim yoğunluğu gibi faktörlerle de ele alınabilir. Bu bağlamda gelecekteki araştırmaların, ergenlerin SM kullanım motivasyonları, etkileşim şekilleri, sosyal bağlarının niteliği gibi unsurları da göz önünde bulundurularak yalnızlık duyguları üzerindeki etkileri daha kapsamlı şekilde incelenmesi önerilmektedir.

Lise öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin günlük sosyal medya kullanım süresine göre incelenmesi

Yürütülen analizler sonucunda, lise öğrencilerinin günlük SM kullanım sürelerine göre GKK düzeylerinde anlamlı farklılaşmalar tespit edilmiştir ($p < .001$). Buna göre günlük yüksek SM kullanımı bildiren bireylerin, düşük kullanım bildirenlere göre, daha yüksek GKK'ye sahip

oldukları ortaya koyulmuştur. Post hoc analizleri, günlük 2 saatten fazla SM kullanan öğrencilerin GKK puanlarının, 2 saate kadar SM kullanan öğrencilere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermiştir. Literatürdeki çalışmalar, bu bulgularımız ile tutarlılık göstermekte ve bulgularımızı destekler niteliktedir (Atabay vd., 2022; Balcı ve Bal, 2022; Bernard, 2020; Brazil ve Malgorzata, 2020; Coşkun ve Karayağız Muslu, 2019; Çınar ve Mutlu, 2018; Fumagalli vd., 2021; Karal ve Birlik, 2021; Kovan ve Ormancı, 2021; Mao vd., 2023; Oberst vd., 2017; Przybylski vd., 2013; Yalçın, 2019; Zıvıdır ve Karakul, 2023).

Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte dijital ortam, çeşitli işlevlerle donatılarak hayatın birçok alanına entegre edilmiştir. SM ise, sunduğu geniş kapsamlı imkanlar ve sınırları ortadan kaldıran yapısıyla insanların yaşamlarını kolaylaştırmıştır. Bu da dijital ortama ve SM'ye katılımı cazip hale getirmiştir. Ayrıca SM'nin, kullanıcıların ilgisini çekmek adına kişiselleştirilmiş içerikler sunan algoritmik yapısı, kullanım alışkanlıklarının giderek daha fazla pekişmesine yol açmıştır (Bhargava ve Velasquez, 2021). Bu durum kitlelerin dijital dünyaya olan ilgisinin ve SM'ye olan bağlılıklarının giderek artmasına ortam hazırlamıştır (Turkle, 2011, akt: Uram ve Skalski, 2020). Artan bağlılık düzeyi, bireyleri gündelik hayat içerisinde, sıklıkla SM aktivitelerini kontrol etmeye, sürekli çevrimiçi olmaya motive etmekte ve SM ortamından mahrum kaldıklarında GKK yaşamlarına sebep olabilmektedir (Alutaybi vd., 2019). Bu açıklamadan yola çıkarak, bireylerin SM'ye duydukları bağlılık, GKK ve SM kullanım düzeyleri üzerinde belirleyici bir role sahip olduğu yorumu yapılabilir. Yani bireylerin SM'ye yüksek bağlılık sergilemeleri, SM kullanım sürelerinin ve GKK düzeylerinin de yüksek olmasına sebep olabilir. Bu da yüksek SM kullanım süresi bildiren bireylerin GKK düzeylerinin, düşük SM kullanım süresi bildiren bireylerin GKK düzeylerine göre neden daha yüksek olduğunu açıklıyor olabilir.

Özetle, lise öğrencilerinin günlük SM kullanımları ile GKK'leri arasında sıkı bir ilişkinin olduğu ve yüksek SM kullanımı bildiren bireylerin, düşük kullanım bildiren bireylere göre GKK'lerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İncelenen ilgili literatür çalışmaları, GKK ve SM kullanım sürelerinin birbirleriyle pozitif ilişkilerinin olduğu konusunda bulgularımızı destekler niteliktedir (Bernard, 2020; Fumagalli vd., 2021; Przybylski vd., 2013). Lise öğrencilerinin SM kullanım sürelerine göre GKK düzeylerinde ortaya çıkan farklılığın bireylerin SM'ye yükledikleri anlamla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

5.1.3. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve yalnızlık düzeylerinin okul türüne göre incelenmesi

İncelenen bir diğer durum ise katılımcılarımızın SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinin öğrenim gördükleri okul türüne göre değişkenlik durumuydu. Yürütülen analizler sonucunda, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, öğrenim gördükleri okul türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgusuna erişilmiştir ($p<.001$). GKK ve SMB düzeylerinde ise herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemiştir ($p>.05$). Bu bağlamda elde edilen sonuçlar aşağıdaki başlıklarda tartışılmıştır.

Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin okul türüne göre incelenmesi

Lise öğrencilerinin eğitim gördükleri okul türlerine göre SMB düzeyleri ele alındığında, SMB puanlarında manidar bir farklılaşma gözlenmemiştir ($p>.05$). Okul türlerinin Türkiye'ye özgü olması sebebiyle, bu değişken özelinde yalnızca yerel kaynaklar incelenebilmiş ve sınırlı kaynağa erişilebilmiştir. İncelenen çalışmalar genel anlamıyla bulgumuzu destekler niteliktedir. Örneğin Akbulut (2022) lise öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada SMB puanlarının, öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türlerine farklılaşmadığı bulgusuna erişmiştir. Yayman (2019) benzer örnek grubuyla bir çalışma yürütmüş ve SMB ile okul türü arasında herhangi bir ilişkiye rastlamamıştır. Deniz ve Gürültü (2018) meslek liseleri ile imam hatip lisesinde okuyan öğrencilerin SMB düzeylerindeki farklılıkları incelemiş fakat anlamlı bir ilişki bildirmemişlerdir. Çağımızda lise öğrencilerinin hemen hepsinin tablet, bilgisayar, telefon gibi teknolojik aletlere sahip olmaları SM'ye erişimlerini mümkün hale getirmektedir. Bu bağlamda eşit haklara ve imkanlara sahip ergenler, okul türleri fark etmeksizin SM'ye diledikleri gibi katılım sergileyebilmektedirler. Nitekim eşit imkanlara sahip bireylerin, SMB düzeylerinde okul türleriyle ilişkili bir farklılığın ortaya çıkmaması doğal ve normal karşılanmalıdır.

Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin okul türüne göre incelenmesi

Lise öğrencilerinin okul türlerine göre yalnızlık düzeylerindeki değişim incelendiğinde, anadolu lisesi öğrencilerinin, mesleki ve teknik anadolu liselerinde okuyan öğrencilere kıyasla daha yüksek yalnızlık yaşadıkları gözlenmiştir ($p<.001$). Bu bulgu bazı literatür kaynaklarının sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Örneğin Amaghani (2016) lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin okul türü değişkenine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Yabancı (2019) Anadolu lisesi öğrencilerinin, fen lisesi ve meslek lisesi öğrencilerine göre daha yalnız olduklarını bildirmiştir. Kaymak (2020)'da anadolu lisesi öğrencilerinin, mesleki ve teknik lisesi öğrencilerine göre daha yalnız olduklarını tespit etmiştir.

Bu araştırmaların yanı sıra lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin okul türlerine göre değişkenlik göstermediğini bildiren çalışmalara da rastlamak mümkündür (Aksak, 2017; Erözkan, 2009). Yürütölen alışmalar arasındaki temel farklılığın, yalnızlığın öznel bir duygu olması, bu bağlamda da farklı örneklem gruplarındaki bireylerin kişisel ve duygusal farklılıklarına bağlı olabileceği düşünölmektedir. Bunun yanı sıra çalışmamızda ortaya çıkan, okul türlerine göre yalnızlık düzeylerindeki anlamlı farklılaşmanın, örneklem okullarımız arasındaki akademik başarı farklılığıyla ilişkili olabileceği üzerinde durulmaktadır. Akademik başarıları ve odakları yüksek bireylerin, sosyalleşmeye yeteri kadar zaman ayıramadıkları ve bu sebeple anadolu lisesi öğrencilerinin daha yalnız olabilecekleri düşünölmektedir. Ayrıca anadolu lisesi öğrencilerinin, meslek lisesi öğrencilerine göre, nispeten daha rekabetçi bir ortamda bulunmaları, diğer akranlarını potansiyel birer rakip olarak görmelerine yol açabilir. Bu durum, yakın ilişkiler kurmalarını zorlaştırarak, yalnızlık hissinin artmasına sebep olabilir. Brennan (1982)'ın ergenlerin yalnızlıklarının birçok sebebi olduğu ve akademik başarının da bu sebeplerden biri olduğu ifadesi bizim göröşümüzö destekler niteliktedir (Akt: Aksak, 2017). Sonuç itibariyle anadolu lisesi öğrencileri meslek lisesi öğrencilerine göre daha yüksek yalnızlık yaşamaktadırlar.

Lise öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin okul türüne göre incelenmesi

Son olarak lise öğrencilerinin öğrenim gördükleri okul türlerine göre GKK düzeylerinde anlamlı bir farklılıkla karşılaşılmamıştır. Literatür taraması sonucunda bu konuyu ele alan yalnızca iki kaynağa rastlanmıştır. aycı (2023) ve Taş (2022) tarafından ergenlerle yürütölen her iki çalışmada da lise öğrencilerinin GKK düzeylerinin okul türlerine farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, araştırmamızın ilgili sonucuyla örtüşmektedir. Bu doğrultuda bireylerin GKK düzeylerinin, bireysel farklılıklara dayalı değişkenlik gösteriyor olabileceği ve öğrenim gördükleri okul türünün bu konuda belirleyici bir faktör olmadığı düşünölmektedir. Yine de bu konunun tam anlamıyla açıklığa kavuşabilmesi için farklı örneklem gruplarıyla yürütölecek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu tür çalışmalar, mevcut bulguların genellenebilirliğini artıracak ve lise öğrencilerinin GKK düzeylerine dair daha kapsamlı bilgiler sunacaktır.

5.1.4. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki doğrusal ilişkilerin incelenmesi

Bu bölümde araştırmamızın ana değişkenleri (SMB, GKK, yalnızlık) arasındaki direkt ilişkileri ortaya koyabilmek adına, yürütölen analizlerden elde edilen veriler, ilgili literatürle

tartışılarak bir sonuca bağlanmıştır. Ana değişkenlerimiz arasındaki ilişkileri ortaya koyabilmek, her bir değişkeni açıklamak adına fikir sağlamasının yanı sıra, YEM analizi yürütülebilmesi için de ön şart olarak önem arz etmektedir. Bu bağlamda sırasıyla SMB-Yalnızlık, SMB-GKK ve Yalnızlık-GKK arasındaki doğrudan ilişkiler tartışılmıştır.

Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile yalnızlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Yürütülen analizler, beklenenin aksine SMB ile yalnızlık arasında negatif düşük düzeyde ilişkinin varlığına işaret etmektedir ($r=-.25$, $p<.01$). Ayrıca lise öğrencilerinin SMB'leri yalnızlıklarını negatif yönde yordamaktadır ($\beta= -.29$, $p<.001$). Elde edilen bu bilgiler, lise öğrencilerinin SMB'lerinde yaşanan artışın, yalnızlık düzeylerinde düşüşe sebep olacağı sonucunu beraberinde getirmektedir. Hem yerel hem de uluslararası kaynaklar incelendiğinde, yürütülen çalışmaların büyük çoğunluğunun SMB ile yalnızlık arasında pozitif yönlü ilişkiler bildirdiği ve SMB'nin yalnızlığın pozitif yordayıcılarından biri olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmüştür (Akyol Güner vd., 2022; Bonsaksen vd., 2021; Chavez ve Chavez Jr., 2017; Kurt ve Bayrakçı, 2021; Marttila vd., 2021; O'Brien vd., 2022; Savcı ve Aysan, 2016; Uyaroglu vd., 2021; Youssef vd., 2020; Yukay Yüksel vd., 2020; Zheng vd., 2023). Bu bağlamda elde ettiğimiz bulgular, diğer literatür bulgularıyla genel anlamıyla çelişmektedir.

İlgili alanyazın incelendiğinde, az sayıda olsa da bulgumuzu destekleyen çalışmaların mevcut olduğu görülmüştür (Keresteci, 2021; Yetiş vd., 2019). Örneğin Yetiş ve arkadaşları (2019) lise öğrencileriyle yürüttükleri çalışmada, SMB ile yalnızlık arasında güçlü düzeyde negatif ilişki tespit etmiştir. Üniversite öğrencileriyle yürütülen benzer bir çalışmada da internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında düşük düzeyli negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiş, sosyalleşme ihtiyaçlarından mahrum olan bireylerin, bu ihtiyaçlarını doyuma ulaştırmak için SM platformlarına başvurdukları ve bu vesileyle yalnızlıklarını giderdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Keresteci, 2021).

