

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**SOSYAL MEDYA KULLANIMI:
KIRILGAN NARSİSİZM TEMELİNDE PSİKOLOJİK BELİRTİLER
AÇISINDAN BİR İNCELEME**

Doktora Tezi

Esra ANGIN

Ankara, 2023

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**SOSYAL MEDYA KULLANIMI:
KIRILGAN NARSİSİZM TEMELİNDE PSİKOLOJİK BELİRTİLER
AÇISINDAN BİR İNCELEME**

Doktora Tezi

Esra ANGIN

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

Ankara, 2023

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**SOSYAL MEDYA KULLANIMI:
KIRILGAN NARSİZİZM TEMELİNDE PSİKOLOJİK BELİRTİLER
AÇISINDAN BİR İNCELEME**

DOKTORA TEZİ

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

TEZ JÜRİSİ ÜYELERİ

Adı ve Soyadı

İmzası

- | | |
|------------------------------------|-------|
| 1. Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN | |
| 2. Prof. Dr. Hatice Gülsen ERDEN | |
| 3. Prof. Dr. Okan Cem ÇIRAKOĞLU | |
| 4. Doç. Dr. Meltem ANAFARTA ŞENDAĞ | |
| 5. Doç. Dr. Dilek SARITAŞ ATALAR | |

Tez Savunma Tarihi: 31.01.2023

T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN danışmanlığında hazırladığım “Sosyal Medya Kullanımı: Kırılgan Narsisizm Temelinde Psikolojik Belirtiler Açısından Bir İnceleme (Ankara, 2023)” adlı doktora tezindeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallarına uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul edeceğimi beyan ederim.

Tarih: 31/01/2023

Esra ANGIN

İmza:.....

TEŞEKKÜR

Tez yazma sürecim boyunca tez önerisini hazırladığım günden tez savunma gününe kadar geçen süreçteki kılavuzluğu için hocam Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün'e, lisans eğitimimden bu zamana kadar desteğini hissettiğim ve tez izleme komitemdeki önemli katkıları için hocam Prof. Dr. Gülsen Erden'e, tez izleme komitemde yer almayı kabul ederek cömertçe ayırdığı vakti ve kıymetli yönlendirmeleriyle beni tez konumla ilgili başka sorular sormam ve yanıtlar aramamdaki destekleyiciliği için Doç. Dr. Meltem Anafarta Şendağ hocama, jürimde yer alarak yapıcı eleştirilerini sunarak tezimin son haline gelmesindeki önerileri ve destekleri için hocalarım Doç. Dr. Dilek Sarıtaş Atalar'a ve Prof. Dr. Okan Cem Çirakoğlu'na içten teşekkürlerimi sunarım.

Doktora eğitimimiz devam ederken okuldaki mevcudiyetinden mahrum bırakılsak da kıymetli hocalığını biz öğrencilerinden esirgemeyen her dem hocam Doç. Dr. Banu Yılmaz'a, uzun yıllar boyunca gerek öğrencisi gerekse bölüm asistanı olarak kapısını her tıklattığımda ettiğimiz minik sohbetler, zarafeti ve yüreklendirici yaklaşımı için Prof. Dr. Derya Hasta'ya, psikoterapi alanında merakla birlikte deneyimlemenin ne kadar önemli olduğunu şefkatiyle birlikte öğreten değerli hocam Prof. Dr. Nilhan Sezgin'e, kültürel psikoterapi dersine özel öğrenci olarak katılma isteğimizi kabul eden ve tanıdığım için mutlu olduğum hocam Prof. Dr. Deniz Canel Çınarbaş'a teşekkürü borç bilirim. Yüz yüze tanışmadığım ve muhtemelen de tanışmayacağım Alexandra Elbakyan'a teşekkür etmek isterim bu tezde ve diğer çalışmalarda karşıma çıkan engelleri aşmamı sağladığı için.

Canım annem babam Reyhan ve Zafer Angın'a ve canımın içi kardeşim Efe Angın'a yürüdüğüm yollarda zorlandığım anları fark ettiğiniz ve yanımda olmaya olan istekliliğiniz, her zaman hissettiğim eksilmeyen desteğiniz ve bana güveninizden dolayı kendimi çok şanslı hissediyorum, minnettarım.

Önceki senelerde bir aradayken son bir senede farklı bir ülkede yaşama deneyimi içinden geçmenin zorlayıcılığına, zaman mekan farklılığına, yoğun programına rağmen titizliğinden ve çalışma disiplininin ödün vermeden benimle kafa yorduğu çok gün ve gece için Gülden Sayılan’a gönülden teşekkürlerimle. Özgür ve eleştirel bakış açısını sarıp sarmalayan arkadaşlığıyla bu kadar güzel harmanlayarak yan yana olduğumuz için mutlu olduğum Beril Türkoğlu’na içtenlikle teşekkür ediyorum. Bu uzun süreçte yakınlıklarını ve desteklerini her zaman hissettiğim Ayşe Arslan, Sevilay Vural, Hasan Akcan, Emre Demirel, Merve Fidan ve Damla Balaban’ın yanısıra hafızamdaki yerleri kaim olan Odi, Fındık, Çakıl, Momo, Badem ve PötiBör’e neşe veren saf varlıkları için teşekkür ediyorum.

Dar zamanlarımdayken beni darlayacağını söyleyip aksine çok ferahlık veren, destekleyiciliği ve pratikliği ile uzakları yakın eden çalışma, doktora, kongre arkadaşım Meryem Dedeler Kenar’a, kısa süredir tanışıyor olsak bile uzun süreceğine inandığım gönülden desteği ve arkadaşlığı için Gülru Yeşilkanat’a, güven veren arkadaşlıkları ve yol göstericilikleri için Fatma Uçar Boyraz ve Ebru Akün Kaçar’a, tanıdıklık halimizin naif bir arkadaşlığa evrilmesinden mutluluk duyduğum Melis Çelik Ok ve Ahmet Çağlar Ok’a, lisansüstü eğitimimiz boyunca zorlu yollarda sırt sırta verdiğim arkadaşım Merve Cesur Atintaş’a, doktora eğitimi sürecini gülümseyerek hatırlatacakları için Cansu Alsancak Akbulut ve Burcu Altın’a, nezaketi ve özenli arkadaşlığı için Hazal Kılıç’a, sevgi dolu arkadaşlığı için Serel Akdur Çiçek’e, olumlu ve akılcı tavrıyla veri toplama sürecindeki desteği için Havva Serim’e, Murat Umut İzer’e, Merih Küpeli’ye ayrı ayrı teşekkür ediyorum.

Özellikle son dört yılda kısıtlı zamanlarda su gibi akan keyifli ve zarif sohbetleri için Damla Sariaslan Yeniçerioğlu, Öykü Sariaslan ve var oluşunun huzurunu kıkırdamalarıyla taçlandırırken “an”ı yaşayan ve benim de yaşamama yardımcı olan en minik hanfini Meriç Yeniçerioğlu’na teşekkürlerimle. Beni evinin bir üyesi gibi

gördüğünü her zaman hissettiğim, Hatice Sarıaslan’a yakınlığı için teşekkür ediyorum. Yıllar içinde ağır ağır demlenen, demlendikçe güzelleşen, birçok geceyi gündüze bağladığımız ipe çekilen yaz tatillerimiz için Pelin Kınalı ve Nail Burak Cavlaz’a sonsuz teşekkürler.

Yüksek lisans eğitimimle başlayan ve doktora eğitimini tamamlamama kadarki tüm süreç boyunca kafamın karıştığı her anda sundukları içten destekleri ve yaklaşımları için Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’nden Mustafa Yönden ve Tacettin Çelik’e çok teşekkür ediyorum. Kırıkkale Üniversitesi’ndeki mesai arkadaşlarım Merve Vatansever, Pelin Sağlam, Albina Sıla Akarsu Erten ve Banu Çekçi’ye süreçte zorlandığım zamanlardaki anlayışları ve dayanışmaları için, Kırıkkale’de tanıştıktan sonra araya giren çok uzun zamana rağmen şimdilerde kaldığımız yerden devam edebilmenin o hoş hissini yaşadığım arkadaşım Demet Konur Şen ve kıymetli eşi Ömer Faruk Şen’e destekleri için teşekkür ediyorum.

Anıl Murat Acar’a namı diğer Gazapizm’e son iki yıldır bütün duygularımı ifade edebilme yolundaki katkısı için; son beş senede o yolu bazen bulduğum, bazen bozduğum, bazen keşfetmek için saptığım, bazen ilk kez açtığım zamanlardaki korunaklı ancak korumacı olmayan özenli yaklaşımı için Özge Orbay’a teşekkür ediyorum.

Kendisinden direngenliği, net sınırları ve bunlarla birlikte ölçülülüğün farklı yönlerini öğrendiğim, ben çalışırken arkamdaki sandalyeye kurulup bana yarenlik ettiği tüm geceler için evimizin mütemmim cüzü pamuk şekeri Pia’ya teşekkür ediyorum. Sabrı, sakinliği, gece geç saatlerden sabahın erken saatlerine uzanan günlerdeki huzurlu varlığı, aklıma gelen gelmeyen birçok konuda sunduğu her destek için sevgili Deniz Sarıaslan’a dair minnetimi tek bir cümleyle ancak bu kadar ifade edebiliyorum.

Bir insanın kendine nasıl yaklaştığının başkalarının yaklaşımını şekillendirebildiğini öğrendiğim, yalpaladığımı fark ettiğimde enerjimi toplamak için durmaya tahammül ettiğim ve sonrasında zorlansam da harekete geçebildiğim, süreklilik

ve tutarlılığın önemini kavradığım, düşsem de kalkmak için hem elimi uzatmaya cesaret edebilmeyi hem de kendime omuz verebilmeyi öğrenerek “büyüdüm” diyebildiğim bu süreç için kendime teşekkür ediyorum.



“Hayal kırıklığının kötü olduğu söylenir. Düşüncesizce varılmış bir önyargı. Hayal kırıklığı ile değilse hangi yolla keşfedebiliriz neler beklemiş neler ummuş olduğumuzu? Bu keşifte değilse nerede yatar insanın kendini tanıması? Hayal kırıklığı olmazsa insan kendisi hakkında aydınlığa kavuşur mu?”

Lizbon’a Gece Treni, Pascal Mercier

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
İÇİNDEKİLER.....	vi
KISALTMALAR.....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	x
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Davranışsal Bağımlılık Kavramsallaştırması	9
1.1.1. İnternet Bağımlılığı Nedir?	11
1.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı ve Epidemiyolojisine İlişkin Bulgular	15
1.2. Narsisizm	21
1.2.1. Narsisizm Kavramına Boyutsal Bir Bakış	23
1.2.2. Narsisizm ve Sosyal Medya Bağımlılığı.....	26
1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlişkili Psikolojik Etmenler ve Depresif Belirtiler.....	31
1.4. Sosyal Karşılaştırma ve Sosyal Medya Bağımlılığı	33
1.5. Sosyal-Duygusal Yalnızlık ve Sosyal Medya Bağımlılığı	35
1.6. Araştırmanın Önemi	38
1.7. Araştırmanın Amacı ve Araştırma Soruları	39
İKİNCİ BÖLÜM	42
YÖNTEM	42
2.1. Örneklem	42
2.2. Veri Toplama Araçları.....	44
2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu	44
2.2.2. Demografik Bilgi Formu.....	44
2.2.3. Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)	44
2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ).....	45
2.2.5. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)	46
2.2.6. Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ)	46
2.2.7. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)	47
2.3. İşlem	47
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	49

BULGULAR	49
3.1. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	49
3.2. Demografik Değişkenlere İlişkin Analizler.....	50
3.2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin Alt Boyutlarından Alınan Puanların Cinsiyet ve Yaş Değişkenleri Açısından İncelenmesi	50
3.3. Değişkenler Arası İlişkiler (Korelasyon Analizleri).....	52
3.4. Araştırmada Önerilen Modelin Test Edilmesi.....	55
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	60
TARTIŞMA.....	60
4.1. Sosyal Medya Bağımlılığının Demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	61
4.2. Model Testine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	61
4.2.1. Kırılgan Narsisizmin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	62
4.2.2. Kırılgan Narsisizmin Depresyon Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	63
4.2.3. Kırılgan Narsisizmin Sosyal-Duygusal Yalnızlık Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	64
4.2.3. Sosyal-Duygusal Yalnızlığın Depresyon Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	65
4.2.4. Depresyonun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	65
4.2.4. Sosyal Karşılaştırmanın Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	68
4.2.5. Sosyal-Duygusal Yalnızlığın Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması	69
4.2.6. Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Düzenlenmiş Tüm Modelin Bulgularının Tartışılması.....	70
4.3. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler	72
4.4. Araştırmanın Klinik Doğurguları	75
KAYNAKÇA.....	78
EKLER.....	115
EK 1: Etik Kurul Çalışma Onayı	115
EK 2: Bilgilendirilmiş Onam Formu	116

EK 3:	Demografik ve Sosyal Medya Kullanımı Alışkanlıklarına İlişkin	
	Bilgi Formu	117
EK 4:	Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)	121
EK 5:	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)	122
EK 6:	Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)	124
EK 7:	Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ)	128
EK 8:	Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)	129
EK 9:	Doğrulamalı Faktör Analizleri	130
ÖZET		134
ABSTRACT		136



KISALTMALAR

BDÖ	: Beck Depresyon Ölçeği
PNE	: Patolojik Narsisizm Envanteri
SDYÖ	: Sosyal Duygusal Yalnızlık Ölçeği
SED	: Sosyoekonomik Düzey
SKÖ	: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği
SMB	: Sosyal Medya Bağımlılığı
SMBÖ	: Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Young (1998) ve Griffiths (2005) tarafından önerilen internet bağımlılığı ölçütleri	13
Tablo 2. Katılımcılara Ait Demografik Özellikler ($N = 446$)	42
Tablo 3. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	50
Tablo 4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nden alınan puanların yaş grupları açısından karşılaştırılması (Tukey Çoklu Karşılaştırma Testi Sonuçları).	51
Tablo 5. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin alt boyutlarından alınan puanların yaşlara göre farklılaşması	52
Tablo 6. Değişkenler Arası Korelasyon Katsayıları	53
Tablo 7. Model Uyumunun Değerlendirilmesinde Kullanılan Ölçütler	55
Tablo 8. Araştırmada Test Edilen Modellerin Uyum İyiliği Değerleri.....	59

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Sosyal Medya Bağımlılık Modeli	5
Şekil 2. Önerilen Sosyal Medya Bağımlılık Modelinin Şekilsel Gösterimi	41
Şekil 3. Ölçme Modeli	57
Şekil 4. Düzenlenmiş Modele İlişkin Bulgular	59



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Özellikle son yirmi yılda gündelik yaşamın önemli parçalarından biri haline gelen sosyal medya uygulamalarında sosyal ilişkiler daha yoğun bir biçimde kurulmakta, geliştirilmekte ve sürdürülmektedir. Sosyal medya, sosyal ilişkilerin tesis edilmesi ve sürdürülmesinin yanında aynı zamanda bilgi edinme, bilgi-fikir paylaşma, eğlenme ve iş amaçları için de yoğun bir şekilde kullanılmaktadır (Kaplan ve Haenlein, 2010). Sosyal medya uygulamalarıyla birlikte iletişim kurma, bilgi edinme, eğlenme, iş ilişkileri ve bağlantılar kurabilme anlayışı da değişmiştir ve bireye çeşitli yönlerden fayda sağlamıştır. Bu tür bir kullanım kişinin sosyal medya platformlarının kendisine sağladığı yararlar ile madalyonun bir yüzünü oluştururken, belli bir aşamadan sonra kişinin duygusal ve sosyal gereksinimlerini karşıladığı en önemli mecra olması; fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlığında olumsuz etkiler bırakması ile de madalyonun öteki yüzünü oluşturmaktadır (Burke, Marlow ve Lento, 2010; Rithika ve Selvaraj, 2013).

Sosyal medya kullanımı arttıkça, sosyal medya bağımlılığı belirtilerinin ya da sosyal medya bağımlılığının (bazı çalışmalara göre aşırı ve sorunlu sosyal medya kullanımının) potansiyel olumsuz etkileri daha fazla dikkat çekiyor olsa da reklamcılık, pazarlama, veri bilimi gibi farklı disiplinler tarafından bu kullanımın nasıl arttırılabileceği üzerine çalışmalar yürütülmektedir (örn. Gatautis ve Kazakevičiūtė, 2012; Shareef, Mukerji, Dwivedi, Rana ve Islam, 2019).

İlgili alanyazın incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığını konu alan çalışmaların anksiyete, depresyon gibi psikolojik belirtiler; bireylerin algıladıkları sosyal destek, sosyal ve duygusal yalnızlık gibi durumsal etmenler ve içedönüklük, yeniliğe açıklık,

nevrotiklik, narsisizm gibi kişilik özellikleriyle/örüntüleriyle ilişkili olarak ele alındığı görülmektedir. Ancak, bu çalışmaların genellikle sosyal medya bağımlılığının belirli yönlerini ilişkisel çalışmalarla incelediği tespit edilmiştir. Kişisel özellikler, sosyal çevresel etmenler ve psikolojik belirtilerin en azından bir temsilcisi olabilecek değişkenler arasındaki karmaşık etkileşimin dikkate alındığı bir çalışmaya rastlanamamıştır.

Hali hazırda sosyal medyanın sorunlu kullanımının ne olup olmadığına ilişkin yoğun tartışmalar sürmekte ve Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabında (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM]) sosyal medyanın sorunlu kullanımı hakkında daha fazla araştırma yapılmasının gerekli olduğu vurgulanmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı, sosyal medyanın sorunlu kullanımı başlığıyla ve davranışsal bağımlılık terminolojisiyle açıklanmaya çalışılırken diğer yandan belki de sorunlu addedilen, bağımlılık yapıcı denilen bu kullanımın zamanın ruhuna uygun olduğu ve bu kavramsallaştırmanın “aşırı patolojikleştirme” eğiliminin yansıması olabileceği yönünde bir görüş de tartışmaya açılmıştır. Bu kavramsal tartışmanın bireysel, sosyal, sosyokültürel, psikolojik bağlamlar da devreye girince daha da karmaşıklaşacağı ortadadır. Sorunlu sosyal medya kullanımını tek bir fenomen (görüngü) ile açıklamanın yetersiz olabileceğinden hareket edilerek bu konuyu ele alan önceki çalışmalar titizlikle incelenmiş ve önemi vurgulanan bu bağlamlar da göz önüne alınarak bütüncül bir şekilde ele almayı hedefleyen bir model önerilmiştir. Bu model ile sosyal medya bağımlılığı ve kırılğan narsisizm arasındaki ilişkide depresif belirtiler, sosyal karşılaştırma ve sosyal-duygusal yalnızlığın aracı rolü olup olmadığı incelenmiştir.

Kırılğan narsisizmde bireyler kendilerinden gerçekdışı ve üstün beklenti içindeyken aynı zamanda da diğerlerinden gelecek geribildirimlere çok odaklanmışlardır. Dışarıdan gelecek her türlü eleştiriye karşı aşırı hassas ve kaygılı bir yaklaşım sergilerler. Bu özellikler nedeniyle kırılğan narsisizmde büyüklenmeci narsisizmden daha farklı bir

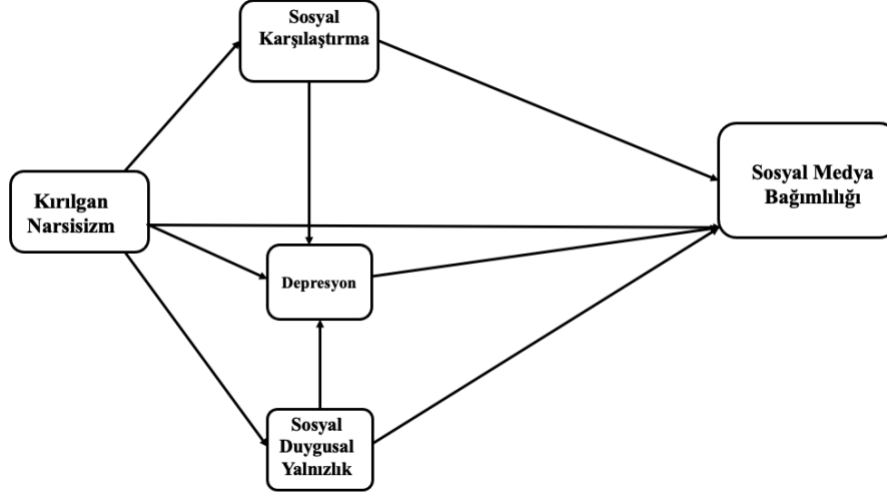
görünüm ortaya çıkmaktadır. Dışarıdan gelecek eleştirilere dair aşırı hassas olma halinin bir çıktısı olarak kırılğan narsisist bireylerin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme olasılığına karşı kendini korumak ve mükemmele daha yakın bir imaj çizmek adına sosyal medya uygulamalarını yoğun şekilde kullanması beklenebilir. Dolayısıyla, bu düşünceden hareketle bu tez çalışmasında incelenen kişilik özelliği narsisizm özelinde kırılğan narsisizm olmuştur. Kırılğan narsisizmde bireyler kendilerine yönelik gelen eleştiri ve geribildirimlerin benliklerine yoğun biçimde yansımalarından dolayı, duygusal olarak hassaslaşabilmekte ve bu bireylerin olumsuz duygusal durumlar içinde kalışları daha uzun ve zorlayıcı hale gelebilmektedir. Buradan hareketle kırılğan narsisizmde depresif belirtilerin de yoğunlukla görülmesi olasıdır (Erkoreka ve Navarro, 2017; Huprich, 2020). Dışarıya aşırı bağımlı değerlendirilme hali bireylerin yaşam kaliteleri üzerinde ciddi anlamda olumsuz etkilere sahiptir (Huprich, Nelson, Sohnleitner, Lengu, Shankar ve Rexer, 2018). Ayrıca tekil olarak sosyal medya bağımlılığı ve depresif belirtiler arasında ilişki olduğuna işaret eden birçok çalışmaya da alanyazında rastlanmaktadır (Aydın, Koçak, Shaw, Buber, Akpınar ve Younis, 2021; Koçak, İlme ve Younis, 2021; Tang ve Koh, 2017; Verseillie, Laconi ve Chabrol, 2020). Kırılğan narsisizmde bireylerin başkalarından gelen değerlendirmelere duyduğu yoğun ihtiyacın önemli olduğu bilgisi ve aynı zamanda bireylerin kendilerini başkalarıyla karşılaştırmak suretiyle nasıl değerlendirdiklerinin de taşıdığı önemden dolayı önerilen modele sosyal karşılaştırma değişkeni eklenmiştir. Sosyal karşılaştırma, insanın sosyal yaşamında evrensel bir olgudur. Bireyler sahip olduklarını/olmadıklarını başkalarının sahip olduklarıyla/olmadıklarıyla karşılaştırarak bir öz değerlendirme yapabilir (Festinger, 1954). Sosyal karşılaştırma yapabilmenin çeşitli yolları ve alanları vardır. Bu karşılaştırmayı dolaysız olarak, her zaman ve her yerde yapabilme imkânı sunması bakımından sosyal medya platformları önemli bir alan haline gelmiştir (Lee, 2014; Vogel, Rose, Roberts ve Eckles, 2014). İki farklı sosyal karşılaştırma vardır. Bunlardan ilki aşağı

doğru sosyal karşılaştırma, kişinin kendinden daha kötü durumda olan insanlarla karşılaştırmasıdır ve bunun bireysel tatmine ve benlik saygısına katkısı olduğu ifade edilmiştir (Festinger, 1954; Foddy ve Kashima, 2002). İkinci olarak yukarı doğru sosyal karşılaştırma, kişinin kendine göre daha iyi durumda olan insanlarla kendini karşılaştırmasıdır (Festinger, 1954). Narsisistik Kişilik Envanteri'nden yüksek puan alan bireyler aşağı doğru sosyal karşılaştırma yaparken olumlu yönde etkilenirken, yukarı doğru sosyal karşılaştırmada düşmanlık gibi olumsuz duygular yaşadıklarını bildirmişlerdir (Bogart, Benotsch ve Pavlovic, 2004). Yakın zamanda yapılmış bir çalışma ile kırılğan narsisist kişilerin sosyal medya kullanımına göre yaptıkları sosyal karşılaştırmaların yönünün değişebileceği ifade edilmiştir. Çalışma sonucunda, aktif veya pasif sosyal medya kullanımının dolaylı olarak sosyal karşılaştırmaların yönünü etkileyebileceği ortaya konmuştur (Kong, Wang, Zhang, Li ve Sun, 2021). Mevcut tez çalışmasında kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırmaların önemli bir aracı etkisi olabileceği düşünülmüş ve bu düşünceden hareketle bu değişken önerilen modelde yer almıştır.