Kuss ve Griffiths (2011)'e göre SM ağırlıklı olarak sosyal amaçlar için kullanılmaktadır. Yani SM, bireylerin sosyal çevreleriyle ilişkilerini sınırsız şekilde yürütebildikleri sosyal ortamlardır. Öyle ki SM kullanıcıları, oluşturdukları sanal profiller aracılığıyla kendilerini ifade edebilmekte, elde ettikleri başarı veya deneyimleri potansiyel olarak geniş bir kitleye duyurabilmekte, beğeni, yorum ve mesajlar aracılığıyla diğer kullanıcılarla etkileşim kurabilmekte ve yeni insanlar tanıyarak sosyal çevrelerini genişletebilmektedirler (Andreassen vd., 2017). Bu sebeple, SMB'nin oluşmasındaki temel motivasyonun bağlantı kurma ihtiyacı

ve etkileşimler olduğu düşünülmektedir. Nitekim Kuss ve Griffiths (2011) bireylerin sosyal beklentileri SM aracılığıyla karşılandıkça bağımlılık geliştirme potansiyellerinin ortaya çıktığını ifade etmektedirler. Bu da akla Kullanımlar ve Doyumlar Teorisi'ni getirmektedir. Bireyler ihtiyaçlarını, eksik kalan doyumlarını karşılayabilmek için haz odağına yönelmektedir (Özer, 2017). Buna göre SM kullanımı bireyleri doyuma ulaştırıyor ve haz almalarını sağlıyorsa, kullanımlarının aşırılışması ve SMB'nin gelişmesi beklenebilmektedir. Mevzu bahis doyum ve haz, bağlantı kurma ve etkileşimlerden alınan doyum ve hazzı işaret ettiği için bireylerin yalnızlık düzeylerinin de düşük olması beklenmektedir. Tüm bu bilgiler, SMB'nin neden yalnızlığı negatif yordadığına dair bir bakış açısı sunuyor olabilir.

SMB ile yalnızlık arasındaki pozitif ilişkiye işaret eden kaynaklar incelendiğinde (Turkle, 2011, akt: Uram ve Skalski, 2020; Tutgun Ünal, 2015), SMB sahibi bireylerin aşırı SM kullanımları dolayısıyla yüz yüze etkileşimlerden taviz verdikleri veya SM ortamının yüzeysel etkileşime müsaade etmesi dolayısıyla nitelikli iletişim gerçekleştiremedikleri ve yalnızlaştıkları ifade edilmektedir. Bu da araştırma bulgumuzla, ilgili literatür bulguları arasındaki temel çelişkiyi açıklıyor olabilir. Yani dijital gelişmelere entegre yetiştirilmiş bir nesil için, somut hayatta temsiller oluşturmaktansa, sanal ortamda güçlü temsiller oluşturmak ve akranlarıyla sanal yollar aracılığıyla etkileşim kurmak daha tercih edilebilir olabilir. Çünkü SM ortamı, arzu ettikleri benlik sunumunu diledikleri gibi dizayn ettikleri ve bunu istedikleri sınırlara ulaştırabildikleri, böylece sosyal kimliklerini etkili şekilde inşa edebildikleri özellikler taşımaktadır (Oberst vd., 2017). Nitekim çalışma grubumuz ergenlerden oluştuğu ve ergenlik döneminin karakteristik özelliklerini (sosyal kimlik oluşturma, akranlar arasında sosyal kabul görme, statü kazanma vb.) yerine getirme gayesinde oldukları düşünülürse, yalnızlıklarını giderebilmek veya sosyal ilişkiler geliştirebilmek ve bunu SM aracılığıyla gerçekleştirmek ergenler için önem arz ediyor olabilir. Nitekim Rachubinska ve arkadaşlarının (2021) SMB ile sosyal yalnızlık arasında tespit ettikleri negatif ilişkiler bizim bu görüşümüzü destekler niteliktedir.

Sonuç olarak lise öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlıkları arasında negatif ilişki tespit edilmiş, SMB'lerinin yalnızlıklarını negatif yönde yordadığı ortaya koyulmuştur. İncelenen ilgili çalışmalar, elde ettiğimiz bulgunun, genel literatür bulgularıyla çeliştiğini göstermektedir. Ortaya çıkan bu farklılığın örneklem grubumuzun -belki de bugünün ergenlerinin- SM'ye karşı tutumlarının farklı olabileceğinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Genel literatürü kapsamayan bir bulgu olması sebebiyle, bu konunun daha derinlemesine ele alınması gerektiği

düşünülmektedir. Elde ettiğimiz bulguya göre SMB olarak adlandırdığımız kavram, aslında bugünün ergenlerinin yaşam tarzı olabilir. Bu sebeple, bu tema hakkında mümkün olduğunca farklı örneklerle yeniden tekrarlanması gerektiği düşünülmektedir.

Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile gelişmeleri kaçırma korkuları arasındaki ilişkinin incelenmesi

İncelediğimiz bir diğer doğrusal ilişki, SMB ile GKK arasındaydı. Yürütülen analizler sonucunda, GKK ile SMB arasında orta düzeyli pozitif korelasyonun var olduğu ($p<.001$, $r=.43$) ve SMB'nin GKK'yi pozitif yönde yordadığı ($\beta=.52$, $p<.001$) bulgularına erişilmiştir. Erişilen bu bulgulara göre lise öğrencilerinin SMB düzeylerinde yaşanacak artışın, GKK düzeylerinde de orta düzeyde artışa sebep olacağı yorumu yapılabilmektedir. Literatürde incelediğimiz ilgili çalışmaların tamamının bulgularının, bizim çalışmamızın bulgularıyla örtüştüğü ve aksi bir bulguya rastlanmadığı gözlenmiştir (Balcı ve Bal, 2022; Brailovskaia vd., 2023; Casale vd., 2018; Coşkun ve Karayağız Muslu, 2019; Fioravanti vd., 2023; Hamutoğlu vd., 2020; Kovan ve Ormancı, 2021; Rahardjo ve Soetjningsih, 2022; Tunç Aksan ve Akbay, 2019). Örneğin Koçak ve Traş (2021) çalışmalarında, SMB ile GKK arasında orta düzeyli pozitif korelasyon elde etmişlerdir. ABD'de yürütülen benzer bir çalışmada da SMB ile GKK arasında pozitif korelasyon tespit edilmiş ve GKK'nin bir bağımlılık tarzı olduğunun altı çizilmiştir (Blackwell vd., 2017). Çağlayan ve Arslantaş (2023)'ta benzer bir bulguya ulaşmışlar, artan SMB'nin, bireyleri medyada yaşanan gelişmelere daha duyarlı hale getirebileceği ve bu sebeple yüksek SMB'ye sahip bireylerin daha yüksek GKK yaşadıklarını bildirmişlerdir.

Yordamsal ilişkiler incelendiğindeyse, SMB ve GKK'nin hangisinin diğerini yordadığı hakkında henüz fikir birliği sağlanamadığı görülmüştür (Przybylski vd., 2013). Mevzu bahis çalışmalar genel anlamıyla kesitsel model ile yürütüldüğü için, GKK ile SMB arasındaki ilişkinin yönü kestirilememektedir (Fioravanti vd., 2021). Zıvıdır ve Karakul (2023) üniversite öğrencileriyle yürüttükleri çalışmada SMB'nin GKK'ye sebep olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Przybylski ve arkadaşları (2013) GKK ile SMB arasındaki ilişkinin çift yönlü olabileceği ve bir kısır döngü barındırıyor olabileceği üzerinde durmuşlardır. Bu bağlamda, GKK'nin yoğun SM kullanımı konusunda bireyleri harekete geçirdiği, belli bir düzeyden sonra bağımlılık geliştiği, gelişen bu bağımlılığın daha çok GKK yarattığı yorumunu yapmak yanlış olmayacaktır (Hamutoğlu vd., 2020).

Sonuç olarak bu kısımda lise öğrencilerinin SMB düzeyleri ile GKK düzeyleri arasındaki doğrusal ilişkiler incelenmiş, artan SMB'nin, GKK'ye yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Erişilen alanyazın kaynaklarının tamamında bizim bulgularımıza paralel sonuçlar elde edildiği gözlenmiştir. Tüm bu sonuçlar nezdinde, SMB ile GKK'nin birbiri içine geçmiş, birbirini besleyen iki kavram olduğu yorumu yapılabilmektedir. Yaşanan güncel gelişmeleri takipte olamama, sosyal etkileşimlerden uzak kalma düşünceleri gibi nedenler bireyler üzerinde GKK yaratıyor olabilir (Przybylski vd., 2013). Ortaya çıkan bu kaygı durumu bireyleri sürekli SM kullanımına teşvik ediyor olabilir. Giderek düzeyi artan SM kullanımının, bir süre sonra aşırılaşacağı ve bağımlılığa dönüşeceği, bağımlılığa dönüşen SM kullanımının, GKK'yi daha derinden tetikleyeceği düşünülmektedir (Uram ve Skalski, 2020). Psikososyal açıdan kimlik geliştirme döneminde olan ergenlerin, gerek dijital ortamlarda arkadaşlarının takip ettiği gelişmelerden geri kalma kaygıları, gerekse etkileşimlerinde kendilerini ispat etme istekleri sebebiyle sürekli olarak SM'de çevrimiçi olmaları konusunda bir dürtüsellik yaşıyor olabilecekleri düşünülmektedir (Ercengiz, 2020). Ayrıca SM'nin sürekli kendini yenileyen, interaktif ve zaman tanımaz yapısının da ergenler üzerinde bir albeni oluşturup, sürekli SM kullanımına teşvik ediyor olabileceği hem SMB hem de GKK düzeyleri üzerinde bir pekiştireç görevi görüyor olabileceği düşünülmektedir. Aradaki ilişkilerin en temel sebeplerinin ve aralarındaki etkileşim yönünün anlaşılabilmesi içinse bu konuda yapılacak boylamsal ve nitel çalışmaların önem arz ettiği düşünülmektedir.

Lise öğrencilerinin yalnızlıkları ile gelişmeleri kaçırma korkuları arasındaki ilişkinin incelenmesi

İncelenen son doğrusal ilişki ise GKK ile yalnızlık arasındadır. Yürütülen analizler, GKK ile yalnızlık arasında negatif yönlü korelatif ilişkinin varlığını ($r=-.18, p<.01$) ve GKK'nin yalnızlığı negatif yönde yordadığını ($\beta=-.11, p<.05$) göstermektedir. Bu bulgular, düşük düzeyde etkisi olsa da artan GKK'nin, bireylerin yalnızlık duygularını azalttığını göstermektedir. Ancak literatürdeki kaynaklar, genel anlamda elde ettiğimiz ilişkiyle ters yönde bulgular sunmaktadır. Örneğin Mousavi ve arkadaşları (2023) ergenlerle yürüttükleri çalışmada GKK ile yalnızlık arasında pozitif ilişki bildirmişlerdir. Barry ve Wong (2020) GKK'nin yalnızlığı pozitif yordadığı bulgusuna erişmişlerdir ve hem yetişkinlerde hem de ergenlerde bu durumun farklılık göstermediğini ifade etmişlerdir. Benzer şekilde Fumagalli ve arkadaşları (2021) yüksek GKK'nin, yalnızlığa yol açtığını bildirmişlerdir. Bernard (2020)'da benzer bir sonuca erişmiş, bireylerin sosyal ağlarda gördükleri içeriklerle kendilerini kıyasladıklarını bunun da kıskançlık ve yalnızlık duygularını arttırdığını ifade etmiştir. Bu bağlamda

literatürdeki bulgular, GKK'nin yalnızlığa yol açmasının beklenebilir bir durum olduğunu göstermektedir (Fumagalli vd., 2021). Fakat bu duruma farklı bir bakış açısıyla yaklaşmakta mümkündür.