Son olarak sosyal medya bağımlılığında önemli bir durumsal etmen olarak alanyazında yer alan algılanan yalnızlığın da mevcut çalışmada yer alması önemlidir çünkü depresif belirtiler ve bireylerin algıladıkları yalnızlık ilişkisine değinen birçok çalışmadan da yola çıkılarak (Cacioppo, Hughes, Waite, Hawkey ve Thisted, 2006; Wang, Mann, Lloyd-Evans, Ma ve Johnson, 2018) sosyal medya bağımlılığında da etkisi olacağı düşünülmektedir.

Buraya kadar kısaca bu çalışmanın neden yapılmaya karar verildiğinden söz edilmiştir. Bu bölümün ilerleyen sayfalarında bu kararı destekleyecek alanyazın bilgisine yer verilecektir.

Şekil 1'de önerilen model incelenebilir.



Şekil 1: Sosyal Medya Bağımlılık Modeli

Bireysel ve profesyonel yaşamın dijitalleşmesinin önemli kilometre taşlarından biri olarak gösterilen internet, özellikle son 20 yıldır kullanımının yaygınlaşmasıyla bireyler ve toplum için işlevsel bir bilgi, akademik araştırma ve eğlence aracı haline gelmiştir. İnternetin kullanım alanları ve olanakları genişledikçe kullanıcı sayısında da dramatik bir artış olmuştur (Kemp ve Clayton, 2017; Kuss ve Griffiths, 2012a). Gelişimsel anlamda internete kısaca göz atıldığında internetin ilk ortaya çıktığı ve en ilkel dönemi olarak anılan 1990 ila 2000 yılları arasını kapsayan Web 1.0 (monolog ağ) döneminde internet kullanıcıları, internette olan bitenleri sunucular aracılığıyla sadece okuyabilen pasif bir konumdaydı. Web 2.0 (interaktif ağ/interactive web) olarak adı geçen ve 2000 ila 2010 yılları arasını kapsayan dönem ise kullanıcıyı merkez alan ve kullanıcının da içeriğe platformlar aracılığıyla etkin bir biçimde katkı sağladığı, diğer kullanıcılarla bağlantı kurabildiği bir dönem olmuş ve “sosyal ağ” olarak adlandırılmıştır. Sosyal medyanın ön plana çıktığı, Facebook, YouTube, Instagram, Wikipedia gibi internet siteleri ve uygulamalar da bu süreçte ortaya çıkmıştır. Günümüze gelindiğinde ise Web 3.0 (anlamsal ağ/semantik ağ/semantic web) olarak adlandırılan süreç, yapay zekâ yoluyla anlamlandırılarak herhangi bir uygulama ya da platform gibi bir aracı

olmaksızın kişilerin ilgilerine özel hazırlanmış içeriklerden oluşmaktadır (Gözübüyüköğlu, 2019).

İnternetin 1990'lerden günümüze değin bireylerin farklı gereksinimlerine yanıt olmasının yanı sıra kolay incinebilir gruplar tarafından aşırı ve kontrolsüz kullanımı nedeniyle olası olumsuz sonuçları da söz konusudur (Kuss, Griffiths, Karila ve Billieux, 2014). Bu sonuçların bir çıktısı olarak yapılan çalışmalarda Dünya yetişkin nüfusunun yaklaşık %2'sinin bağımlılık düzeyinde bir internet kullanımı olduğu öne sürülmektedir (Kuss ve ark., 2014; Kuss ve López-Fernández, 2016; Poli, 2017). Kısaca ifade edilecek olursa, internet bağımlılığı bireylerin yaşamlarında duygusal, bilişsel ve davranışsal alana ilişkin sorunlarla kendini gösteren aynı zamanda sosyal ve akademik alanlarda olumsuz deneyimlere neden olan çok katmanlı bir bağımlılık türüdür (Caplan, 2005). İnternet kullanma isteğinin önüne geçilememesi, internetsiz geçirilen zamanın önemsizleşmesi, daha önceden kişi için olumlu duygular uyandıran etkinliklerin artık bunları uyandıramaması, kişilerin internetten yoksun kaldıkları zamanlarda aşırı saldırgan, öfkeli bir tutum içinde olmalarıyla birlikte sözü edilen bu durumun kişilerin aile/sosyal hayatlarında bozulmalar meydana getirmesi ve sürekli, karşı konulamaz biçimde çevrimiçi olma isteği ile ilgili kişilerin suçluluk duygusu yaşamaları da internet bağımlılığının bir davranışsal bağımlılık olarak ele alınmasında temel belirtiler olarak sunulmuştur (Davis, 2001; Young, 2004). Psikoloji, sosyoloji, psikiyatri, halk sağlığı, eğitim, sosyal hizmetler gibi farklı disiplinlerce yürütülen çalışmalarda sözü edilen bu kontrolsüz aşırı kullanımın olası neden ve sonuçlarına, bu kullanımın bir bağımlılık olarak ele alınıp alınmayacağına yönelik tartışmalar sürmektedir. Kavramsal anlamda bir internet bağımlılığından söz edilse ve bu konudaki çalışmaların sayısında artış olsa da internet kullanımıyla ilintili olası psikolojik sorunların belirli bağlamda ele alınmasına dair bir fikir birliği bulunmamaktadır. Bu ilgi çekici konuya dair alanyazın incelendiğinde, son yıllarda yapılan araştırmaların odağının genel internet kullanımından

çevrimiçi alışveriş, oyun, flört veya sosyalleşme gereksinimlerine yanıt veren özel kullanım alanlarına doğru kaydığı görülmektedir (Chamberlain ve ark., 2016; Kardefelt-Winther, 2017).

İnternetin genel kullanımından özgül kullanımına odaklanan yakın dönem çalışmalarda sosyal medya kullanımına yoğunlaşıldığı görülmektedir. Bu noktada sosyal medya kullanımının kapsamının belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bireylerin ve toplulukların sanal bir ağ içinde iken web uygulamaları veya mobil uygulamalar aracılığıyla paylaştıkları bilgi, fikir, fotoğraf veya video ya da birbirleriyle kurdukları anlık etkileşimlerin tümü sosyal medya faaliyetleri içinde yer almaktadır (Ellison, Steinfield ve Lampe, 2007; Naslund, Aschbrenner, Marsch ve Bartels, 2016). Sosyal medyada sözü edilen bu faaliyetlerin bireylerin bilgiye erişim (Treem, Dailey, Pierce ve Leonardi, 2015), yeni ilişkiler kurma ve halihazırdaki ilişkileri güçlendirme (Boyd ve Ellison, 2007; Marino, Vieno, Moss, Caselli, Nikčević ve Spada, 2016), tartışma (Treem ve ark., 2015), ortak özelliklere veya ilgi alanlarına sahip kişilerle bir araya gelme ve sosyalleşme (Boyd ve Ellison, 2007; Ellison, ve ark., 2007), flörtleşme (Ryan, Reece, Chester ve Xenos, 2016), kumar oynama veya sohbet etme (Kuss ve Griffiths 2012b; Griffiths, Kuss ve Demetrovics, 2014) gibi çeşitli amaçlara hizmet ettiği söylenebilir.

Birçok ülkenin sosyal medya kullanım alışkanlıklarıyla ilgili çalışmaları bulunan New York merkezli bir araştırma grubu (We Are Social) tarafından 2022 yılının ocak ayında yayımlanmış rapora göre dünyada sosyal medya kullanıcı sayısı 2021'den 2022'ye 4.2 milyardan 4.62 milyar kişiye ulaşmış ve günlük sosyal medya kullanım süresi de 2 dakika artarak 2 saat 27 dakikaya ulaşmıştır. Sosyal medya kullanan bireylerin demografik profilleri incelendiğinde, bu kullanımın iki cinsiyet için 20-29 yaş arasında yoğunlaştığı belirtilmiştir. Dünyada sosyal medya kullanımının cinsiyetler açısından dağılımına bakıldığında kullanıcıların %46.1'inin kadın ve %53.9'unun erkek olduğu

belirtilmektedir. Sosyal medya kullanımının temel nedenlerinin neler olduğu irdelendiğinde bunların sırasıyla arkadaşlar ve aileyle etkileşim halinde olma, boş zamanı doldurma, başkalarının hikâyelerini okuma, içerik arama, neler hakkında konuşulduğunu görme, yapılacak ya da alınacak şeyler için ilham bulma, ürün satın alma, başkalarıyla görüşlerini paylaşma ve tartışma, yeni bağlantılar kurma, canlı yayın takip etme, favori markaların içeriklerini görme, işle ilgili bağlantı kurma ve araştırma yapma, ortak ilgi alanlarına sahip gruplar bulma, spor karşılaşmalarını izleme veya takip etme, ünlüleri ya da içerik üreticileri (influencer) takip etme, kendi hayatları hakkında gönderi paylaşma olduğu görülmüştür (We Are Social, 2022). Anılan bu sıralamanın en sonunda ise Przybylski, Murayama, DeHaan ve Gladwell (2013) tarafından internet ve sosyal medya kullanımına ilişkin bir kavram olarak alanyazına kazandırılmış olan “gelişmeleri kaçırma korkusu” (Fear of Missing Out) yer almaktadır.

Aynı raporun Türkiye özelinde yayımlanan verileri incelendiğinde Türkiye’deki sosyal medya kullanıcılarının günlük kullanım süresinin 2 saat 59 dakika olduğu ve bu sürenin dünya ortalamasından 32 dakika daha yüksek olduğu dikkat çekmektedir. Türkiye’de 69.95 milyon kişinin internet erişimi olduğu ve 68.9 milyon kişinin sosyal medya kullanıcısı olduğu; bu sayının 2021 yılından 2022’ye 8.9 milyon arttığı belirtilmiştir. Türkiye’deki sosyal medya kullanıcılarının sosyal medyayı neden ve hangi amaçlarla kullandığı sorgulandığında arkadaşlar ve aileyle etkileşimde olma, haber okuma, paylaşılan hikâyeleri görme, boş zamanı doldurma, satın almak üzere ürün arama, içerik arama, yapılacak veya alınacak şeyleri araştırma, canlı yayın izleme, görüşlerini başkalarıyla paylaşma, markalara ilişkin içerik bulma, işle ilgili etkinliklerde bulunma, ne hakkında konuşulduğunu görme, spor müsabakalarını takip etme, yaşamları hakkında paylaşımda bulunma, yeni bağlantılar kurma ve son olarak da ünlüleri ve influencerleri takip etme şeklinde sıralanmıştır (We Are Social, 2022).

Buraya kadar internetin tarihsel gelişimine, internet kullanımının nedenleri ve istatistiklerine ilişkin küresel ve Türkiye özelindeki özet bilgileri sunulmuştur. Bu tez çalışmasında internetin en yaygın özgül kullanımı olması bakımından sosyal medya bağımlılığı ele alınacak olmakla birlikte, sosyal medya bağımlılığının kavramsal köklerini net bir çerçeveden aktarmak amacıyla önce davranışsal bağımlılık kavramına değinmek uygun olacaktır.

1.1. Davranışsal Bağımlılık Kavramsallaştırması

Dünya Sağlık Örgütü Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırma ve Tanı Ölçütlerinin (International Classification of Disease [ICD]) 11. sürümü olan ICD-11'e göre; bağımlılık yaratan maddeler dışında, ödüllendirici davranışların tekrarlayıcı olarak yapılmasından kaynaklanan, bireyin işlevselliğinde bozulmalara ve sorunlara yol açan, klinik olarak önemli ve tanınabilir bozukluklar, davranışsal bağımlılığa bağlı bozukluklar olarak tanımlanmakta ve sadece çevrimiçi veya çevrimdışı oynanan kumar ve oyun bağımlılığını kapsadığı görülmektedir (ICD-11, 2021). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM]) beşinci ve son sürümü olan DSM-5'te ise davranışsal bağımlılık, madde bağımlılığına benzer özellikler gösteren ama bu özelliklerin herhangi bir madde kullanımını takiben ortaya çıkmadığı, tekrarlayıcı davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca Grant, Potenza, Weinstein ve Gorelick (2010) davranışsal bağımlılıkları olumsuz sonuçlarına rağmen sürdürülen davranışlar olarak nitelendirmiştir. Her ne kadar davranışsal bağımlılık teriminin çatısı altında 'İnternet bağımlılığı', 'Sosyal medya bağımlılığı', 'Pornografi bağımlılığı', 'Alışveriş bağımlılığı' ve 'Yemek yeme bağımlılığı' gibi davranışlara yönelik geniş bir akademik ilgi ve kamuoyu ilgisi göze çarpsa da şu anda DSM-5'te davranışsal bağımlılık

olarak nitelendirilen tek resmi tanı örneği olarak Kumar Oynama Bozukluğu'nun yer aldığını belirtmek gerekir (APA, 2013; Robbins ve Clark, 2015).

DSM-IV'te (APA, 2000), “Madde Kötüye Kullanımı ve Bağımlılığı” olarak adlandırılan tanı kategorisinin DSM-5'te “Madde Kullanımı ve Bağımlılık Bozuklukları” olarak güncellenmesi ve kavramsal olarak bağımlılığın sadece madde kullanımı ile sınırlı olmayan bir davranış olarak ele alınışı, bağımlılık kavramının daha kapsayıcı ve bütüncül bir hale gelmesine katkı sağlamıştır (Noyan, Enez Darçın, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz, 2015). DSM-5'te davranışsal bağımlılık, madde bağımlılığına benzer özellikler gösteren fakat bir madde kullanımının ardından ortaya çıkmayan, seks, kumar, oyun, alışveriş gibi alt tiplere ayrılabilen tekrarlayıcı davranışlar olarak nitelendirilmektedir (APA, 2013). DSM-5'te madde ile ilişkili olmayan bozukluk kategorisinde sadece ‘Kumar Oynama Bozukluğu’ (KOB) yer alıyorsa da bağımlılık yaratma olasılığı olan tekrarlayıcı davranışlar DSM-5'in ileri araştırmalar gerektiren üçüncü kısmında yer almaktadır ve bunların davranışsal bozukluk olarak nitelendirilebilmeleri için daha fazla çalışma bulgusu gereklidir (APA 2013, s. 231).

İnternet kullanımına bağlı davranışsal bağımlılıklar başlığı altında incelenen davranışlar çevrimiçi oyun oynama, akıllı telefon kullanımı, alışveriş yapma, pornografik içerik izleme, e-posta kontrolü, anlık mesajlaşma ve sosyal medya kullanımı şeklinde belirtilmiştir (Ioannidis ve ark., 2018). Bireylerin özellikle temasta kalma gereksinimlerini karşılama amacıyla sosyal medya gibi mecraları sıklıkla kullanıyor olmasının riskler barındırdığı düşünülmektedir. Burayı biraz daha açmak gerekirse insanlar “gerçek dünyada” gerçekleştirdikleri iletişim kurma, oyun oynama, alışveriş yapma, bir topluluğa katılma gibi etkinlikler için daha fazla internette çevrimiçi olmaya gereksinim duydukça bu gereksinimin kontrol edilebilirliği o oranda azalmıştır (Lindenberg, Halasy, Szász-Janocha ve ve Wartberg, 2018).

Davranışsal bir bağımlılık olarak internet bağımlılığını konu edinen yakın dönemli çalışmalar, bireylerin internet ve sosyal medya kullanımına ilişkin niyetlerinin göz ardı edilebileceği, çağa uygun ve uyumlu teknolojik davranışlarının “aşırı patolojikleştirilmesi” olasılığına işaret etmektedir (Billieux, Schimmenti, Khazaal, Maurage ve Heeren, 2015; Carbonell ve Panova, 2017; Pontes, Taylor ve Stavropoulos, 2018; Talis 2022). İnternetin aşırı kullanımında bireylerin internetin kendisine değil çevrimiçi ortamdaki davranışlara bağımlı hale geldikleri akılda tutulmalıdır (Meerkerk, van den Eijnden, Vermulst ve Garretsen, 2009). Bu yüzden kavramsal çerçeveyi daha netleştirmek için öncelikle davranışsal bir bağımlılık olarak ele alınan internet bağımlılığından, ardından da çalışmanın temel odak noktası olan sosyal medya bağımlılığından söz edilecektir.

1.1.1. İnternet Bağımlılığı Nedir?

İnternet bağımlılığı, çevrimiçi uygulamaların aşırı kullanımına işaret eden ve bu aşırı kullanımın bireylerin yaşamları üzerinde olumsuz yönde etkilere yol açtığı davranışsal bir bağımlılık olarak kavramsallaştırılmıştır (Kuss ve ark., 2014). İnternet bağımlılığının nasıl ve neye göre sınıflandırılacağı konusu tartışmalıdır (Goldberg, 1996). Alanyazın incelendiğinde aşırı internet kullanımı (Choi, Son, Park, Han, Kim, Lee ve Gwak, 2009), internetin kötüye kullanımı (Griffiths, 2010); problemlili internet kullanımı (Ceyhan, Ceyhan ve Gürçan, 2007; Hadlington, 2017; Shapira, Lessig, Goldsmith, Szabo, Lazoritz, Gold ve Stein, 2003; Yellowlees ve Marks, 2007), patolojik internet kullanımı (Davis, 2001; DiNicola, 2004; Gönül, 2002; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000), kompülsif internet kullanımı (Chatterjee ve Sinha, 2012; Meerkerk ve ark., 2009), internet davranış bağımlılığı (Hall ve Parsons, 2001), internet bağımlılığı (Dowling ve Brown, 2010; Shaw ve Black, 2008), sanal bağımlılık (Greenfield, 1999), internet bağımlılığı bozukluğu (Sharma ve Sousa, 2016) gibi pek çok terimin olduğu görülecektir. Mevcut tez

alışmasında alanyazında önemli olduğu düşünölen belli başlı incelemelerdeki uzlaşım sal kullanımı da göz önüne alınarak daha açıklayıcı ve kapsayıcı olduğuna inandığımız “internet bağımlılığı” ve ilerleyen sayfalarda da aynı nedenlerden dolayı “sosyal medya bağımlılığı” terimlerinin kullanılması tercih edilmiştir.

İnternet bağımlılığı hakkında ilk çalışmaları yapan Young (1998) ve bunu biyopsikososyal bir perspektiften ele alan Griffiths’in (1996, 2005) ayrı ayrı oluşturduğu davranışsal bağımlılık modeline göre bir davranışın bağımlılık olarak nitelendirilmesi için Young’a göre sekiz, Griffiths’e göre altı öge bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı görgöl olarak ilk kez 1996’da Young tarafından incelenmiştir ve bu ölçütler DSM-IV’te resmi olarak yer alan ve davranışsal bağımlılık olarak tanımlanan patolojik kumar oynama bağımlılığı ile benzerlikleri göz önüne alınarak oluşturulmuştur (Young, 1998). Young tarafından önerilen sekiz ögeli ölçüt grubundan beşinin bireyde bulunduğu hallerde internet bağımlılığı tanısı önerilmiştir. İnternet bağımlılığına dair ölçütler sunan ilk çalışma olması ve internet bağımlılığında kullanım niyet ve amaçlarını da sorgulaması özelliklerinden dolayı da önemli bir yer tutmaktadır. İnternet bağımlılığı temel alınarak oluşturulmuş bu ölçütler her ne kadar mevcut çalışmanın odak noktası olan ve özgöl kullanım alt tiplerinden biri olan sosyal medya bağımlılığı ile ilgili ileriki çalışmalara yön verdiyse de Griffiths (2005) tarafından biyopsikososyal odaktan ve bütün davranışsal bağımlılıkları kapsayacak şekilde önerilen altı ölçütlü açıklamanın da göz ardı edilmemesi önemlidir.

Tablo 1’de bu iki yaklaşıma dair ölçütler sıralanmıştır.

Tablo 1. Young (1998) ve Griffiths (2005) tarafından önerilen internet bağımlılığı ölçütleri

Young (1998)	Griffiths (2005)
1) İnternet kullanımına ilişkin aşırı zihinsel uğraş.	1) Zihinsel meşguliyet: Birey için bağımlılık nesnesi yaşamının en merkezi ve önemli etkinliği haline gelmiştir; bağımlılık nesnesinden uzak kaldığında birey duygu, düşünce ve davranışlarıyla tam bir meşguliyet içindedir.
2) Yaşanması beklenen hoşnutluk duygusunu elde etmek için daha fazla zaman harcama.	2) Duygudurum değişikliği: Birey için bağımlı olunan nesne duygularını düzenlemeye ve yaşamında yer alan sorunlardan kaçmasına hizmet etmektedir.
3) Planlanandan uzun süren kullanım ve gerekli görülürse bununla ilgili yalan söyleme eğilimi.	3) Tolerans: Duygu düzenlemeyi daim kılmak için aynı etkiyi sağlamak adına bireyler bağımlı olunan nesneyle geçirilen zamanın arttırılması.
4) Söz konusu kullanımın az olması ya da hiç olmaması gibi koşullar söz konusu olduğunda bireyin huzursuz veya çökkün hissetmesi şeklinde gözlenen duygusal değişimler	4) Geri çekilme: Bireyin bağımlılık nesnesinin kullanmasının mümkün olmadığı ya da görece azaldığı durumlarda aşırı huysuzluk, sinirlilik gibi hoş olmayan duyguları ve terleme, baş ağrısı, titreme gibi bedensel tepkileri içeren deneyimler yaşaması.
5) Kullanımı azaltmaya ya da hiç kullanmamaya odaklanan sınırlamalarda sonuç vermeyen çabalar.	5) Çatışma: Bireyin bağımlılık nesnesinin yaşamında kapladığı yer dolayısıyla kişilerarası ilişkiler ve kendisi ile ilgili çatışma yaşaması.
6) Aşırı kullanım nedeniyle ailevi, sosyal, akademik alanlarda ya da iş alanlarında sorunlar yaşama.	6) Nüks: Birey her ne kadar bağımlılık nesnesini kullanmayı kontrol etmek amacıyla azaltsa ve hatta bıraksa dahi haftalar, aylar ve hatta yıllar sonra önceki kullanım durumuna geri dönmesi.
7) Eğitim ve kariyer gibi alanlardaki fırsatları tehlikeye atma veya kaçırma.	
8) İnternetin sorunlardan ve olumsuz duygulardan uzaklaşma amacıyla kullanılması.	