GKK genel anlamıyla, bireylerin sosyal etkileşim fırsatını, yeni bir deneyimi veya tatmin edici bir olayı kaçırabileceklerine dair sahip oldukları endişe şeklinde tanımlanabilir (Dossey, 2013). Günümüzde bu endişe daha çok internet ve SM ile ilişkilendirilmektedir (Chan vd., 2021). Yani dijital çağda yaşanan teknolojik gelişmeler ve iletişim araçlarının yaygınlaşması, bilgiye erişimi ve sınırlar olmadan diğer insanlarla etkileşim kurabilmeyi daha kolay hale getirmiştir (Kovan ve Ormancı, 2021). Fakat bu gelişmeler, sürekli bağlantıda kalmak, sürekli güncel olmak ve yeni gelişmeleri anlık olarak takipte olmak gibi zorundalıkları da beraberinde getirmiştir (Przybylski vd., 2013). Bu durum bireyleri sürekli çevrimiçi olmaya ve sık sık SM'de yaşanan aktiviteleri kontrol etmeye yönlendirmekte ve dijital ortamlardan mahrum kaldıkça GKK düzeylerinin artmasına neden olmaktadır (Alutaybi vd., 2019). Özellikle ergenler için dijital ortamın önemi düşünüldüğünde, dijital platformlarda varlık gösterememek veya bu platformlardan uzak kalmak, sosyal ağlarında yaşanan gelişmelerden eksik kaldıklarına dair kaygı yaşamalarına sebep olabilir. Ortaya çıkan bu kaygı durumununsa çeşitli olumsuz duyguları meydana getirmesi beklenebilir bir durumdur. Ancak kişisel özellik faktörünün de GKK'nin birey üzerindeki etkisinin ne olacağına dair belirleyici bir rol üstlenmesi olasıdır. Yani GKK kimi bireylerde yalnızlık duygularını tetikleyebilirken (Fumagalli vd., 2021), kimi bireylerde bu kaygılarını giderebilmek için SM katılımlarını ve etkileşimlerini arttırmalarıyla (Oberst vd., 2017) sonuçlanabilir. Bu bağlamda Barry ve Wong (2020)'un GKK'nin sadece SM katılımının bir işlevi olarak düşünülmesinin, bireysel farklılıkların GKK üzerindeki rolünü yok saymak anlamına gelebileceği görüşü bizim görüşlerimizle tutarlıdır.

GKK'nin yetersizlik ve yalnızlık gibi duyguları ortaya çıkaran bir kaygı durumu oluşu literatürdeki bazı kaynaklar tarafından desteklenmektedir (Barry ve Wong, 2020; Fumagalli vd., 2021; Przybylski vd., 2013). Fakat nihayetinde GKK'nin birey üzerindeki etkisinin ne olacağını kişisel özellikleri belirliyor olabilir. Yani GKK yaşayan birey ortaya çıkan olumsuz durumları içselleştirerek derinleştirebilir veya GKK'nin sebep olduğu huzursuzluk ve dürtüsellelikle kaygı yaratan durumu ortadan kaldırmaya yönelik harekete geçebilir. Örneğin birey GKK aracılığıyla ortaya çıkan yetersizlik duygusunu, yetersiz hissettiği alanlarda kendisini geliştirerek gidermeye çalışabilir veya yalnızlık duygusunu gidermek için

etkileşimlerini sıklaştırabilir veya artan dürtüsellikle haz odağı olan SM'ye daha fazla yönelebilir. Bu da GKK'nin kişiden kişiye farklılaşan etkilerinin olduğunu gösteriyor olabilir. Nitekim Turkle (2011) GKK'nin sürekli bağlantıda kalmayı teşvik eden bir yönünün olduğunu, bu sebeple de psikolojik sağlık ve iyi oluşla bağlantılı olduğunu ifade etmektedir (Akt: Przybylski vd., 2013). Bu da elde ettiğimiz bulgunun sebebini ve diğer çalışmalarla aradaki farklılığın hangi sebepten kaynaklandığını açıklıyor olabilir. Buna göre GKK ile yalnızlık arasındaki ilişkiye dair elde ettiğimiz bulguyu diğer bulgularımızla beraber bütüncül şekilde sentezleyecek olursak; lise öğrencilerinin SMB'leri GKK'leri ile pozitif ilişkilidir ve artan SMB düzeyleri, yalnızlıklarını düşürmektedir. Bu bilgiler yorumlanacak olursa birey ne kadar yüksek düzeyde GKK yaşarsa o sıklıkta SM'ye başvuracaktır ve SM kullanımı ne kadar sıklaşırsa, yalnızlık seviyeleri de o ölçüde düşecektir. Bu yorum GKK ile yalnızlık arasındaki negatif yönlü ilişkiye bir bakış açısı sunarken, aynı zamanda SM'de çevrimiçi olmanın ve SM etkileşimlerinin ergenler için ne denli önem arz ettiği hakkında da fikir sağlamaktadır.

Sonuç olarak, lise öğrencilerinin GKK ve yalnızlıkları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, GKK'nin yalnızlık üzerindeki negatif etkisi dikkat çekici bir bulgudur. Çünkü bu bulgu, beklenenin aksine GKK'nin yalnızlığı azaltıcı etkisine işaret etmektedir. GKK'nin bir kaygı durumu olması sebebiyle diğer olumsuz duygularla ilişkili olması normal görülmektedir. Fakat kişisel özelliklere dayalı olarak, bireylerin bu kaygı durumuyla baş etme stratejilerinin, GKK'nin olumlu ya da olumsuz etkilerinin belirleyicisi olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda GKK'nin, bireyleri sürekli bağlantıda kalmaya teşvik etmesi, etkileşimlerini ve SM katılımlarını artırmalarına, böylece yalnızlık duygularının azalmasına sebep oluyor olabilir. Bu sebeple GKK'nin, yalnızlık duyguları üzerindeki etkisini daha iyi anlayabilmek için teknolojik gelişmelerin ve dijital dünyanın, ergen psikolojisi üzerindeki etkilerini dikkate almak önemlidir. Yani GKK ile yalnızlık arasındaki negatif yönlü ilişki, ergenlerin SM kullanımının yalnızlıklarını azaltıcı işlevini destekliyor, sosyal bağlantıları ve psikolojik iyi oluşları açısından arz ettiği önemi vurguluyor olabilir. Bu kapsamda GKK'nin doğasının ve günümüzde dijital dünyanın bireyler için ne anlam ifade ettiğinin daha iyi anlaşılabilmesi için, bu konunun daha derinlemesine ele alınması ve bu konuda özellikle nitel çalışmalar yürütülmesi önerilmektedir.

5.1.5. Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun aracılık rolüne ilişkin bulguların incelenmesi

“Lise öğrencilerinin SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide GKK’nin aracılık rolü var mıdır?” sorusuna bir cevap bulabilmek için SMB, GKK ve yalnızlık arasındaki ilişkileri içeren bir ölçüm modeli tasarlanmıştır. Tasarlanan bu model geçmişte yürütülen çalışmalarla (Fumagalli vd., 2021, Mao vd., 2023) tutarlılık göstermektedir. Yürütülen YEM neticesinde, lise öğrencilerinin SMB’lerinin yalnızlıkları üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı yollardan etki sağladığı tespit edilmiştir. GKK’ninse SMB ile yalnızlık arasındaki bu ilişkide kısmi aracılık rolü üstlendiği ve standardize edilmiş dolaylı etki katsayısının anlamlı olduğu gözlenmiştir. Yani yalnızlıkla SMB arasındaki ilişkiye GKK’nin etkisi dahil edildiğinde, SMB’nin yalnızlıkla olan ilişkisini kısmi olarak GKK üzerinden yürüttüğü tespit edilmiştir. Bu da SMB’nin yalnızlığı doğrudan yordamasının yanı sıra GKK’nin aracılık etkisiyle dolaylı yoldan da yordadığını göstermektedir. Elde edilen bu sonuçlara göre, lise öğrencilerinin SMB düzeyleri yükseldikçe, GKK düzeyleri de yükselmekte ve GKK düzeyleri yükseldikçe yalnızlık düzeylerinde düşüş görülmektedir. Tam tersi ele alındığındaysa lise öğrencilerinin SMB düzeylerindeki düşüş, GKK düzeylerinde de düşüşe sebep olacaktır ve GKK düzeylerindeki bu düşüşe yalnızlık düzeylerinin yükselmesi eşlik edecektir.

İlgili alanyazın incelendiğinde, SMB, GKK ve yalnızlığı birlikte ele alan sınırlı kaynağa erişilebilmiştir (Barry ve Wong, 2020; Fumagalli vd., 2021; Mao vd., 2022; O’Brien, 2022; Tatlı ve Atalan Ergin, 2022; Zhao, 2021). Bunlardan yalnızca ikisi, aracılık rolüne ilişkin modelimize eş modeli sınamaktaydı. Buna ek olarak modelimize benzer özellikler içeren çalışmalarda incelenerek bir sonuca ulaşılmaya çalışılmıştır. Örneğin Fumagalli ve arkadaşları (2021) genç yetişkinlerin sosyal ağ kullanımları ile yalnızlıkları arasında pozitif ilişkiler bulunduğunu ve GKK’nin bu ilişkiye aracılık ettiğini tespit etmişlerdir. Fakat SM’nin etkileşimler için mi yoksa içerik tüketimi için mi kullanıldığının bu ilişkide belirleyici bir rol oynadığının altını çizmişlerdir. Mao ve arkadaşları (2023) üniversite öğrencileriyle yürüttükleri çalışmada, sınıadığımız modeli derinleştirerek aktif ve pasif SM kullanımının GKK aracılığıyla yalnızlığı yordayıp yordamadığını incelemiştir. Bu çalışmanın sonucuna göre pasif SM kullanımı yalnızlığı arttırmaktadır ve GKK bu ilişkide önemli bir aracılık rolü üstlenmektedir. Yine Tatlı ve Atalan Ergin (2022)’de Türkiye’de ergenlerle yürüttükleri çalışmada, GKK ile yalnızlık arasında pozitif yönlü bir ilişki ve problemlili internet kullanımının bu ilişkiye aracılık ettiği yönünde bir sonuca erişmişlerdir. Barry ve Wong (2020) farklı yaş gruplarıyla

yürüttükleri çalışmada, GKK ile yalnızlık arasında çift yönlü ilişkilerin söz konusu olduğunu, aşırı SM kullanımı sergileyen bireylerde bu durumun derinleştiğini bildirmişlerdir.

İlgili alanyazın incelendiğinde (Bonsaksen vd., 2021; Pittman ve Reich, 2016) SMB ile yalnızlık arasındaki yordayıcı ilişkinin pozitif yönlü mü yoksa negatif yönlü mü olduğu hakkında tartışmaların hala devam ettiği bilinmektedir. Bildirilen araştırma bulguları, GKK'nin daha çok SMB ile yalnızlık arasındaki pozitif ilişkilere aracılık ettiğini göstermektedir (Fumagalli vd., 2021). Bu da araştırma bulgumuzla ters yönde ilişkilere işaret etmektedir. Ortaya çıkan bu temel farklılığın bireylerin özellikle de ergenlerin SMB boyutlarından ziyade, SM'yi nasıl kullandıklarıyla ilişkili olduğunu düşündürmektedir. Nitekim ilişkili bazı çalışmalar SMB ile yalnızlık arasındaki ilişkinin yönünün hangi sebeplerden dolayı değişkenlik gösterdiğine ışık tutmaktadır. Örneğin Pittman ve Reich (2016), gençlerin sosyal etkileşimler kurmak, gözlem yapmak gibi aktif ve etkileşimli kullanımlarının daha düşük yalnızlıkla ilişkili olduğunu bildirmiştir. Buna karşın Fumagalli ve arkadaşları (2021) içerik paylaşmak ve sürekli içerik tüketmek gibi etkileşimsiz pasif eylemlerin bireylerin yalnızlıklarını arttırdığını bildirmişlerdir. Bu bağlamda Verdyun ve arkadaşları (2017) SM'nin aktif kullanımının bireylerin öznel iyi oluşlarıyla ilişkili olduğunu, pasif kullanımlarınsa bireyleri kıskançlık ve sosyal karşılaştırmaya yönlendirdiğini böylece SM'den olumsuz etkilenmenin söz konusu olduğunu ifade etmiştir. Bu bilgiler bağlamında, mevcut çalışmalar ile elde ettiğimiz bulgu arasındaki çelişki, örneklem gruplarımız arasındaki SM kullanım tutumlarının farklılığından kaynaklanıyor olabilir. Nitekim çalışma grubumuzun kullandığı en popüler ikinci uygulamanın, Whatsapp olması, SM'yi daha çok etkileşimleri için kullandıklarına bir kanıt oluşturur niteliktedir.