Aile ve arkadaş ilişkilerinde zayıflamalar, akademik alanda başarısızlık, düzensiz beslenme ve hareketsizlikten kaynaklanan fiziksel sağlık sorunları, depresyon görünümünde artma, uyku düzeninde bozulmalar, internet haricindeki aktivitelere yönelik ilgide azalma hali kişilerin internet bağımlılığı durumunda yaşayabilecekleri bireysel zorlanmalardandır (Chou ve Hsiao, 2000; Kross ve ark., 2013; Morahan-Martin, 1997; Morrison ve Gore, 2010; Woods ve Scott, 2016; Young, 2007).

İnternet bağımlılığının sadece bağımlılığın davranışsal çıktılarıyla değil aynı zamanda bireylerin bilişleriyle de ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda Davis'in (2001) önerdiği Bilişsel Davranışçı Model'e göre internetin patolojik kullanımının odağında uyum bozucu bilişler vardır. Modelde internetin patolojik kullanımının iki ayrı alt tipinin olduğu belirtilmiş ve bunlar özgül ve genelleşmiş patolojik internet kullanımı olarak adlandırılmıştır. Cinsel materyal, alışveriş, kumar oynama gibi internetin belirli işlevlerinin belirli ilgiler çerçevesinde yoğun kullanımı özgül patolojik internet kullanımı olarak tanımlanırken, internetin pek çok işlevinin çok boyutlu ve net bir amaç olmaksızın aşırı kullanımı da genelleşmiş patolojik internet kullanımı olarak adlandırılmaktadır. Bireylerin internet bağlantıları olmadan yapamamalarının sosyal olarak kabul edilmediğini düşünmeleri, kimliklerinin bir parçası olarak nitelendirmeleri ve suçluluk duygusuyla kendilerini durduramayarak interneti bu motivasyonla kullanmaya devam etmeleri patolojik internet kullanımına ilişkin önemli bir bilgidir. Bu kullanımın, internetin sosyalleşme yönü ile ilgili olduğu ve çevrimiçi bir biçimde elde edilen bu temasın zaman geçtikçe daha da gereksinim duyulan bir eylem haline dönebileceği olasılığı akılda tutulmalıdır (Davis, 2001). Sağlıklı internet kullanımı bireyin interneti belirli amaç için bir araç olarak kullandığı, interneti kullanım süresinin makul boyutlarda olduğu, çevrimiçi ve çevrimdışı iletişimin farklarının ayırdında olduğu ve bireyde bu kullanım boyunca bilişsel ve davranışsal sorunlara neden olmayan bir kullanımdır (Davis, 2004).

1.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı ve Epidemiyolojisine İlişkin Bulgular

İnternet bağımlılığı yaygınlığını araştıran çalışmalar yetişkinlik dönemindeki bireylerin %0.3'ü ile %37.5'i arasında rastlandığını göstermektedir (Aboujaoude, Koran, Gamel, Large ve Serpe, 2006; Ko, Liu, Yen, Chen, Yen ve Chen, 2013). Yaygınlığı araştıran çalışmalar arasındaki bu derin farklılık bağımlılık için ele alınan ölçütler, çalışılan örneklemenin genişliği ve özellikleri, kullanılan ölçme araçları ve örnekleme yönteminden kaynaklanıyor olabilir.

Sosyodemografik değişkenler açısından internet bağımlılığını ele alan çalışmalar incelendiğinde, genç yetişkinlerin interneti en yoğun kullanan yaş grubu olduğu görülmektedir (Bakken, Wenzel, Götestam, Johansson ve Oren, 2009; Balhara, Singh ve Bhargava, 2020; Dieris-Hirche ve ark., 2017; Holdoš, 2017; Morrison ve Gore, 2010; Stavropoulos, Anderson, Beard, Latifi, Kuss ve Griffiths, 2019; Wolniewicz, Tiamiyu, Weeks ve Elhai, 2018). Cinsiyetler arasında farklılık olup olmadığını irdeleyen çalışmalara bakıldığında internet bağımlılığına erkeklerde daha sık rastlanmaktadır (Batıgün ve Kılıç, 2011; Ceyhan, Boysan ve Kadak, 2018; Cypress, 2011; Günay, Öztürk ve Arslantaş, 2018; Ha ve Hwang, 2014; Park, Jeon, Bae, Seong ve Hong, 2017; Say ve Batıgün, 2016; Willoughby, 2008; Xin, Xing, Pengfei, Houru, Mengcheng ve Hong, 2018).

Depresyon tanısı almış grupla yapılan bir çalışmaya göre erkek olmak internet bağımlılığının önemli bir yordayıcısıdır (Dieris-Hirche ve ark., 2017). Başka bir araştırmada sorunlu internet kullanma süresinin cinsiyete göre farklılaşmadığı ancak erkeklerin oyun oynamak, kadınların ise sosyal ağlarda bulunmak için daha fazla zaman geçirdiği belirtilmiştir (Mazman ve Usluel, 2011; Su, Han, Yu, Wu ve Potenza, 2020; Vink, van Beijsterveldt, Huppertz, Bartels ve Boomsma, 2016). Ayrıca sosyal medya kullanım pratiklerinde kadınlar ve erkekler kullanım amaçları ve paylaştıkları içerikler

bakımından birbirlerinden ayrılmaktadır (Haferkamp, Eimler, Papadakis ve Kruck, 2012; Krasnova, Veltri, Eling ve Buxmann, 2017; Mazman ve Usluel, 2011).

1.1.2.1 Sosyal Medya ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Bilinen anlamıyla sosyal medyanın ilk ilkel kullanımı 1979'da çevrimiçi bir tartışma platformu ve bireylerin platform üzerinde genel bir mesaj yayınlayıp paylaşabildiği bir sistem olan USENET'te görülmüştür. Bir kavram olarak kullanımının ise ilk kez 1994'te Matisse adlı çevrimiçi ortamda gerçekleştiği ifade edilmektedir (Kaplan ve Haenlein, 2010). Günümüzde sosyal medya uygulamaları (örn. Instagram, Facebook, YouTube, Twitter) dünya çapında milyarlarca insan tarafından kullanılmaktadır ve kişilerarası iletişim, sosyal etkileşim ve öğrenme deneyimleri açısından dönüştürücü bir etkiye sahiptir. Sosyal medya, ilgi çekici içeriğin geniş bir kitleye yayılmasına, kullanıcılar tarafından diğer kullanıcılar için üretilen içeriklerin dolaşıma sokulmasına izin veren İnternet tabanlı, Web 2.0 teknolojisi temelli uygulamaların hepsine verilen addır (Kaplan ve Haenlin, 2010; Kapoor, Tamilmani ve Rana, 2018). Bu uygulamalar aracılığıyla bireyler kendilerine ait profillerini, çevrimiçi arkadaş/bağlantı listelerini oluşturabilir, içerikleri güncelleyebilir veya aynı şekilde dilerlerse başkaları tarafından yayınlanmış içerikleri görüntüleyebilir, bunlara yorum yapabilirler (Boyd ve Ellison, 2007; Verduyn, Ybarra, Résibois, Jonides ve Kross, 2017).

Sosyal medya, özellikle son yirmi yılda birçok insan için zamanla gündelik hayatın rutininde yer almış, çevrimiçi ortamda kendilik sunuşları hakkında yeni normların oluşmasına zemin hazırlamış ve önemli bir nirengi noktası haline gelmiştir (Hussain ve Starcevic, 2020; Marwick, 2015). Sosyal medyanın kullanım özellikleri ve örüntüleri kişiden kişiye, kullanımı ise daha çok tercih edilen platforma göre değişebilir ve bunlar farklı sosyal doğurgulara neden olabilir (Brandtzæg ve Heim, 2011; Kircaburun ve Griffiths, 2018; Malkin, 2015). Kullanıcılar sosyal medya uygulamalarında uzun zaman geçirip, mesafeden bağımsız biçimde başkalarıyla etkileşime girerek yaşamlarına ilişkin

birçok özel ayrıntıyı bu platformlarda paylaşma eğilimindedir (Tosun, 2012). Bunun bir sonucu olarak ilişkileri geliştirmeyi amaçlayan çeşitli çevrimiçi topluluklar kurulmuştur (Ahmed ve Vaghefi, 2021). Erişim için kullanılan cihaz teknolojilerinin de gelişmesi ve taşınabilir hale gelmesiyle yıllar içinde birçok kişinin yaşam ve eylemlerinde sosyal medyanın daha da önemli bir yer tutar hale geldiğini söylemek yanlış olmayacaktır (Akanferi, Aziale ve Asampana, 2014; El-Khoury, Haidar, Kanj, Ali ve Majari, 2021; Lee, Tam ve Chie, 2014; Yıldırım ve Correia, 2015).

Sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığının sosyal ağlar özelinde incelendiği bir alt kategori olarak ele alınmaktadır ve sosyal medya kullanımının hangi noktada sorunlu/patolojik/bağımlılık yapıcı olabileceğine ilişkin farklı önermeler vardır (Longstreet ve Brooks, 2017). Bağımlılık derecesinde kullanım, sorunlu kullanım, patolojik kullanım gibi internet bağımlılığı başlığında vurgulanan terminolojik farklılıklar sosyal medya bağımlılığı için de geçerlidir. Kavramsal olarak internet bağımlılığında vurgulanan uzlaşının sosyal medya bağımlılığı için de geçerli olabileceği düşünüldüğü için sosyal medya bağımlılığı kavramının kullanımı tercih edilmiştir.

Tarihsel açıdan gelişim ve kullanım yaygınlığı göz önüne alındığında, sosyal medya bağımlılığını konu edinen çalışmaların ve bu çalışmalara yönelik ilginin internet bağımlılığıyla ilgili çalışmalara kıyasla yeni olması şaşırtıcı değildir (Andreassen, 2015; Blackwell, Leaman, Tramposch, Osborne ve Liss 2017; Boyd ve Ellison, 2007; Dutot ve Lichy, 2019; Griffiths ve ark., 2014; Kırcaburun ve Griffiths, 2018; Kuss ve Griffiths, 2017; Turel, Brevers ve Bechara, 2018; van den Eijnden, Lemmens ve Valkenburg, 2016). Ancak, sosyal medya bağımlılığının da internet bağımlılığı araştırmalarında da değinildiği gibi psikoaktif madde kullanım bozukluğu ile ortak özelliklerinin bulunduğu ve bunun yeni bir halk sağlığı sorununu temsil edebileceği ve “bağımlılık yapan davranışlara bağlı diğer tanımlanmış bir bozukluk” olarak kabul edilmesi yönündeki öneri de göz ardı edilmemelidir (Brand ve ark., 2020; Kuss ve Griffiths, 2017).

Sosyal medya bağımlılığının nasıl geliştiği hakkında kuramsal anlamda genel bir tutarlılığın olmaması, bu bağımlılığın birey üzerindeki etkisini araştıran ve tartışan birçok çalışmaya da alan açmıştır. Örneğin bir meta-analiz çalışmasında (Liu, Baumeister, Yang ve Hu, 2019) sosyal medyanın bireyler tarafından hangi amaçla kullanıldığının bireylerin iyi olma halleri üzerinde etkili olduğu belirtilmiştir. Buna göre etkileşim, kendilik sunumu ve eğlence amacıyla sosyal medya kullanımı kişilerin iyilik hali ile olumlu yönde ilişkiliyken sadece içerik tüketimi amaçlı sosyal medya kullanımının iyilik haliyle olumsuz yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Sosyal medya kullanımıyla bireylerin iyilik hallerinde olumlu yönde değişim olduğunu ifade eden çalışmalarla birlikte (Beyens, Pouwels, van Driel, Keijsers ve Valkenburg, 2020; Du ve Lin, 2019) iyilik halindeki olumsuz sonuçlara ulaşan çalışmalar da vardır. Bu çalışmaların özellikle akademik başarı (Doleck ve Lajoie, 2018; Glass, Li ve Pan, 2014; Janković, Nikolić, Vukonjanski ve Terek, 2016; Samaha ve Hawi, 2016), uyku sorunları (Alonzo, Hussain, Stranges ve Anderson, 2021; Cain ve Gradisar, 2010; Levenson, Shensa, Sidani, Colditz ve Primack, 2016; Woods ve Scott, 2016), fizyolojik sorunlar (Andreassen, Billieux ve Griffiths, 2016; Lee, Jiang, Crocker ve Way, 2022; Nikbin, Iranmanesh ve Foroughi, 2021; Xue ve ark., 2018) ve kişilerarası ilişkiler (Gilmour, Machin, Brownlow ve Jeffries, 2020; Lahiry, Choudhury, Chatterjee ve Hazra, 2019) gibi konular üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir.

Sosyal medya kullanımının davranışsal bağımlılığa dönüşme olasılığı ve bireylerin sağlıkları, akademik ya da iş performansları üzerindeki etkileri düşünüldüğünde, bağımlılığa neden olacak etmenlerin kapsamlı bir şekilde gözden geçirilmesinin önemi daha anlaşılır hale gelmektedir. Davis (2001) tarafından internet bağımlılığına açıklama getiren Bilişsel Davranışçı Model’de belirtildiği üzere, herhangi bir hedef ya da amacın olmadığı aksine sadece kullanma halinin amaç olduğu bir sosyal medya kullanımının bağımlılığın habercisi olabileceğine ilişkin çalışmalar alanyazında

yer almaktadır (Koc ve Gulyagci, 2013; Muench, Hayes, Kuerbis ve Shao, 2015; Wohn ve LaRose, 2014).

Sosyal medya bağımlılığı bazı çalışmalarda sosyal medya uygulamasında geçirilen toplam zaman ve gün içinde kullanım sıklığı ile açıklanırken (Bányai ve ark., 2017; Chae, Kim ve Kim, 2018; Koc ve Gulyagci, 2013; Ndasauka ve ark., 2016; Pasek, More ve Romer, 2009; Xie ve Karan, 2019), bazı çalışmalarda bunun kullanım motivasyonları ile açıklandığı görülmektedir (Poon ve Leung, 2011).

Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmaların bazıları cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, eğitim düzeyi ve medeni durum gibi demografik değişkenler ile ilişkisini ele almaktadır. Sosyal medya bağımlılığı bazı çalışmalara göre erkeklerde (Çam ve İşbulan, 2012; Ryan, Reece, Chester ve Xenos, 2016), bazılarında ise kadınlarda daha sık görülmektedir (Andreassen, 2015; Andreassen ve Pallesen, 2014; Griffiths ve ark., 2014). Çevrimiçi alanların kullanım amaçları, bu mecradaki alışkanlıklar ve davranışlar cinsiyete göre farklılık gösterebilir (Kuss ve Griffiths, 2017). Farklı sonuçlar beklendik olsa da davranışsal bağımlılığa hangi perspektiften bakıldığı önemli bir husustur. Örneğin, Chae ve ark., (2018) tarafından yapılan bir çalışmaya göre, sosyal medyayı eğlence ve boş zaman geçirmek için kullanan erkeklerin sosyal medya kullanım süreleri daha uzun olsa bile sosyal medyayı temasta kalma, iletişim kurma ve bilgi edinme amaçları için kullanan kadınlara kıyasla erkekler daha düşük sosyal medya bağımlılığı riski taşımaktadır. Kadınların karşılıklı ilişki ve aidiyet duygusunu pekiştirme gibi kazanımlardan dolayı çevrimiçi olmayan dünyayı dışlama eğilimi artabilir ve bu da günlük işlevsellikte olumsuzlukların daha görünür hale gelmesi anlamına gelebilir. İfade edilen benzer sonuçlara başka kültürlerdeki çalışmalarda da rastlanmıştır (Andreassen ve ark., 2013; Kuss ve ark., 2014; McAndrew ve Jeong, 2012; Van Deursen, Bolle, Hegner ve Kommers, 2015).

Sosyal medya bağımlılığında bir başka önemli değişken de yaştır. Çalışmalarda gençlerin sosyal medya bağımlılığını ölçen ölçeklerde yüksek puan aldıkları saptanmıştır (Andreassen, Torsheim, Brunborg ve Pallesen, 2012; Hargittaj, 2004; Hong, Huang, Lin ve Chiu, 2014; Koç ve Gulyagci, 2013; Kuss ve ark., 2014). ‘Dijital yerliler’ ve ‘ekran nesli’ olarak adlandırılan (Griffiths, 2010) gençlerden oluşan bu topluluğun sosyal medyayı çoğunlukla ilişki kurmak, geliştirmek ve sürdürmek için kullanıyor olmalarının sonucu olarak çevrimiçi temelli oluşturdıkları bu kimliklerinin kendileri için önemli bir norm haline gelmesi beklendik bir sonuçtur (Allen, Ryan, Gray, McInerney ve Waters, 2014).

Yaşla birlikte sosyal medya bağımlılığı konusunda önemli bir başka etmen bireylerin romantik ilişkisinin olup olmamasıdır. Buna göre; romantik partneri olmayan bireylerin sosyal medya bağımlılığı geliştirme olasılığı romantik partneri olanlara göre daha yüksektir (Andreassen ve ark., 2016; Armağan, 2013; Kuss ve ark., 2014; Mamun ve Griffiths, 2019).

Sosyal medyanın sorunlu kullanımında yukarıda değinilen özelliklerle beraber internet kullanımında da değinilen kullanım motivasyonları önemli bir etmendir. Örneğin 17-25 yaş aralığında olan gençlerle yapılan bir çalışmaya göre sosyal medya kullanım motivasyonu kullanıcıların cinsiyetine göre farklılaşmaktadır. Kadın katılımcılar daha çok fotoğraf ve video paylaşmak amacıyla sosyal medya uygulamalarını kullandıklarını belirtirken erkek katılımcılar yeni arkadaş veya romantik partner arayışı ve halihazırda var olan arkadaşları ile iletişim sağlamak amacıyla bu uygulamaları kullandıklarını ifade etmişlerdir (Armağan, 2013). Gençlerle yapılan diğer çalışmalar da incelendiğinde iletişim kurma, oyun oynama, fikir alışverişinde bulunma, fotoğraf-video paylaşma, bilgi paylaşma ve yayma da sosyal medya uygulamalarını neden kullandıklarına yönelik alınan ortak yanıtlardandır (Armağan, 2013; Cheung, Chiu ve Lee, 2011).

Buraya kadar internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı kavramları ele alınmış ve bunlarla ilişkili çeşitli sosyo-demografik değişkenler hakkında bilgi verilmiştir. Bundan sonraki bölümde çalışmanın bağımsız değişkenlerinden biri olan kırılğan narsisizm ve diğer aracı değişkenlere (psikolojik belirtiler, sosyal karşılaştırma, sosyal-duygusal yalnızlık) hem ayrı ayrı değinilecek hem de bağımlı değişken olan sosyal medya bağımlılığı bağlamında ele alınacaktır.

1.2. Narsisizm

İlgili literatür incelendiğinde, davranışsal bağımlılıkların ve bu şemsiye altında sosyal medya bağımlılığının başlangıcında, gelişiminde ve sürdürülmesinde rol oynayan anahtar etmenlerden birisinin kişilik özellikleri olduğu görülmektedir (bkz. Andreassen ve ark., 2013; Grant ve ark., 2010; Lee, 2019; Ryan ve Xenos, 2011; Whaite, Shensa, Sidani, Colditz ve Primack, 2018). Özellikle narsisizm sosyal medya bağımlılığı kapsamında sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Narsisizm kavramı köken olarak Yunan mitolojisine dayanır. Güzel bir çocuk olan Narcissus sudaki kendi yansısına âşık olur ve bu imgenin yarattığı özlem duygusuyla kendini yok eder. Bu söylenceden yola çıkılarak kibirlilik, benmerkezcilik ve diğer insanlara karşı ilgisizlik ile özetlenebilecek kimi özelliklerle tanımlanan narsisizm kavramının psikoloji alanyazınında yer alışı 1800'lü yılların sonlarına denk gelmektedir. Narsisizm üzerine çalışmalarıyla bilinen Otto Rank psikanalitik bakış açısıyla narsisizmi ele alan ilk makaleyi yayınlamıştır. Anılan dönemin ardından günümüze değin narsisizm kavramının dürtülerle ilişkili bir yapı, gelişimsel bir dönem, bir kişilik örgütlenmesi ya da bozukluğu olarak farklı şekillerde ele alındığı pek çok çalışma ile karşılaşılmaktadır (Odağ, 1996). Psikodinamik kuramcılar narsisizm hakkında diğerlerinden daha fazla ilgilenmişler ve dolayısıyla daha fazla kuram geliştirmişlerdir.

Nesne ilişkileri kuramcılarında Otto Kernberg (1967), bir yapı olarak “Narsisistik Kişilik Yapısı” kavramıyla narsisizme gelişimsel bir açıklama getirmiştir. Buna göre çocukluklarında duygusal anlamda uzak ve soğuk ebeveynlere sahip olan, ilgiden yoksun büyümüş, sadece ebeveynlerinin isteklerine uyan davranışlarının desteklendiklerini hisseden bireylerin bazıları yaşamlarındaki enerjiyi yetersiz, değersiz, utandırılmış hislere karşı savunma halinde, dış dünyaya karşı tetikte ve temkinli olmaya harcamaktadır. Bu temkinlilik hali içinde bireyler zamanla tek öngörülebilir kaynağın kendileri olduğuna inanır ve bu süreçte gelişen *büyüklenmeci* kendilik temsili kişilik yapısına dönüşür (Levy, Ellison ve Reynoso, 2011). *Büyüklenmeci* benlik imajıyla bilinçdışı olarak bireylerin amacı kendilerini kendi kendilerine tamamen yeten, kendilerinin dışında biriyle sıcak ilişkiye ihtiyaç duymayan bireyler olduklarının deklarasyonudur (Kernberg, 2018). Ayrıca yine Kernberg (2007), patolojik narsisizm görünümünü, nevrotik kişilik organizasyonundan sınır kişilik organizasyonuna doğru uzanan bir izge olarak nitelendirmiştir.