Elde ettiğimiz aracılık rolü bulgusu ele alındığında, lise öğrencilerinin artan SMB düzeyleri, artan GKK'ye ve artan GKK ise düşen yalnızlığa işaret etmektedir. Günümüzde ergenler özellikle akranlarıyla etkileşimlerini SM platformları aracılığıyla sürdürmektedir ve hatta günümüzde SM ortamı etkileşimlerini, yüz yüze etkileşimlere tercih etmeleri söz konusu olabilir (Özdemir, 2021). Çünkü dijital ortama entegre olarak yetiştirilen bir neslin, ilgi alanları ve eylemleri de dijital ortama entegre olarak şekillenmektedir (Twenge, 2017). Örneğin çevrimiçi oyunlarla yetiştirilen bireylerin, etkileşimlerini de çevrimiçi oyun temelinde sürdürmeleri beklenmektedir. Bu bağlamda iki birey somut bir ortamda yan yana bulunsalar bile ortak ilgi alanları olan çevrimiçi oyuna yönelebilirler ve biri birleriyle etkileşimlerini sanal kimlikleri üzerinden yürütebilirler. Aynı örnek sosyalleşmeler içinde geçerli olabilir. Yani

ergenler, çevrelerindeki akranları arasında SM kullanımının yaygınlığı sebebiyle sosyalleşme ihtiyaçlarını SM platformları aracılığıyla karşılıyor olabilirler (Boyd, 2014). Nitekim SM platformları özellikle genç kitleleri sürekli çevrimiçi ve etkileşimde tutabilmek için çok çeşitli alanlarda çok çeşitli imkanlar sunarak SM kullanımı davranışlarını pekiştirmektedir (Bhargava ve Velasquez, 2021). Bu da bireylerin kişiselleştirilmiş ilgi alanlarına göre ortak paydada buluşabildikleri diğer insanlarla veya topluluklarla etkileşimlerini daha çok sanal ortam üzerinden yürütmelerine ortam hazırlamaktadır. Böylece SM ortamı kişilerin hayatları içerisinde giderek merkezileşmektedir. Ayrıca ergenlik döneminin karakteristik özelliklerinden bazıları, sosyal kimlik oluşturmaya, sosyal kabul görmeyi, akranları içerisinde bir yer edinmeyi ve yerlerini güçlendirmeyi içermektedir (Çınar Parlak ve Tutgun Ünal, 2021; Longobardi vd., 2020). Günümüzde ergenlerin bu ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri yegâne ortam SM platformlarıdır. Yani bir nevi günümüz ergenleri sosyal varlıklarını SM ortamında göstermektedirler (Oberst vd., 2017). Bu sebeple bu ortam içerisinde yeterli varlık gösterme motivasyonlarının sürekli artan kullanımla birlikte SMB'nin ortaya çıkmasına sebep olduğu düşünülmektedir. Ortaya çıkan SMB sonucunda, SM'den mahrum kalmak veya yeterli varlık gösterememek söz konusu olduğunda, bireylerin etkileşimlerinden ve sosyal ağlarından geri kaldıklarına dair GKK yaşamalarına sebep olacağı düşünülmektedir (Chan vd., 2021). GKK yaşayan bireylerin kaygılarını gidermek adına dürtüsellik yaşadıkları bilinmektedir (Ercengiz, 2020). Bu dürtüsellikle hareket eden bireylerin, SM'de daha fazla zaman geçirmeye yönelmeleri beklenmektedir. Böylece birey sosyal varlığını dilediği gibi dizayn edebildiği ve etkileşimlerini sınırsız bir dünyanın içinde dilediği gibi sürdürebildiği SM ortamına geri dönmüş olur. Bu bağlamda da SM'nin, sosyalleşme açısından bir doyum sağladığı ve böylece bireylerin yalnızlık duygularından arındıklarını bildirmek yanlış olmayacaktır. Elde edilen tüm bu bilgiler, günümüzde, ergenlerin sanal yalnızlık kaygılarının, fiziksel yalnızlık kaygılarının önüne, sosyal yalnızlık kaygılarının da duygusal yalnızlık kaygılarının önüne geçmiş olabileceğine işaret ediyor olabilir.

SMB sahibi bireylerin hayatlarının merkezinde SM ortamı olduğu düşünüldüğünde, SM'deki gelişmelerden ve sanal ortamdaki etkileşimlerinden mahrum kalmaları, bireylerin GKK ve yalnızlık duygularının ortaya çıkmasını beklenebilir kılmaktadır (Barry ve Wong, 2020). Bu bilgi, SMB'nin ve GKK'nin, yalnızlık üzerindeki negatif yordayıcılığını belirleyen ön koşulun, SM'ye diledikleri gibi katılım sergileyebilmeleri olduğunu düşündürmektedir. Bu da günlük SM kullanım süresine dair elde ettiğimiz bulguları akla getirmektedir. Bu bulgular yeniden hatırlanacak olursa, günlük yüksek SM kullanımı bildiren bireylerin, SMB ve GKK

düzeylerinin de yüksek olduğu, günlük dört saat ve üzerinde SM kullanımı bildirenlerin iki saat kullanım bildiren bireylere göre daha düşük yalnızlık bildirdikleri gözlenmişti. Buna göre SMB sahibi bireylerin, SM kullanımında doyuma ulaştıkça yalnızlık düzeylerini negatif yordama gücünün artıyor olabileceğini düşündürmektedir. Bu bağlamda önerdiğimiz modele, günlük SM kullanım süresinin düzenleyici rolü de dahil edilerek SMB, GKK ve yalnızlık arasındaki ilişkiler hakkında daha detaylı bilgi edinilebileceği düşünülmektedir.

Özetle, lise öğrencilerinin SMB düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki, ilişkide GKK'nin aracılık rolünü incelediğimiz modelimiz anlamlı sonuçlar vermiştir. Yani SMB ve yalnızlık ilişkisine GKK'nin kısmi olarak aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Nispeten GKK'nin literatüre yeni kazandırılmış bir kavram olması sebebiyle, modelimize eş modeli sınayan oldukça sınırlı kaynağa rastlanmıştır. Ulaşılan bu kaynaklar incelendiğinde (Fumagalli vd., 2021; Mao vd., 2023) genel anlamıyla, GKK'nin aracılık rolü hipotezimizi doğrulayan çalışmalar olduğu, fakat yordamsal ilişkiler açısından bulgumuzla çeliştiği kanaatine varılmıştır. Örneklem gruplarının, SM'yi kullanım tutumlarının farklılık göstermesi, zaman ve coğrafyaya bağlı olarak ergenlerin SM'ye bakış açılarında değişiklikler yaşanması gibi sebeplerin, ortaya çıkan bu çelişkiyi açıklıyor olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca erişebildiğimiz kaynaklar, elde ettiğimiz bulguya tam anlamıyla benzer bir bulgunun henüz literatürde yer almadığını göstermektedir. Bu bağlamda elde ettiğimiz bulgunun özgün bir bulgu olduğu ve günümüz ergenlerinin SMB, GKK ve yalnızlık ilişkilerine farklı bir perspektif sunarak literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Günümüzde SM kullanımının ciddi düzeyde yaygınlaştığı ve aşırılaştığı düşünüldüğünde, geçmişte bilinen bazı gerçeklerin günümüzde başkalaşıma uğramış olabileceği düşünülmektedir. SM platformlarının insan hayatına sağladığı çeşitlilikler ve kolaylıklar, bazı eylem ve aktivitelerin, gerçek hayattaki muadillerine karşı SM platformlarının tercih sebebi olmasına ortam hazırlıyor olabilir. Örneğin teknoloji olmadan birey yan mahallede oturan kardeşiyle iletişime geçebilirken, teknolojinin etkisiyle dünyanın diğer ucundaki kardeşiyle zaman ve mekân tanımaksızın, anlık olarak etkileşime geçebiliyor. Bu sebeple gerçek hayat içerisinde, zamansal, ekonomik, mekânsal anlamda sarfiyat gerektiren tüm olgular, mümkün olduğu ölçüde dijital ortama entegre edilmeye çalışılmaktadır. Aynı zamanda bir kesimin gelir kaynağı olan dijital endüstri, dijital popülasyondaki her bireyi ayrı ayrı tanımaya çalışarak, kişiselleştirilmiş hizmet sunmaya, böylece platforma duyulan bağlılığı arttırmaya odaklanmaktadır. Bunun sonucunda kişisel konfor alanına sahip olan bireyler,

SM'ye daha sıkı sıkıya bağlanmakta, daha zamansız ve daha sık katılım göstermektedirler. Günümüzde her bireyin hayatında küçük ya da büyük rol sahibi olan SM hakkında yürütülen araştırmaların derinleştirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu bağlamda SMB'nin ne olduğuna dair yeni tanımların geliştirilmesi, altında yatan motivasyonlar hakkında daha derinlemesine incelemeler yürütülmesi, belirtilerinin ve tanı kriterlerinin bugünü kapsayacak şekilde revize edilmesi, başka kavramlarla ilişkilendirilerek hangi sonuçları ortaya çıkardığına dair daha nitelikli bilgilere erişilmesi önemlidir. Çünkü SMB'nin sadece aşırı SM kullanımı olarak tanımlanamayacak kadar komplike bir kavram olduğu düşünülmektedir. Özellikle dijital çağın her fonksiyonuyla içli dışlı olan ergenler hakkında detaylı çalışmalar yürütülebilmesi için, günümüz ergenlerinin gözünde SM'nin ne anlama geldiğinin doğru anlaşılmasının önem arz ettiği düşünülmektedir.

5.2. Sonuç

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin SMB, GKK ve yalnızlıkları arasındaki korelasyon ve yordamsal ilişkileri incelenmiş, çeşitli betimleyici değişkenler (cinsiyet, okul türü, SM'de günlük geçirilen süre) açısından farklılaşma durumları gözlenmiş, SMB'leri ile yalnızlıkları arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolüne ilişkin tespitlerde bulunulmuştur. Yapılan analizler sonucunda araştırmanın amacına uygun bazı bulgular elde edilmiş, elde edilen bulgular ilgili literatürle tartışılmış ve birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmamızdan elde ettiğimiz sonuçlar aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır.

1. Lise öğrencilerinin SMB ve yalnızlık düzeyleri arasındaki doğrudan ilişkiler incelendiğinde; aralarında düşük düzeyli negatif korelasyon tespit edilmiştir. Ayrıca SMB'nin yalnızlığı düşük düzeyde negatif yordadığı araştırmamızın bir diğer sonucudur.
2. Lise öğrencilerinin SMB ve GKK düzeyleri arasındaki doğrudan ilişkiler incelendiğinde; aralarında orta düzeyli pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Ayrıca SMB'nin GKK'yi yüksek düzeyde pozitif yordadığı araştırmamızın bir diğer sonucudur.
3. Lise öğrencilerinin GKK ve yalnızlık düzeyleri arasındaki doğrudan ilişkiler incelendiğinde; aralarında düşük düzeyli negatif korelasyon tespit edilmiştir. Ayrıca GKK'nin yalnızlığı düşük düzeyde negatif yordadığı araştırmamızın bir diğer sonucudur.

4. Lise öğrencilerinin SMB'leri ile yalnızlıkları arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolü incelendiğinde, GKK'nin bu ilişkide kısmi aracılık rolü üstlendiği tespit edilmiştir. Buna göre GKK'nin aracılık etkisi devreye girdiğinde, SMB, yalnızlıkla olan yordamsal ilişkisinin bir kısmını GKK üzerinden yürütmektedir.
5. Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinde kadınların lehine anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. SMB ve GKK düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.
6. Lise öğrencilerinin öğrenim gördükleri okul türlerine göre yalnızlık düzeylerinde anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. Buna göre Anadolu lisesi öğrencilerinin, meslek lisesi öğrencilerine göre anlamlı ölçüde daha yalnız oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Okul türüne göre SMB ve GKK düzeylerinde anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.
7. Lise öğrencilerinin günlük SM kullanım süresine göre SMB, GKK ve yalnızlık düzeylerinde anlamlı farklılaşmalar tespit edilmiştir. Buna göre, günlük 1-2 saat aralığında SM kullanımına sahip bireylerin, 4 saat ve üzeri kullanıma sahip bireylerden anlamlı derecede daha yüksek yalnızlığa sahip oldukları tespit edilmiştir. Günlük 4 saat ve üzeri SM kullanımına sahip bireylerin, 2-4 saat, 1-2 saat, 0-1 saat aralığında kullanım sergileyen bireylere göre; günlük 2-4 saat SM kullanımına sahip bireylerin, 1-2 saat, 0-1 saat aralığında kullanım sergileyen bireylere göre; günlük 1-2 saat SM kullanımına sahip bireylerin, 0-1 saat aralığında kullanım sergileyen bireylere göre SMB düzeylerinin anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Günlük 4 saat ve üzeri SM kullanımına sahip bireylerin, 1-2 saat, 0-1 saat aralığında kullanım sergileyen bireylere göre; günlük 2-4 saat SM kullanımına sahip bireylerin, 0-1 saat aralığında SM kullanımı sergileyen bireylere göre GKK düzeylerinin anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

5.3. Öneriler

1. Araştırmada kadın lise öğrencilerinin erkeklere göre ve Anadolu lisesi öğrencilerinin meslek lisesi öğrencilerine göre daha yüksek yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Ortaya çıkan bu farklılaşmanın nedenlerinin anlaşılabilmesi için ilgili evrenden seçilecek çalışma grupları ile derinlemesine görüşme deseninde nitel çalışmaların yürütülmesi önerilmektedir.
2. Araştırmada SMB ve GKK arasında orta düzeyli pozitif korelasyon ve SMB'nin GKK'yi yüksek düzeyde pozitif yordadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca GKK ve SMB düzeylerinin, günlük SM kullanım süresine göre farklılaşma durumları da

paralellik göstermektedir. Elde edilen bu sonuçlar, potansiyel güçlü bir ilişkiye işaret ediyor olabilir. Bu bağlamda, SMB ve GKK'nin birbirini nasıl etkilediği konusunda çift yönlü ve daha derinlemesine araştırmalar yürütülmesi önerilmektedir. SMB'nin GKK'yi tetikleyip tetiklemediği veya GKK'nin SMB'yi artırıp artırmadığı konusundaki çift yönlü ilişkiyi anlamak, daha bütüncül çözümler geliştirmeyi sağlayabilir.