Kendilik Psikolojisi akımının öncülerinden olan Heinz Kohut’a göre (1968) ise narsisizm; bireyin bütünlüklü ve uyumlu bir kendilik oluşumu için gerekli ve beklenir bir gelişim sürecidir. Bireyler doğumlarından itibaren fiziksel olduğu kadar psikolojik varlıklarını sürdürebilmeleri için kendilik nesnelere ihtiyaç duymaktadır. Kohut’a göre narsisizm sağlıklı gelişimsel yapının bir parçasıdır, narsisizmin patolojik görünümü gelişimsel sürece ait bir duraklama dönemi olarak ele alınmalıdır. “İki Uçlu Kendilik” olarak isimlendirdiği gelişim kuramı göze çarpmaktadır. Bu kuramda narsisistik gelişimin birbirleriyle paralel biçimde gelişen *büyüklenmeci* kendilik ve *idealleştirilmiş ebeveyn imagosu* olarak adlandırılan iki kavram hattından söz edilmektedir. Narsisistik gelişim sürecinde yukarıda sözü edilen bu iki kavramın “birlikte işlevsel” olduğu vurgusu önemlidir. Kendiliğin bir kutbunda hırs ve heveslerin olduğu diğer kutbunda ise amaç ve ideallerin olduğu belirtilmiştir. Bireyde bir psikopatolojiden bahsedilmesi için anılan

bu iki hatta da travmatik deneyimler yaşaması gereklidir. Ebeveynler çocuğun dönemlerine uygun olarak ihtiyaçlarını karşılamazlarsa, travmatik hayal kırıklıklarının sonucu olarak çocukta gelişimsel duraklama hallerinin gözlemlendiği belirtilmiştir.

Bilişsel-davranışçı kuramda narsisizmin yaşamın erken dönemlerindeki çok olumlu yaklaşımla gelişebileceği öne sürülmüştür. Narsistik bireylerin gelişim dönemlerinde ebeveynleri tarafından çokça hayranlık duyulan çocuklar olmaları ve küçük başarılar ve hatta başarısızlıklar söz konusu olduğunda ödüllendirilmeleri, özsaygılarını aşırı önemli ve değerli bulmaları bakımından üstün ve büyüklenmeci tutumu öğrendiklerinden söz edilmektedir (Caligor ve Petrini, 2018). Narsisizme biyososyal temelli sosyal öğrenme perspektifinden yaklaşan Millon'a (1981) göre narsisizm, ebeveynlerin çocuklarının yetişme dönemlerinde çocuklarına yönelen aşırı hayranlıklarının sonucu olarak aşırı hoşgörülü yaklaşımlarından kaynaklanmaktadır. Bu yaklaşımda psikanalitik yaklaşımdan farklı olarak narsisizmin gelişimine libidinal gerileme veya ebeveynlerden birine yönelik hayal kırıklığı üzerinden dolaylı biçimde değil, ebeveynlerin çocuklarını gerçek hayattan korumaya yönelik gerçek dışı yüceltmelerine bağlayarak daha doğrudan bir açıklama getirilmiştir. Ebeveynler çocuklarına yönelik bu yüceltmeleri nedeniyle sağlıklı sınırları onlara öğretip rehberlik sağlama konusunda yetersiz kalmaktadır. Bu sınırların gelişim döneminde öğrenilmemesi içsel denetim mekanizmalarının gelişmemesine neden olmakta ve çocuğun herhangi bir çaba göstermeden veya davranış sergilemeden kendiliğinden başkalarından üstün ve özel bir yaklaşımı hak ettiğine inanma eğiliminin ortaya çıkmasında etkili olmaktadır (Millon, Meagher, Grossman ve Ramnath, 2012).

1.2.1. Narsisizm Kavramına Boyutsal Bir Bakış

Narsisizm baskınlık, kibirlilik, büyüklenmecilik gibi genelde ilk akla gelen özellikleriyle beraber alçak gönüllülük, kişilerarası ilişkilerde çekingenlik, kolaylıkla incinme,

eleştiriye karşı aşırı hassasiyet, depresif ve öfkeli hissetme, güvensizlik ve reddedilme veya dışlanma endişesiyle sosyal geri çekilmeyi içeren kırılgan tarafla yaygın olarak bilinen anlamından daha karmaşık bir yapıya sahiptir (Day, Bourke, Townsend ve Grenyer, 2020; Wink 1991). Büyüklenmeci narsisizm ve kırılgan narsisizm olarak ele alınan bu iki boyut görgül araştırmalarla desteklenmektedir (Cain, Pincus ve Ansell, 2008; Dickinson ve Pincus, 2003; Miller, Lynam, Hyatt ve Campbell, 2017; Pincus ve Lukowitsky, 2010; Pincus, Ansell, Pimentel, Cain, Wright ve Levy, 2009; Rathvon ve Holmstrom, 1996; Rose, 2002; Wink, 1991).

Büyüklenmeci narsisizm olarak tanımlanan boyut büyüklenmeci fanteziler, üstün ve benzersiz bir insan olmaya dair algı, kişilerarası ilişkilerde sömüren bir tarz, her zaman haklı olmaya yönelik katı inanç, dikkati üzerine çekmeye dair yoğun ihtiyaç, herhangi bir konuda en iyi olmaya yönelik belirgin hırslılık, olumsuz geribildirimler karşısında yoğun hayal kırıklığını takip eden öfke patlamaları, kibir, aşırı talepkarlık, diğerlerinin ihtiyaçlarına duyarsızlık içinde olma gibi özellikler ile açıklanmaktadır (Akhtar ve Thomson, 1982; Besser ve Priel, 2010; Campbell, Reeder ve Sedikides ve Elliot, 2000; Ronningstom, 2010; Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Kırılgan narsisizm olarak tanımlanan boyuta bakıldığında aşırı alçak gönüllülük, diğerlerinden gelecek geribildirimlere çok odaklı olma, eleştiriye karşı hassasiyet ve eleştirilmeye yönelik yüksek kaygı düzeyine sahip olma ve bu eleştirilerin yönüne bağlı olarak inşa olan ve aynı zamanda yıkılabilen benlik saygısı, kendilerinden gerçekçi olmayacak düzeyde büyüklenmeci beklentiler içinde olma, kendini zaman zaman gerçekdışı ve hatta gerçeküstü olabilecek beklentiler dolayısıyla baskı altında hissetme, stabil olmayan duygudurumu, kusurluluk şemasına sahip olma, olumsuz değerlendirilme olasılığına karşılık kaçınma davranışları içinde olma gibi özelliklerle tanımlanmaktadır (Foster ve Trimm, 2008; Gabbard, 1989; Pincus ve Lukowitsky, 2010; Krizan ve Herlache, 2018; Miller, Back, Lynam ve Wright, 2021; Pincus ve ark., 2009; Twenge ve Campbell, 2003;

Young ve ark., 2003; Zeigler-Hill, Green, Arnau, Sisemore ve Myers, 2011). Büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm farklı olsa da özde hak görücülük ve kendini önemli görme halinin anahtar ortak içerikler olduğunu belirtmenin önemli olduğu düşünülmektedir (Krizan ve Herlache, 2018). Hangi boyutta yer alırsa alsın narsisistik bireylerin başkalarıyla olan temasında esasen iki kişilik ya da başka bir deyişle karşılıklılık içeren bir deneyimin olmadığı ifade edilmektedir (Rappoport, 2005).

Narsisizm, bir kişilik bozukluğu olarak ilk kez DSM'nin üçüncü sürümünde Eksen II bozuklukları arasında tanımlanmıştır. Sonraki sürümler DSM-III-R, DSM-IV, DSM-IV-TR'de de Eksen II bozuklukları arasında yer almıştır. Narsisistik kişilik bozukluğu büyüklenmeci bir tarzda önemli biri olma ve eşi benzeri olmama duygusunu yaşama; sürekli ilgi ve dikkat çekme gereksinimi duyma, başarı, güç, zekâ, çekicilik gibi özelliklere sahip olduğuna yönelik sonsuz bir inanç içinde olma, olumsuz yaşam olaylarına tahammülsüzlük, kişilerin sadece kendisi olmasından dolayı ayrıcalık ve hak talep edebilme; sömürücü olma, az empati duyma ya da hiç duymama ile karakterize edilmiş özelliklerden en az ikisine sahip olma ile açıklanmıştır. DSM-IV'te narsisistik kişilik bozukluğu, sınır kişilik bozukluğu, antisosyal kişilik bozukluğu ve histriyonik kişilik bozukluğunu da içine alan ve B kümesi olarak bilinen dramatik/duygusal kümede yer almıştır (APA, 1994).

DSM-5'in kişilikle ilgili bölümünde kategorilerin boyutsal olarak ele alınabileceği ve narsisistik kişilik bozukluğunun “erken erişkinlikte başlayan ve değişik bağlamlarda ortaya çıkan, büyüklenme (fantezi boyutunda ya da davranışlarda), beğenilme ihtiyacı ve empati gösterememe ile giden yaygın bir örüntü” olarak betimlendiği görülmektedir (APA, 2013). DSM tanı ölçütleri incelendiğinde narsisizmin büyüklenmeci özellikler etrafında şekillendiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Narsisizmin kırılğan boyutunun nasıl bir yer tuttuğu incelendiğinde bu boyuttan DSM-III'te söz edilmiş olsa bile tanı ölçütlerinde kırılğan narsisizme dair özelliklere

değinilmemesi ve patolojik narsisizme bütüncül olarak yaklaşılması nedeniyle eleştiri konusu olmuştur (Cain ve ark., 2008; Cooper ve Ronningstam, 1992). Bu durum DSM'nin sonraki sürümlerinde büyüklenmeci narsisizme ilişkin tanı ölçütlerinin sayısal artışı kırılğan narsisizmin dışlanıyor olduğu ile ilgili eleştirilerin altının daha çok çizilmesine neden olmuştur (Cain ve ark., 2008; Pincus ve Lukowitsky, 2010; Skodol, Bender ve Morey, 2014).

1.2.2. Narsisizm ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Davranışsal bağımlılıkların ve bu şemsiye altında sosyal medya bağımlılığının başlangıcında, gelişiminde ve sürdürülmesinde rol oynayan anahtar etmenlerden birisi de bireylerin kişilik özellikleridir (bkz. Andreassen ve ark., 2013; Grant ve ark., 2010; Ho, Lwin ve Lee, 2017; Lee, 2019; Ryan ve Xenos, 2011; Whaite ve ark., 2018). Alanyazında sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özelliklerini inceleyen çalışmalar incelendiğinde bu çalışmaların özellikle Costa ve McCrae (1995) tarafından önerilen ve Beş Faktör Kişilik Modeli olarak bilinen modelde önerilen kişilik özellikleri ekseninde yoğunlaştığı görülmektedir (Andreassen ve ark., 2013; Dalvi-Esfahani, Niknafs, Kuss, Nilashi ve Afrough, 2019; Kircaburun, Alhabash, Tosuntaş ve Griffiths, 2020; Kuss ve Griffiths, 2017). Sosyal medya bağımlılığı çerçevesinde içe dönüklük/dışa dönüklük bağlamında büyüklenmeci narsisizm ile nevroitiklik/duygusal dengelilik bağlamında da kırılğan narsisizme yapılan atıflar dikkat çekicidir.