3. Araştırmada SMB ve GKK'nin yalnızlığı negatif yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu da elde edilen sonuçların, ilgili literatür bulgularıyla genel anlamıyla çeliştiğini göstermektedir. Bu durumun potansiyel sebeplerinin ortaya konulabilmesi için GKK ve SMB'nin yalnızlığı yordamasıyla ilgili daha derinlemesine çalışmalar yürütülmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu bağlamda önerilen ölçüm modelinin farklı kohortlarla yeniden uygulanması ve değişkenler arasındaki ilişkileri daha iyi anlamak için boylamsal ve nitel çalışmalar yürütülmesi önerilmektedir. Bu tür çalışmalar, SMB ve GKK'nin, yalnızlığı nasıl etkilediğini ve zaman içerisindeki değişim dinamiklerini ortaya koyabilir.
4. Araştırmada, günlük SM kullanım süresi 4 saat ve üzerinde olan bireylerin, günlük SM kullanım süresi 1-2 saat aralığında olan bireylere göre daha yüksek SMB ve GKK yaşadıkları, buna karşın daha düşük yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda günlük SM kullanım süresindeki farklılıkların, önerilen ölçüm modelinin sonuçları üzerinde ayırt edici bir faktör olabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple önerilen ölçüm modelinin, modele günlük SM kullanım süresi düzenleyici değişken olarak atanarak yeniden test edilmesi önerilmektedir. Bu uygulama farklı SM kullanım düzeylerinde, SMB ve GKK'nin yalnızlığı yordama gücünde yaşanacak değişimlere dair ayırt edici bilgiler sağlayabilir.
5. Lise öğrencilerinin SMB, yalnızlık ve GKK düzeyleri, çalışma grubumuzun ilgili ölçeklere verdikleri cevaplar ile sınırlıdır. Bu tema hakkında yürütülecek çalışmalarda ergenlerin GKK, SMB ve yalnızlıklarına dair öz algılarının yanı sıra, ebeveyn görüşlerinin de değerlendirmeye alınması bu konu hakkında daha çevreli bilgiler sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Acun , F. (2020). Dijital tarih ve dijital tarihçiliğin tarihyazımına etkisi üzerine. *Journal of Historiography*, 2(1), 66-90.
- Akar, E. (2010). Sanal toplulukların bir türü olarak sosyal ağ siteleri – Bir pazarlama iletişimi kanalı olarak işleyişi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 107-122.
- Akbaş Coşar, H., & Gedik, H. (2021). Öğretmen adaylarının sosyal medya bağımlılığı ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bayterek International Journal of Academic Research (BIJAR)*, 4(1), 32-65. doi:10.48174/buaad.932899
- Akbulut, Z. (2022). *14-18 Yaş Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Bilecik İli Örneği)* . Yüksek Lisans Tezi. Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Bilecik.
- Aksak, M. (2017). *Farklı Lise Türlerine Devam Eden Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Tutumları ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Gaziosmanpaşa İlçesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Akyazı, E., & Tutgun Ünal, A. (2013). İletişim fakültesi öğrencilerinin amaç, benimseme, yalnızlık düzeyi bağlamında sosyal ağları kullanımı. *Global Media Journal: Turkish Edition*, 3(6), 1-24.
- Akyol Güner, T., Demir, İ., & Erdem, S. (2022). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile akademik öz yeterlik ve yalnızlık arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 12(3), 508-518. doi:10.5961/higheredusci.1139247
- Albayrak, E. S. (2020). Sosyal medya platformlarında dijital detoks: Deneysel bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(44), 252-266.
- Alhabash, S., & Ma, M. (2017). A tale of four platforms: Motivations and uses of Facebook, Twitter, Instagram and Snapchat among college students? *Social Media + Society*, 3(1), 1-13. doi:10.1177/20563051176915

- Al-Menayes, J. (2016). The fear of missing out scale: Validation of the Arabic version and correlation with social media addiction. *International Journal of Applied Psychology*, 6(2), 41-46. doi:10.5923/j.ijap.20160602.04
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111-119. doi:10.1016/j.chb.2015.02.057
- Alutaybi, A., McAlaney, J., Arden-Close, E., Stefanidis, A., Phalp, K., & Ali, R. (2019). Fear of Missing Out (FoMO) as Really Lived: Five Classifications and one Ecology. *6th International Conference on Behavioral, Economic and Socio-Cultural Computing (BESC)*, (s. 1-6). doi:10.1109/BESC48373.2019.8963027
- Amaghani, F. F. (2016). *10. ve 11. Sınıf Lise Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Medya İlişkin Tutumlarının İncelenmesi (Kadıköy İlçesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Andreassen, C. S. (2012). Development of a facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517. doi: 10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017a). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(8), 959-964.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017b). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. doi:10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- Aras, A. (2019). Sosyal medyada sessizleştirme: Üniversite öğrencileri üzerinde bir uygulama. *Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 4(7), 66-91.
- Argan, M., Tokay Argan, M., & İpek, G. (2018). Keşke olsaydım! Bir fomo tüketicinin (fomsumer) anatomisi. *İnternet Uygulamaları ve Yönetimi*, 9(1), 44-57.
- Argın, S. F. (2013). *Ortaokul ve lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumlarının incelenmesi (Çekmeköy örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Armağan, A. (2014). Yalnızlık ve kişilerarası iletişim ilişkisi: Öğrenciler üzerinde bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(30), 27-43.
- Arslan, A. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas ili örneği. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 63-80. doi:10.30855/gjes.2019.05.02.004
- Asher , S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78. doi:10.1111/1467-8721.01233
- Aslan, E. Ş., & Kolancı, D. (2018). Semantik web'in marka itibarına etkisi üzerine bir araştırma. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(4), 208-220.
- Aslan, P. (2011). *Halkla İlişkilerde Yeni Eğilimler: Sosyal Medya*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Atabay, E., Ata, K., & Gezgin, D. M. (2022). Pandemi sonrası sosyal ağlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO): Üniversite öğrencileri arasında nicel bir araştırma. 2.Ahi Evran International Conference on Scientific Research, (s. 541-551). Kırşehir.
- Ayaydın, Y., & Ayaydın, H. Y. (2018). Sosyal medyanın değer oluşturma sürecindeki rolünün öğrenci görüşleriyle incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 16(35), 57-89.
- Aydın, H. (2018). Sosyal medya trendi olan Fomo'nun pazarlama alanında kullanımı üzerine literatür taraması. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(1), 1-9.
- Aydiner Boylu, A., Günay, G., & Ersoy, A. F. (2019). Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal desteğin yalnızlık üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Sosyoekonomi Dergisi*, 27(41), 211-221. doi:10.17233/sosyoekonomi.2019.03.10
- Azad, V., & Singh, M. (2024). Effect Of Fear Of Missing Out (FOMO) on different personality types and loneliness among young adults. *Journal for Re Attach Therapy and Developmental Diversities*, 7(5), 24-28.
- Bahadır, E., Tohumcu, M. U., & Kalender, B. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) üzerine bir gözden geçirme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(2), 771-782. doi:10.26468/trakyasobed.1075175

- Balcı, Ş., & Bal, E. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ile akıllı telefon bağımlılığı ilişkisinde kullanım süresinin aracılık rolü. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 6(2), 103-120. doi:10.51117/metder.2022.29
- Baltacı, Ö. (2019). The predictive relationships between the social media addiction and social anxiety, loneliness and happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73-82. doi:10.29329/ijpe.2019.203.6
- Baron, M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., & Richins, M. T. (2021). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 1-6. doi:10.1016/j.paid.2020.110066
- Barry, C. T., & Wong, M. Y. (2020). Fear of missing out (FoMO): A generational phenomenon or an individual difference? *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(12), 2952-2966. doi:10.1177/0265407520945394
- Bayraktar, M. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Koşullu Öz-Değer Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Samsun.
- Bekman, M. (2021). *Dijital Bağımlılıkta Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO)*. Ankara: Nobel Bilimsel.
- Bernard, C. E. (2020). *Lonley Zs: Examining the Relationships Among Time Spend on Social Networking Sites, the Fear of Missing Out (FOMO), and Loneliness Among Undergraduate College Students*. Doctoral Thesis. Liberty University, Lynchburg, VA.
- Beşkardeşler, G. (2018). *Yapısal Eşitlik Modellemesi ve AMOS Uygulamaları*. Yüksek Lisans Tezi. Osmangazi Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Beyazgül Tosun, A. (2022). *Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Okula Bağlılık ve Aile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.

- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3), 237-247.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72. doi:10.1016/j.paid.2017.04.039
- Bonsaksen, T., Ruffolo, M., Leung, J., Price, D., Tygesen, H., Schoultz, M., & Geirdal, A. Ø. (2021). Loneliness and its association with social media use during the COVID-19 outbreak. *Social Media + Society*, 7(3), 1-10. doi:10.1177/20563051211033821
- Bostancı, M. (2010). *Sosyal Medyanın Gelişimi ve İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları*. Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kayseri.
- Bothma , T., Cosijn, E., Fourie, I., & Penzhorn, C. (2009). *Navigating Information Literacy: Your Information Society Survival Toolkit*. Cape Town.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Boyd, D. (2008). *American Teen Sociality in Networked Publics*. Unpublished Doktoral Thesis, University of Berkeley. California.
- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. Londra: Yale University Press.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-mediated Communication*, 13, 210-230. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x
- Boyd, D., Golder, S., & Lotan, G. (2010). Tweet, Tweet, Retweet: Conversational Aspects of Retweeting on Twitter. *43rd Hawai International Conference on System Science*, (s. 1-10).

- Brailovskaia, J., Ozimek, P., Rohmann, E., & Bierhoff, H. W. (2023). Vulnerable narcissism, fear of missing out (FoMO) and addictive social media use: A gender comparison from Germany. *Computers in Human Behavior*, 144, 1-8. doi:10.1016/j.chb.2023.107725
- Brazil, C. K., & Rys, M. J. (2020). Is smartphone usage predicting fear of missing out and loneliness in a sample from the generation z? *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting*, 64(1), 791-795. doi:10.1177/1071181320641183
- Brelim, S. (1985). *Intimate Relationships*. New York: Random House.
- Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. L. A. Peplau, & D. Perlman (Dü) içinde, *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 269-290). New York: John Wiley & Sons.
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *PAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 82-90.
- Büyükgebiz Koca, E., & Tunca, M. Z. (2020). İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkilerine dair bir araştırma. *Alanya Akademik Bakış Dergisi*, 4(1), 77-103. doi:10.29023/alanyaakademik.597820
- Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (29. b.). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüksener, E. (2009). Türkiye’de sosyal ağların yeri ve sosyal medyaya bakış. XIV. *Türkiye’de İnternet Konferansı’nda sunulan bildiri*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi.
- Can, G., & Satıcı, S. (2019). Adaptation of fear of missing out scale (FoMOs): Turkish version validity and reliability study. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 32(3). doi:10.1186/s41155-019-0117-4
- Carbonell, X., & Panova, T. (2017). A critical consideration of social networking sites’ addiction potential. *Addiction Research & Theory*, 25(1), 48-57. doi:10.1080/16066359.2016.1197915

- Casale, S., Rugai, L., & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive Behaviors*, 85, 83-87. doi:10.1016/j.addbeh.2018.05.020
- Certel, H., Yakut, S., Yakut, İ., & Gülsün, B. (2016). Öğrencilerde yalnızlık problemi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 3069-3084.
- Ceyhan, E. B., Demiryürek, E., & Kandemir, B. (2015). Sosyal ağlarda güncel güvenlik riskleri ve korunma yöntemleri. *Uluslararası Bilgi Güvenliği Mühendisliği Dergisi*, 1(1), 1-10.
- Chan, S. S., Van Solt, M., Cruz, E., Philp, M., Bahl, S., Nuket, S., . . . Canbulut, M. (2022). Social media and mindfulness: From the fear of missing out (FOMO) to the joy of missing out (JOMO). *The Journal of Consumer Affairs*, 56, 1312-1331. doi:10.1111/joca.12476
- Chavez, G. B., & Chavez JR., F. C. (2017). Relationship between Facebook Addiction and Loneliness of Filipino High School Students. *Liceo Journal of Higher Education Research*, 13(1), 50-60. doi:10.7828/ljher.v13i1.1008
- Chen, H. H. (2016, June 27-29). Platform strategies perspective on the OTT messaging services: A case study of WeChat and LINE. *International Telecommunications Society 21st Biennial Conference*, (s. 1-46). Taipei, Taiwan.
- Coşkun, G. (2022). *Ergenlerde Akademik Ertelemenin Yordayıcıları: Mükemmeliyetçilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Gaziantep.
- Coşkun, S., & Karayağız Muslu, G. (2019). Investigation of problematic mobile phones use and fear of missing out (FoMO) level in adolescents. *Community Mental Health Journal*, 55, 1004-1014. doi:10.1007/s10597-019-00422-8
- Çağlayan, M. T., & Arslantaş, H. (2023). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığını etkileyen faktörler ve sosyal medya bağımlılığının depresyon ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 24(3), 334-348. doi:10.51982/bagimli.1191206

- Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429. doi:10.17860/mersinefd.290711
- Çalık , D., & Çınar, Ö. P. (2009). Geçmişten günümüze bilgi yaklaşımları bilgi toplumu ve internet. *XIV. Türkiye'de İnternet Konferansı*. 12, s. 77-88. İstanbul: Bilgi Üniversitesi.
- Çalışır, G. (2015). Kişilerarası iletişimde kullanılan bir araç olarak sosyal medya: Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi öğrencilerine yönelik bir çalışma. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 10(3), 115-144. doi:10.12739
- Çalışkan, M., & Mencik, Y. (2015). Değişen dünyanın yeni yüzü: Sosyal medya. *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi*(50), 254-277.
- Çam, E., & İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 11(3), 14-19.
- Çarkçı, Z. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çetiner, P. (2021). *Ergenlerde Psikolojik Sağlamlık ile Yalnızlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Sosyal Kaygının Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Aksaray.
- Çiftçi, S., & Kumcağız, H. (2023). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki: Sosyal karşılaştırma ve yalnızlığın aracı rolü. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 83-101. doi:10.19160/e-ijer.1187412
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-434.
- Çınar Parlak, S., & Tutgun Ünal, A. (2021). Kalabalıklar içinde yalnızlık: Sosyal medya ve yalnızlık üzerine. N. Tarhan , & A. Tutgun Ünal içinde, *Sosyal Medya Psikolojisi* . İstanbul: Der Yayınları.

- Çınar, Ç. Y. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Düzeyi ve İlişkili Etmenler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Çınar, Ç. Y., & Mutlu, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun yordayıcıları. *Güncel Bağımlılık Araştırmaları*, 2(2), 47-53. doi:10.5455/car.105-1540197312
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik:Spss ve Lisrel Uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- D'Aboy, J. E. (1972). Loneliness: An investigation of terminology. *Dissertation Abstracts International*, 33(7).
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demir, Y., & Kumcağız, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 23-42.
- Deniz, L., & Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Education Journal*, 26(2), 355-367. doi:10.24106/kefdergi.389780
- Desjarlais, M., & Willoughby, T. (2010). A longitudinal study of the relation between adolescent boys and girls' computer use with friends and friendship quality: Support for the social compensation or the rich-get-richer hypothesis? *Computers in Human Behavior*, 26(5), 896-905. doi:10.1016/j.chb.2010.02.004
- Dikmen, M. (2021). COVID-19 pandemisinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişki: Bir yapısal eşitlik modeli. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 20-30. doi:10.51982/bagimli.790750
- Dixon, S. (2022, Temmuz). *Number of monthly active Facebook users worldwide as of 2nd quarter 2022*. Statista.com: <https://www.statista.com/statistics/264810/number-of-monthly-active-facebook-users-worldwide/> adresinden alındı

- Doğan, M. V. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı Belirtilerinin ve Sosyal Medya Bağımlılığı ile Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42. doi:10.18037/ausbd.902542
- Dossey, L. (2013). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore*, 10(2), 69-73. doi:10.1016/j.explore.2013.12.008
- Duy, B. (2003). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Duyan, V., Çamur Duyan, G., Gökçearslan Çifçi, E., Sevin, Ç., Erbay, E., & İkizoğlu, M. (2008). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 29-41.
- Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). Üniversite öğrencilerinde öz kontrol ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisinde genel erteleme davranışlarının aracı rolü. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 715-743. doi:10.15805/addicta.2019.6.3.0069
- Eldeniz, L. (2010). İkinci Medya Çağında İnternet. F. Aydoğan, & A. Akyüz (Dü) içinde, *İkinci Medya Çağında Etkileşimin Rolü ve Web 2.0* (s. 18-37). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143-1168.
- Eni, Ş. (2017). *Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanma Sıklığının Yalnızlık Algılarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Ercengiz, M. (2020). Dürtüsellik ile sosyal medya aşırma arasındaki ilişkide FOMO’nun aracılık etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(22), 856-877. doi:10.26466/opus.648795

- Erdemir, N. (2022). *Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Erkuran, H. (2022). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, kişilik özellikleri ve aile yaşam doyumu*. Yüksek Lisans tezi. Bahçeşehir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Ernst, J. M., & Cacioppo, J. T. (2000). Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness. *Applied and Preventive Psychology*, 8(1), 1-22. doi:10.1016/S0962-1849(99)80008-0
- Erözkan, A. (2009). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3), 809-819.
- Esfahani, M. D., Niknafs, A., Kuss, D. J., Nilashi, M., & Afrough, S. (2019). Social media addiction: Applying the DEMATEL approach. *Telematics and Informatics*, 43, 1-14. doi:10.1016/j.tele.2019.101250
- Eti, H. S. (2021). Sosyal Medya Bağımlılığı. H. S. Eti, & Y. O. Erdiren içinde, *Disiplinlerarası Akademik Çalışmalar* (s. 89-104). İstanbul: Karadeniz Kitap.
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., & Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 1-6. doi:10.1016/j.addbeh.2020.106364
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4. b.). SAGE Publications.
- Fioravanti, G., Casale, S., Benucci, S. B., Probst, A., Falone, A., Ricca, V., & Rotella, F. (2021). Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 122, 1-12. doi:10.1016/j.chb.2021.106839
- Fiske, J. (1996). *İletişim Çalışmalarına Giriş*. (S. İrvan, Çev.) Ankara: Ark Yayınları.
- Fromm Reichmann, F. (1959). Loneliness. J. Hartog, R. Audy, & Y. A. Cohen (Dü) içinde, *The anatomy of loneliness* (s. 338-361). New York: International Universities Press.
- Fumagalli, E., Dolmatzian, M. B., & Shrum, L. J. (2021). Centennials, FOMO, and loneliness: An investigation of the impact of social networking and messaging/VoIP apps usage

- during the initial stage of the coronavirus pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-14. doi:10.3389/fpsyg.2021.620739
- Genel, M. G. (2021). Öğrencilerin sosyal medya tutumları ve yalnızlık algıları: lise ve ön lisans öğrencileri üzerine bir araştırma. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(4), 2148-2159.
- Gosain, P., & Yadav, K. (2020). A study on social media usage and fear of missing out (FOMO) among youngsters. *Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 6(2), 76-87.
- Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E., & Metintaş, S. (2016). Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği'nin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatr Derneği*, 17, 53-59.
- Göksu, H., & Gültekin, M. (2023). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarıyla ilişkisi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Millî Eğitim Dergisi*, 52(239), 1897-1912. doi:10.37669/milliegitim.1193416
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. doi:10.1080/14659890500114359
- Griffiths, M. D. (1995). Technological Addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Griffiths, M. D. (2000). Does internet and computer addiction exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(2), 211-218.
- Grosseck, G. (2009). To use or not to use web 2.0 in higher education? *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 478-482. doi:10.1016/j.sbspro.2009.01.087
- Gülaçtı, F. (2020). İnternet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkisi. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi (TURKSOSBİLDER)*, 5(2), 213-229.
- Güler, M., & Çetin, F. (2020). Örgütsel davranış araştırmalarında madde parselleme: Yöntem ve uygulama. *Ömer Halisdemir İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(1), 61-71. doi:10.25287/ohuiibf.660689

- Gülteki Ayluçtarhan, M. (2021). Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon. N. Tarhan, & A. Tutgun Ünal içinde, *Sosyal Medya Psikolojisi* (s. 182). Der Yayınları.
- Güney, M., & Taştepe, T. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi (ASBD)*, 9(2), 183-190. doi:10.46971/ausbid.757713
- Güngör, N. (2018). Dijital çağın insanı. *İstanbul Arel Üniversitesi İletişim Çalışmaları Dergisi*, 6(13), 143-151.
- Gür, S. H., Bakırcı, Ö., Karakaş, B., Bayoğlu, F., & Atlı, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının akademik erteleme davranışları üzerindeki etkisi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(10), 70-77.
- Gürbüz, S., & Bayık, M. E. (2021). Aracılık modellerinin analizinde yeni yaklaşım: Baron ve Kenny'nin yöntemi hala geçerli mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 36(88), 1-14. doi:10.31828/tpd1300443320191125m000031
- Gürçan, N., & Hamarta, E. (2013). İnternet bağımlılığı ve psikososyal faktörler. C. Kalkan, & M. Kaygusuz içinde, *İnternet Bağımlılığı* (s. 115-149). Ankara: Anı.
- Güzel, C. (2020). Sosyal medyanın neliği, gelişimi ve kullanım alanları üzerine kuramsal bir inceleme. *Sosyolojik Düşün*, 5(2), 93-112. doi:10.37991/sosdus.834698
- Hamutoğlu, N. B., Topal, M., & Gezgin, D. M. (2020). Investigating direct and indirect effects of social media addiction, social media usage and personality traits on FOMO. *International Journal of Progressive Education*, 16(2), 248-261. doi:10.29329/ijpe.2020.241.17
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach*. Guilford Press.
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-Bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*(32), 152-174.
- Hew, K. F. (2011). Students' and teachers' use of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 27, 662-676. doi:10.1016/j.chb.2010.11.020

- Huynh, C. V., Phan, H. T., Hua, T. D., Nguyen-Thi, H. T., & Tran-Chi, L. V. (2022). Relationship between the fear of missing out and loneliness among Vietnamese university students In COVID-19 pandemic. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 12(2), 44-48. doi:10.47750/pegegog.12.03.05
- Hwang, J., Altmann, J., & Kim, K. (2009). The structural evolution of the Web 2.0 service network. *Online Information Review*, 33(6), 1040-1057.
- Ilğaz, M. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Turkish Journal of Marketing (Tujom)*, 3(3), 238-257. doi:10.30685/tujom.v3i3.63
- Işık, M. (2021). Yeni bir bağımlılık tipi olarak gelişmeleri kaçırma korkusunun (FoMO) Smithereens'da temsili. S. A. Kına, & E. Aşlıoğlu içinde, *Black Mirror Aynadan Yansıyanlar* (s. 113-132). Ankara: Nika Yayınevi.
- Kaçık, S., & Acar, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK) ve yaşam doyumu düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kayseri Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 74-90.
- Kaloeti, D., Kurnia, S. A., & Tahamata, V. M. (2021). Validation and psychometric properties of the Indonesian version of the Fear of Missing Out Scale in adolescents. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 34(15), 1-11. doi:10.1186/s41155-021-00181-0
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- Kara, T. (2016). Gençler neden snapchat kullanıyor? Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı üzerinden bir araştırma. *Intermedia International E-Journal*, 3(5), 262-277. doi:10.21645/intermedia.2017.14
- Karadağ, A., & Akçınar, B. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 154-166.
- Karal, E., & Birlik, L. (2021). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun (FoMO) bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 7(52), 2999-3005. doi:10.31576/smryj.1174
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. (14. baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Kartol, A., & Peker, A. (2020). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (FOMO) yordayıcılarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(21), 456-474. doi:10.26466/opus.628081
- Kaya, C., & Özilhan Özbey, D. (2022). Olan biteni kaçırma korkusu konusunda yapılmış lisansüstü tezlerin içerik analizi yöntemi ile değerlendirilmesi. *Journal of Tourism Intelligence and Smartness*, 5(1), 61-70.
- Kaya, M. F. (2013). Sürdürülebilir kalkınmaya yönelik tutum ölçeği geliştirme çalışması. *Marmara Coğrafya Dergisi*(28), 175-193.
- Kaymak, B. (2020). *Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılıkları ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Sakarya.
- Keresteci, K. (2021). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve yalnızlık duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Kietzman, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., & Silvestre, B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, 54, 241-251.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorder*, 6(1), 47-48. doi:10.5455/jmood.20160307122823
- Kılınç, H., & Seher, A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 69-88.
- Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: the relationship between Internet use and psychological well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 451-455. doi:10.1089/cpb.2008.0327
- Kirchner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237-1245. doi:10.1016/j.chb.2010.03.024
- Kireççi, C. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımının Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Belirtileri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akademik Erteleme İle*

- İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Kırık, A. M. (2013). Gelişen web teknolojileri ve sosyal medya bağımlılığı. *Sosyal Medya Araştırmaları*, 1, 77-101.
- Kırış, B. F. (2021). Sosyal Medya ve Ebeveynlik: "Sharenting" Psikolojisi. A. Tutgun Ünal, & N. Tarhan içinde, *Sosyal Medya Psikolojisi*. İstanbul: Der Yayınları.
- Kitiş, Y., Dağcı, B., Köse, N., & Geniş, Ç. (2019). Lise öğrencilerinde sosyal medya kullanımı ve yalnızlık algısı ile ilişkisi. 6. *Uluslararası Hemşirelik Kongresi*. Ankara.
- Kızılkaya, Z. Z. (2022). Gençlerin TikTok kullanım ve doyumu üzerine nitel bir araştırma. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 231-247.
- Koçak, M., & Traş, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3), 1618-1631. doi:10.33206/mjss.893201
- Koçak, N. G. (2012). *Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Davranışlarının ve Motivasyonlarının Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı Bağlamında İncelenmesi: Eskişehir'de Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eskişehir.
- Kovan, A., & Ormancı, N. (2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki: COVID-19 pandemi örneği. 4. *Kültürel Bilişim, İletişim ve Medya Çalışmaları Kongresi Özel Sayısı* (s. 125-145). Erciyes İletişim Dergisi. doi:10.17680/erciyesiletisim.975976
- Kurt, P., & Bayrakçı, O. (2021). Sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *7th International Management and Social Research Conference*, 1, s. 322-331. İstanbul.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental and Public Health*, 8, 3528-3552. doi:10.3390/ijerph8093528

- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 1-17. doi:10.3390/ijerph14030311
- Küçükkaya, B., Özdemir, B., & Kahyaoğlu, H. (2022). Hemşirelik öğrencilerinde sosyal medya kullanımı ile akademik başarı ve akademik öz yeterlik, arasındaki ilişki. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 9(1), 31-41.
- LaRose, R., Kim, J., & Peng, W. (2010). Social networking: Addictive, compulsive problematic, or just another media habit? In A networked self. *Routledge*, 67-89.
- Larose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5, 225-253. doi:10.1207/S1532785XMEP0503_01
- Lastufka, A., & Dean, M. W. (2008). *Youtube: An insider's guide to climbing the charts*. Kansas : O'Reilly Media, Inc.
- Little, T. D., Rhemtulla, M., Gibson, K., & Schoeman, A. (2013). Why the items versus parcels controversy needn't be one. *Psychological Methods*, 18(3), 285-300.
- Liu, X., Liu, T., Zhou, Z., & Wan, F. (2023). The effect of fear of missing out on mental health: differences in different solitude behaviors. *BMC Psychology*, 11(141), 1-8. doi:10.1186/s40359-023-01184-5
- Longobardi, C., Settanni, M., Fabris, M. A., & Marengo, D. (2020). Follow or be followed: Exploring the links between Instagram popularity, social media addiction, cyber victimization, and subjective happiness in Italian adolescents. *Children and Youth Services Review*, 113, 1-7. doi:10.1016/j.childyouth.2020.104955
- Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73-77. doi:10.1016/j.techsoc.2017.05.003
- Malecela, I. O. (2016). Usage of Whatsapp among postgraduate students of kulliyah of education. *International Journal of Advanced Engineering Research and Science (IJAERS)*, 3(10), 126-137. doi:10.22161/ijaers/3.10.21

- Mao, J., Fu, G., & Huang, J. (2023). The double-edged sword effects of active social media use on loneliness: The roles of interpersonal satisfaction and fear of missing out. *Frontiers in Psychology, 14*, 1-10. doi:10.3389/fpsyg.2023.1108467
- Marengo, D., Fabris, M. A., Longobardi, C., & Settanni, M. (2022). Smartphone and social media use contributed to individual tendencies towards social media addiction in Italian adolescents during the COVID-19 pandemic. *Addictive Behaviors, 126*, 1-5. doi:10.1016/j.addbeh.2021.107204
- Marttila, E., Koivula, A., & Rasanen, P. (2021). Does excessive social media use decrease subjective well-being? A longitudinal analysis of the relationship between problematic use, loneliness and life satisfaction. *Telematics and Informatics, 59*, 1-11. doi:10.1016/j.tele.2020.101556
- Meral, D. (2017). *Orta Öğretim Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının, Yalnızlık, Yaşam Doyumu ve Bazı Kişisel Özellikler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzincan.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and Emotion, 42*, 725-737. doi:10.1007/s11031-018-9683-5
- Monacis, L., De Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017). Social networking addiction, attachment style, and validation of the Italian version of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Journal of Behavioral Addictions, 6*(2), 178-186. doi:10.1556/2006.6.2017.023
- Montag, C., Becker, B., & Gan, C. (2018). The multipurpose application WeChat: A review on recent research. *Frontiers in Psychology, 9*, 1-8. doi:10.3389/fpsyg.2018.02247
- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in Public Health, 9*, 1-6. doi:10.3389/fpubh.2021.641673
- Mousavi, S. Z., Barry, C. T., & Halter, B. M. (2023). Relations of adolescent knowledge of COVID-19, social media engagement, and experiences during quarantine/lockdown

- with well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 110-121.
doi:10.1007/s10826-022-02465-0
- Moustakas, C. E. (1961). *Loneliness*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Murat Büyük, D. (2021). Sosyal Medya, Beden Algısı ve Beğenilme Arzusu. A. Tutgun Ünal, & N. Tarhan (Dü.) içinde, *Sosyal Medya Psikolojisi* (s. 69-89). İstanbul: Der Yayınları.
- Murphy, P., & Kupshik, G. A. (1992). *Loneliness, stress and wellbeing: A helper's guide*. New York: Routledge.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60.
- O'Brien, O., Sumich, A., Baguley, T., & Kuss, D. J. (2022). A partial correlation network indicates links between wellbeing, loneliness, FOMO and problematic internet use in university students. *Behaviour & Information Technology*, 1-18.
doi:10.1080/0144929X.2022.2142845
- Oktan, V. (2014). Üniversite öğrencilerinde problemlı internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292.
- Özcan, N. K., & Buzlu, S. (2007). Internet use and its relation with the psychosocial situation for a sample of university students. *CyberPsychology & Behavior*, 10(6), 767-772.
- Özdemir, A. (2021). *Genç Yetişkinlerin Benlik Saygısı Ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Özdemir, Ş. (2021). Z kuşağının medya kullanım alışkanlıkları bağlamında sosyal medya psikolojisi. N. Tarhan, & A. Tutgun Ünal (Dü.) içinde, *Sosyal Medya Psikolojisi* (s. 6). İstanbul: Der Yayınları.
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low self-control? *Computers in Human Behavior*, 34, 284-290.
doi:10.1016/j.chb.2014.02.009

- Özer, Ö. (2017). Kullanımlar ve doyumlar kuramı çerçevesinde Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İ.İ.B.F. öğrencilerinin Twitter kullanımı üzerine bir analiz. *Intermedia International e-Journal*, 4(6), 40-58.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö., & Ekşi, H. (2019). Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 629-662. doi:10.15805/addicta.2019.6.3.0086
- Özodaşık, M. (2001). *Modern insanın yalnızlığı*. Konya: Çizgi Kitapevi Yayınları.
- Öztürk, M. F., & Talas, M. (2015). Sosyal medya ve eğitim etkileşimi. *Zeitschrift für die Welt der Türken Journal of World of Turks*, 7(1), 101-120.
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. Y. (2009). College students' social networking experiences on facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 227-238.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. L. A. Peplau, & D. Perlman (Dü) içinde, *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy* (s. 1-8). New York: John Wiley & Sons.
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167. doi:10.1016/j.chb.2016.03.084
- Preeti, M. (2010). Use of social networking in a linguistically and culturally rich India. *The International Information & Library Review*, 41(3), 129-136.
- Przybylski, A., Murayama, K., DeHaan, C., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. doi:10.1016/J.CHB.2013.02.014
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., . . . Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 250-264. doi:10.1177/1745691615568999

- Rachubinska, K., Cybulska, A. M., & Grochans, E. (2021). The relationship between loneliness, depression, internet and social media addiction among young Polish women. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 25, 1982-1989.
- Rahardjo, L. K., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan kecanduan media sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 460-465. doi:10.51214/bocp.v4i3.328
- Rogers, C. R. (1994). *Etkileşim Grupları*. (H. Erbil, Çev.) Ankara: Ekin Yayınları.
- Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2021). Individual differences in Fear of Missing Out (FoMO): Age, gender, and the Big Five personality trait domains, facets, and items. *Personality and Individual Differences*, 171, 1-6. doi:10.1016/j.paid.2020.110546
- Russell, D. W., Cutrona, C. W., McRae, C., & Gomez, M. (2012). Is loneliness the same as being alone? *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 146(1-2), 7-22. doi:10.1080/00223980.2011.589414
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Assessment*, 42, 290-294.
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148. doi:10.1556/JBA.3.2014.016
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148. doi:10.1556/JBA.3.2014.016
- Sajithra, K., & Patil, R. (2013). Social Media-History and Components. *IOSR Journal of Business and Management*, 7(1), 69-74.

- Saka, E. (2019). *Yeni Medya Çalışmaları V-Türkiye'nin İnternet Tarihi*. İstanbul: Alternatif Bilişim Derneği.
- Salomon, D. (2013). Moving on from Facebook: Using Instagram to connect with undergraduates and engage in teaching and learning. *College and Research Libraries News*, 74(8), 408-412. doi:10.5860/crln.74.8.8991
- Sarı, M. (2014). *Sosyal Medyanın Sosyal Hareketler Üzerindeki Etkisi: Gezi Parkı Platformu Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Elazığ.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106-115. doi:10.12973/edupij.2016.52.2
- Schober, P., Boer, C., & Schwarte, L. A. (2018). Correlation coefficients: Appropriate use and interpretation. *Anesthesia & Analgesia*, 1763-1768. doi:10.1213/ANE.0000000000002864
- Seki, T., & Kurnaz, M. F. (2022). Bireylerin dijital bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Educational Academic Research*, 45, 24-34. doi:10.54614/AUJKKEF.2022.991723
- Sezen, G. (2014). *Öğretmenlerin İşle Bütünleşme ve İş Yaşamında Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Sezgin, A. A., & Karabacak, Z. İ. (2019). Dijital çağda korku ve keyfin yeni tanımı: FoMO ve JoMO. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*(49), 1-11.
- Shaw, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5), 353-365.
- Simon, K. (26, 01 2023). *Digital 2023: Global Overview Report*. Datareportal: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report> adresinden alındı
- Snelson, C. (2011). YouTube across the disciplines: A review of the literature. *MERLOT Journal of Online Learning and Teaching*, 7(1), 159-169.

- Sonderby, L. C. (2013). Loneliness an integrative approach. *Journal of Integrated Social Sciences*, 3(1), 1-29.
- Sriwilai, K., & Charoensukmongkol, P. (2016). Face it, don't Facebook it: Impacts of social media addiction on mindfulness, Coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, 32(4), 427-434. doi:10.1002/smi.2637
- Stanculescu, E., & Griffiths, M. D. (2022). Social media addiction profiles and their antecedents using latent profile analysis: The contribution of social anxiety, gender, and age. *Telematics and Informatics*, 74, 1-11. doi:10.1016/j.tele.2022.101879
- Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114, 1-10. doi:10.1016/j.addbeh.2020.106699
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Syahputra, Y., Ifdil, I., Hafni, M., Solihatun, S., Oktara, T. W., & Erwindi, L. (2022). Narcissism and social media addiction: Gender, social demographics, and social media use. *Couns-Edu: International Journal of Counseling and Education*, 7(2), 69-80. doi:10.23916/0020220736310
- Şafak, B., & Kahraman, S. (2019). Sosyal medya kullanımının yalnızlık ve narsistik kişilik özelliği belirtileri ile ilgili ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD)*, 6(2), 54-69.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Bağımlılıkla Mücadele Yüksek Kurulu. (2024, Şubat). *Bağımlılık nedir?* <https://bmyk.gov.tr/TR-67179/bagimlilik-nedir.html> adresinden alındı
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. b.). (M. Baloğlu, Dü., & M. Baloğlu, Çev.) İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tanhan, F., Özok, H. i., & Tayiz, V. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO): Güncel bir derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 74-85. doi:10.18863/pgy.942431
- Tarhan, N. (2021). *Sosyal Medya Psikolojisi*. İstanbul: Der Yayınları.

- Taş, A. (2022). *Lise Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile Problemli Cep Telefonu Kullanımı ve Kişilik Özelliklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kırıkkale.
- Tatlı, C., & Atalan Ergin, D. (2023). Multigroup analysis of the relationship loneliness, fear of missing out, problematic internet usage and peer perception in gifted and normally developing adolescents. *Current Psychology*, 42, 2325-2334. doi:10.1007/s12144-022-03384-5
- Tayiz, V. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Van.
- Tecdelioğlu, E. G. (2021). *Yakın İlişkilerde Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Duygusal Yalnızlık Arasındaki İlişkiyi Açıklamada Partner Sosyotelizminin Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Gaziantep.
- Tekayak, H. V., & Akpınar, E. (2017). Tıp alanında yeni bir dönem: Dijital çağda doğan yeni hastalıklar. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 6(3), 93-100.
- Tektaş, N. (2014). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanmalarına yönelik bir araştırma. *Tarih Okulu Dergisi (TOD)*, 7(17), 851-870. doi:10.14225/Joh474
- Teo, W. J., & Lee, C. S. (2016). Sharing brings happiness?: Effects of sharing in social media among adult users. A. Morishima, A. Rauber, & C. L. Liew (Dü.), *Knowledge, Information, and Data in an Open Access Society, Proceeding of the 18th International Conference on Asia-Pasific Digital Libraries* içinde, (s. 351-365). Tsukaba.
- Terzi, Ş. (2019). *Sosyal Medyada Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Yalnızlık ve Kişilerarası İlişkiler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Tomczyk, L., & Selmanagic-Lizde, E. (2018). Fear of Missing Out (FOMO) among youth in Bosnia and Herzegovina Scale and selected mechanisms. *Children and Youth Services Review*, 88, 541-549. doi:10.1016/j.childyouth.2018.03.048

- Toprak, A., Yıldırım, A., Aygöl, E., Binark, M., Börekçi, S., & Çomu, T. (2009). *Toplumsal paylaşım ağı Facebook: "Görülüyorum öyleyse varım."*. İstanbul: Kalkedon Yayınları.
- Tunalı, D. (2012). *Bir Yapısal Eşitlik Modeli Önerisi: Çalışanlarda İş Tatmini ve Örgütsel Bağlılığın Tükenmişliğe Etkisi*. Doktora Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tunç Aksan, A., & Akbay, S. E. (2019). Smartphone addiction, fear of missing out and perceived competence as predictors of social media addiction of adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559-566. doi:10.12973/eu-jer.8.2.559
- Tutgun Ünal, A. (2015). *Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tutgun Ünal, A. (2020). Social media addiction of new media and journalism students. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 19(2), 1-12.
- Türk Dil Kurumu. (2023, Mayıs). *Güncel Türkçe Sözlük*. <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı
- Türkel, Z., & Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2022, Ağustos). Hane halkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması: [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanım-Arastirmasi-2022-45587](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanım-Arastirmasi-2022-45587) adresinden alındı
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood*. New York: Atria Books.
- Uram, P., & Skalski, S. (2022). Still logged in? The link between facebook addiction, FoMO, self-esteem, life satisfaction and loneliness in social media users. *Psychological Reports*, 125(1), 218-231. doi:10.1177/0033294120980970
- Uyaroglu, A. K., Ergin, E., Tosun, A. S., & Erdem, Ö. (2022). A cross-sectional study of socialmedia addiction and social and emotional loneliness in university students in Turkey. *Perspect Psychiatr Care*, 58, 2263–2271. doi:10.1111/ppc.13056

- Uzun, V., Gözükara, E., & Bilgin, M. (2019). Bazı sosyal medya değişkenleri açısından ergen ve genç yetişkinlerin FoMO düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Arts & Social Studies*, 2(2), 43-59.
- Ümmet, D., Batal, Ö., Kaya, A., & Alkan, H. (2019). Farklı yaş gruplarındaki bireylerde sosyal medya bağımlılığı: Çeşitli değişkenlere göre bir incelenme. *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, (s. 328-334). Antalya/Türkiye.
- Vaterlaus, J. M., Barnett, K., Roche, C., & Young, J. A. (2016). “Snapchat is more personal”: An exploratory study on Snapchat behaviors and young adult interpersonal relationships. *Computers in Human Behavior*, 62, 594-601. doi:10.1016/j.chb.2016.04.029
- Verduyn, P., Ybarra, O., Resibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-Being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274-302. doi:10.1111/sipr.12033
- Vogels, E. A., Gelles-Watnick, R., & Massarat, N. (2023, 03 30). *Teens' Social Media and Technology*. Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/internet/2023/03/30/teens-social-media-technology-2023/> adresinden alındı
- Vural, Z. B., & Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yaşar University*, 20(5), 3348-3382.
- Wang, Y., Jiang, W., & Wu, L. (2023). Association between age and loneliness in diferent residential type and gender groups: evidence from China. *BMC Psychiatry*, 23(43), 1-9. doi:10.1186/s12888-023-04525-1
- We Are Social. (2023, Şubat). *Digital 2023: Global Overview Report*. We Are Social: <https://wearesocial.com/us/blog/2023/01/digital-2023/> adresinden alındı
- Weber, L. (2009). *Marketing to the Social Web: How Digital Customer Communities Build Your Business*. (2. bs.) New Jersey: John Wiley & Sons.

- Wedaloka, K. B., & Turnip, S. S. (2019). Gender differences in the experience of loneliness among adolescents in Jakarta. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 16(1), 33-42.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Whiting, A., & Williams, D. (2013). Why people use social media: a uses and gratifications approach. *Qualitative Market Research*, 16(4), 362-369. doi:10.1108/QMR-06-2013-0041
- Wu, C. H., & Chen, S. C. (2015). Understanding the relationships of critical factors to Facebook educational usage intention. *Internet Research*, 25(2), 262-278. doi:10.1108/IntR-11-2013-0232
- Yabancı, C. (2019). *Lise Öğrencilerinin Sosyal Medyaya İlişkin Tutumları İle Narsisizm Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Bursa.
- Yahyaoglu, R. (2021). *Yalnızlık Psikolojisi*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Yalçın, S. (2019). *Ergenlerin Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Başarı ve Yalnızlık Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Yaman, Z., & Kavuncu, B. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal gelişmeleri kaçırma korkusunun ve sosyal ağ kullanımı amacının nomofobi düzeyine etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 555-570.
- Yang, H., Wang, J. J., Tng, G. Q., & Yang, S. (2020). Effects of social media and smartphone use on body esteem in female adolescents: Testing a cognitive and affective model. *Children*, 7(9), 148. doi:10.3390/children7090148
- Yardi, S. A. (2012). *Social Media At The Boundaries: Supporting Parents In Managing Youth's Social Media Use*. Unpublished doctoral thesis, University of Michigan, Georgia Institute of Technology. England.

- Yavich, R., Davidovitch, N., & Frankel, Z. (2019). Social media and loneliness - Forever connected? *Higher Education Studies*, 9(2), 10-21. doi:10.5539/hes.v9n2p10
- Yayman, E. (2019). *Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Oyun Bağımlılığı ve Aile İşlevleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Yazan, K. D. (2021). *Lise Öğrencilerinin Akademik Başarı, Sosyal Destek ve Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kırşehir.
- Yıldız, Ö. (2019). Herkes İçin Kültürel Üretim: Türkiye'de Tiktok Uygulaması Örneği. 2. *Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi*. Nevşehir.
- Young, J. E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. L. A. Peplau, & L. Perlman içinde, *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 379-406). New York: Wiley.
- Young, K. (1998). Internet addiction; the emergence of new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Youssef, L., Hallit, R., Obeid, S., & Hallit, S. (2020). Social media use disorder and loneliness: Any association between the two? Results of a cross-sectional study among Lebanese adults. *BMC Psychology*, 8(56), 1-7. doi:10.1186/s40359-020-00421-5
- Yukay Yüksel, M., Çini, A., & Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 66-85.
- Yüksel Şahin, F., & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*(Özel Sayı), 363-377. doi:10.21733/ibad.613902
- Zeybek, E. (2021). *Sosyal Medya Kullanımının Yalnızlık Algısına Olan Etkisinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.

- Zheng, Q., Liu, S., Zheng, J., Gu, M., & He, W. (2023). College students' loneliness and problematic mobile phone use: Mediation by fear of missing out. *Journal of Psychology in Africa*, 33(2), 115-121. doi:10.1080/14330237.2023.2182033
- Zhu, B. (2021). Clubhouse: A popular audio social application. *Proceedings of the 2021 International Conference on Public Relations and Social Sciences (ICPRSS 2021)*. 586, s. 575-579. Atlantis Press. doi:10.2991/assehr.k.211020.219
- Zıvıdır, P., & Karakul, A. (2023). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ve fomo ilişkisi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 11(1), 1054-1067. doi:10.33715/inonusaglik.1168528
- Zivnuska, S., Carlson, J. R., Carlson, D. S., Harris, R. B., & Harris, K. J. (2019). Social media addiction and social media reactions: The implications for job performance. *The Journal of Social Psychology*, 159(6), 746-760. doi:10.1080/00224545.2019.1578725

EKLER

EK-1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Yaşınız:

Cinsiyetiniz

Kadın () Erkek ()

Lise Türünüz

Fen Lisesi () Anadolu Lisesi () Meslek Lisesi ()

İmam Hatip Lisesi () Özel Okul ()

Sınıf Düzeyiniz

1.Sınıf () 2. Sınıf () 3. Sınıf () 4. Sınıf ()

Sosyal Medya Platformlarını Kullanıyor Musunuz?

Evet () Hayır ()

Sosyal Medyaya Ulaşmak İçin En Sık Kullandığınız Araç

Telefon () Bilgisayar () Tablet ()

Sosyal Medya Platformlarında Günlük Geçirdiğiniz Süre

0-1 saat () 1-2 saat () 2-4 saat () 4+ saat ()

En Sık Zaman Geçirdiğiniz İlk 3 Sosyal Medya Platformu (Whatsapp, Instagram, Snapchat vb.)

1)..... 2)..... 3).....

EK-2: UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşüncüyü ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmenizdir.

	Ben bu durumu HİÇ yaşamam	Ben bu durumu NADİREN Yaşarım	Ben bu durumu BAZEN Yaşarım	Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım
1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
3. Başvurabileceğim hiç kimsem yok.	1	2	3	4
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılmıyor.	1	2	3	4
10. Kendimi yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
13. Hiç kimse gerçekten beni iyi tanımıyor.	1	2	3	4
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
18. Çevremde insanlar var ama benimle değil.	1	2	3	4
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2	3	4

EK-3: ERGENLER İÇİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ(ESMBÖ)
ÖRNEK MADDELER

Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Açıklama; Saygıdeğer katılımcı, aşağıda verilen ifadeleri son 1 yıldaki sosyal medya (MySpace, Facebook, Bebo, LinkedIn, Tumblr, Bloglar, Instagram, WhatsApp, Viber, Line, Tango, Snapchat, Wikipedia, Podcast Apple iTunes, Forumlar, YouTube, Twitter, vb.) kullanımınızı düşünerek işaretleyiniz.		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen/ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
		1	2	3	4	5
1	Sosyal medyayı kullanmadığımda sinirli, endişeli veya üzgün olurum.					
3	Sosyal medyayı çok kullandığım için sinema, tiyatro, müzik, spor gibi diğer etkinliklere veya hobilerime zamanım kalmıyor.					
4	Sosyal medyada gezinirken “biraz daha” diyerek süreyi uzatırım.					
6	Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
9	Sosyal medyada harcadığım süre yüzünden insanlarla (aile, arkadaş ve sosyal çevre) ilişkilerimde ciddi çatışmalar yaşarım.					

*Ölçeğin kullanılması için izin alınmasına gerek yoktur.

**Ölçeğin kullanıldığı araştırmanın referans bilgilerinin gönderilmesi beklenmektedir.

EK-4: EKSİK KALMA KORKUSU ÖLÇEĞİ(FOMOS) ÖRNEK MADDELER

		1 Hiç beni yansıtmıyor	2 Biraz beni yansıtlıyor	3 Beni orta derecede yansıtlıyor	4 Beni çok yansıtlıyor	5 Tam beni yansıtlıyor
1	Başkalarının benden daha tatmin edici yaşantılara sahip olması, beni endişelendirir.	()	()	()	()	()
4	Arkadaşlarımın neyle meşgul olduklarını bilmemek, beni kaygılandırır.	()	()	()	()	()
6	Çevremde neler olup bittiğini takip edebilmek için, bazen “çok mu fazla zaman harcıyorum” diye kendimi sorgularım.	()	()	()	()	()
8	Keyifli anlarımın detaylarını sosyal medyada paylaşmak benim için önemlidir.	()	()	()	()	()
10	Tatil de bile olsam, arkadaşlarımın neler yaptıklarını yakından takip ederim.	()	()	()	()	()