Elbette bireylerin yalnızca sosyal medya kullanımları veya profilleri üzerinden narsisizme ilişkin bir çıkarım yapmak uygun değildir ancak sosyal medya uygulamaları ile bireylerin kendileriyle ilgili her türlü gelişmeyi geniş bir kitleye kolayca duyurma olanağına sahip olmaları, özellikle beğeniler ve olumlu yorumlar ile hızlı bir ödüllendirme ve tanınma sağlayarak narsisistik ihtiyaçlara anlık ve hızlı yanıt veren bir yapı oluşturduğu da bir gerçektir (Andreassen, Pallesen ve Griffiths, 2017; Dumas,

Maxwell-Smith, Davis ve Giulietti, 2017; Ong ve ark., 2011). Narsisistik bireyler için yaşamdan aldıkları keyfi ve kendiliklerinin önemini sergileyebilmek oldukça önemli olduğundan (Buffardi ve Campbell, 2008), sosyal medya platformlarında bu sergileyişi takiben oluşacak hızlı ve anlık bir yanıtlama mekanizmasıyla ödüllendirilecek olması olasılığı bağımlılığa varabilecek bir sosyal medya kullanımını da gündeme getirmektedir (Bergman, Fearington, Davenport ve Bergman, 2011; Buffardi ve Campbell, 2008; Carpenter, 2012; Ksinan ve Vazsonyi, 2016; McKinney, Kelly ve Duran, 2012; Mehdizadeh, 2010; Pantic, 2014; Ryan ve Xenos, 2011). Hızlı ve anlık ödüllendirme mekanizması ile kastedilenin davranışsal bağımlılıklara dair yapılan nörobiyolojik açıklama olduğunun belirtmek gerekir. Bu açıklamaya göre dopamin adlı transmitterin beyindeki ödül merkezini davranışın her tekrarıyla etkinleştirdiği ve her tekrarla beynin bu ödülü elde etmek için daha fazla dopamin salgıladığı saptanmıştır ve bu saptama madde ve davranışsal anlamda bağımlılığa giden yola dair önemli bir açıklamadır (Grant, Brewer, Potenza, 2006; Koob ve Volkow, 2010; Perdew, 2015). Anlık ve hızlı yanıt verebilen yapısıyla beraber değerlendirildiğinde sosyal medya kullanımının bağımlılığa giden yolda narsisistik ihtiyaçlara da yanıt veriyor olduğunu akla getirmektedir. Burada özellikle narsisistik arz (Narcissistic supply) olarak tabir edilen kişinin varlığına hayranlık duyulmasına, kendisinin benzersizliğine, özel ve üstün hissetmesine dair dışarıdan gelecek tepkiler temsili bile olsa önemli yer tutmaktadır (Derhally, 2022).

Sosyal medya bağımlılığının narsisizm ve narsisistik kişilik bozukluğu ile ilişkili olduğunu (Andreassen ve ark., 2017; El-Shihy ve Awad, 2022; Leménager, Hoffmann, Dieter, Reinhard, Mann ve Kiefer, 2018), kırılgan narsisizmi yordadığını belirten çalışmalar bulunmaktadır (Casale, Fioravanti ve Rugai, 2016; Kong, Tang, Zhang, Sun ve Zhang, 2020). Narsisist bireylerin gereksinimleri açısından bakıldığında sosyal medya uygulamalarının kişilerarası sığ, duygusal anlamda düşük yoğunluklu ilişkiler kurmayı ve daha kontrollü bir benlik sunumu sağlamasından dolayı önemli bir beslenme alanı

olabileceği ifade edilmektedir. Bu uygulamaların narsisist kişiler için bir "gösteriş" alanı olabileceği ve diğer insanlarla olan ilişkilerini de etkileyebileceği vurgulanmıştır (Krämer ve Winter, 2008; Morf ve Rhodewalt, 2001; Panek, Nardis ve Konrath, 2013). Sosyal medya kullanım nedenleri çeşitlilik gösterse de (Gylfason, Sveinsdottir, Vésteinsdóttir ve Sigurvinsdottir, 2021), bazı kişiler bu alanı benliklerini yüceltme amacıyla ve benliklerinin idealize edilmiş versiyonunu sunmak için kullanmaktadır. Sosyal medyanın kendilerine hayranlık duyulması, beğenilere ulaşabilme, görkemliliklerini sergileme ve tanınma gereksinimlerine dair sunduğu çeşitli olanaklar sosyal medyayı narsisistik bireyler için en uygun ortamlardan biri haline getirmektedir (Andreassen ve ark., 2017; Barry ve Mcdougall, 2018; Dickinson ve Pincus, 2003; Kauten, Lui, Stary ve Barry, 2015; Wang, 2017).

Büyüklenmeci narsisist bireylere göre kırılğan narsisist bireyler daha az dışadönük özellikler, yüksek düzeyde olumsuz duygulanım, kaçınma ve sosyal ketleme ile karakterize edilir (Malesza ve Kaczmarek, 2018). Ayrıca kırılğan narsisistler için başkalarının görüşleri fazlasıyla önemlidir ve kendilerinin başkaları tarafından olumsuz bir değerlendirmeye tabi tutulmaları halinde buna oldukça hassas ve aşırı tepkiler sergileyebilirler (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Anılan bu özelliklerle bağlantılı olarak çevrimdışı sosyal etkinliklerden kaçınma olasılıkları daha yüksektir (Musetti, Grazia, Alessandra, Franceschini, Corsano ve Marino, 2022). Sosyal ağlar, daha az karşılıklılık talep eden doğası ve kendilerini utanç veya olası olumsuz değerlendirmelerden koruyabilmesi nedeniyle kırılğan narsisist birey için kontrolü sağlayabilecekleri bir alan sunar (Casale ve ark., 2016; Casale ve Fioravanti, 2018). Bunun yanı sıra, kırılğan narsisistler için sosyal medya sayfaları ve profilleri diğer insanların beğenilerini ve sadece olumlu yorumlarını toplamak/görünür kılmak için de kullanışlı bir mecraadır (Fegan ve Bland, 2021). Böylece diğerlerine olan ihtiyaçlarını belli bir mesafe ve çerçeve içinde

giderebilirken aynı zamanda kendilerine olan inançlarını çok temel bir katkı olan dışarının onayını almak suretiyle pekiştirebilirler (Pincus ve Lukowitsky, 2010).

Yüz yüze iletişimden daha konforlu bir alan olarak gördükleri sosyal ağları sıklıkla kullanan kırılğan narsisistler için bu uygulamalar aynı zamanda deneyimledikleri olumsuz duyguları düzenledikleri bir alandır (Casale ve ark., 2016; Ksinan ve Vazsonyi, 2016). Kırılğan narsisist bireyler sosyal medya kullanımlarıyla eş zamanlı olarak duygudurumları üzerinde yarattığı değişimi fark ettikçe buna paralel olarak sosyal medya kullanımları artar ve sosyal ağ kullanımından mahrum kaldığı zamanlarda bağımlılık belirtisi olan tolerans ve/ya geri çekilme belirtilerini yaşayabilirler (Koob ve Le Moal, 2008).

Bu çalışmanın amaçları doğrultusunda sosyal medya kullanımının kişilik özellikleri bağlamında odaklandığı özellik ise narsisizm ve narsisizm özelinde de narsisizmin kırılğan boyutudur. Narsisizmin büyüklenmeci boyutu yerine kırılğan boyutunun çalışma kapsamında tercih edilmesinin nedenlerinden birisi kırılğan narsisizmde görülen yüksek düzeyde tatminsizlik ve benlik saygısının inşasının dışarıdan gelecek değerlendirmelere ve onaylamalara bağlı olarak değişmesidir (Buffardi ve Campbell, 2008; Dickinson ve Pincus, 2003). Kırılğan narsisist bireyler, sosyal medya aracılığıyla dışarıdan gelen olumlu veya olumsuz geribildirimlere karşı görece hassastırlar ve sosyal medya aracılığıyla kendilerini kontrollü bir şekilde ifade etmeleri geribildirimlerin kendilerinde yaratacağı olumsuz etkiyi daha az riskli hale getirebilir (Buffardi ve Campbell, 2008). Kırılğan narsisistlerin depresiflik, kendinden şüphe duyma, karamsarlık, daha az dayanıklılık, küçük sorunlara karşı daha az toleranslılıkla bilinen nevrotikliği ölçen Beş Faktör Kişilik Envanteri'nden daha yüksek puan aldığını belirten çalışmalara alanyazında rastlanmaktadır (Marshall, Lefringhausen ve Ferenczi, 2015; Miller ve ark., 2018). Kırılğan narsisist bireylerin sosyal medyayı iletişimde kalma amacıyla kullandıklarına (Eşkisu, Hoşoğlu ve Rasmussen, 2017), kullandıkları sosyal

medya uygulamasında kendilerinin yaptıkları yorumlara başkalarının ne tepki verdiğine daha fazla önem verip ve olumlu yorumlardan beslendiklerine (Shi, Yue ve He, 2013); sosyal medya uygulamalarını kullanma nedenlerinin arasında fazla çaba harcamadan konfor içinde başkaları tarafından onaylanma hissini elde ettiklerine (Marshall ve ark., 2015) ilişkin çalışma sonuçları kırılğan narsisizm söz konusu olduğunda sosyal medya kullanımının büyüklenmeci narsisizmde akla gelen ihtişam gösterisinin getirdiği doyumdan daha farklı yerlere temas ettiğini akla getirmektedir. Eşkisü, Hoşoğlu ve Rasmussen (2017) tarafından yapılan çalışma, kırılğan narsisist bireylerin sosyal medyayı iletişimde kalma amacıyla kullandıklarını göstermiştir. Ayrıca, Shi, Yue ve He (2013) tarafından yapılan çalışma da kırılğan narsisist bireylerin sosyal medya uygulamalarında kendilerinin yaptıkları yorumlara başkalarının ne tepki verdiğine daha fazla önem verdiklerini ve olumlu yorumlardan beslendiklerini ortaya koymuştur. Marshall ve ark., (2015) tarafından yapılan çalışma ise, narsisist bireylerin sosyal medya uygulamalarını sıklıkla kullanma nedenlerinden birinin de fazla çaba harcamadan konfor içinde başkaları tarafından onaylanma hissini elde etmeleri olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, kırılğan narsisizm söz konusu olduğunda sosyal medya kullanımının büyüklenmeci narsisizmde akla gelen ihtişam gösterisinin getirdiği doyumdan daha farklı yerlere temas edebileceğini akla getirmektedir.

Bu çalışma kapsamında narsisizm, klinik olmayan bir örnekleme çok boyutlu bir kişilik özelliği (trait) olarak ele alınmıştır ve kişilik bozukluğu odağından değerlendirilmemektedir. Başka bir deyişle, çalışma normal örnekleme deki bireylerden oluştuğundan bu kişilerin narsistik özelliklere sahip olması olasıdır ancak bu bireylerde narsistik kişilik bozukluğu olduğu anlamına gelmez. Özetle mevcut çalışma kapsamında sosyal medya ve bağımlılığı ve kırılğan narsisizm ilişkisi üzerinde durulmuş ve bu ilişkide psikolojik ve durumsal etmenlerin bir rolü olup olmadığı irdelenmiştir. İlerleyen sayfalarda sosyal medya bağımlılığı ve bu etmenlerle arasındaki ilişkiye yer verilecektir.

1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlişkili Psikolojik Etmenler ve Depresif Belirtiler

Sosyal medya kullanımı oldukça bireysel ve bireysel özelliklerle şekillenebilir bir eylemse de söz konusu psikolojik sağlık olduğunda özellikle son yirmi yıllık değişimle bireysel ve toplumsal manada izleri görülebilir. Sosyal medya her ne kadar yeni insanlarla tanışma, eğlenme, sosyalleşme, mevcut ilişkileri sürdürme, bilgi edinme gibi amaçlara hizmet ediyor olsa da (Kuss ve ark., 2014), özellikle ergenler ve genç yetişkinler gibi sosyal medyayı sorunlu kullanma riski yüksek gruplarda yer alan bireyleri bu platformlarda yer almanın verdiği keyfin olumsuz çevrimiçi davranışlara ve olası bir bağımlılığa doğru götürebileceği göz ardı edilmemelidir (Turel ve Serenko, 2012). Bu olasılık özellikle depresyon ve anksiyete gibi psikolojik belirtilerin bulunduğu durumlarda artabilir. Alanyazında konuyu anılan psikolojik belirtiler ekseninden ele alan çalışma sayısı oldukça fazladır (Bányai ve ark., 2017; Demirci, 2019; Dempsey, O'Brien, Tiamiyu ve Elhai, 2019; Emirtekin, Balta, Sural, Kircaburun, Griffiths ve Billieux, 2019; Guntuku, Guntuku, Yaden, Kern, Ungar ve Eichstaedt, 2017; Hou, Xiong, Jiang, Song ve Wang, 2019; Kircaburun, 2016; Lin ve ark., 2016; Mamun ve Griffiths, 2019; Pantic, 2014). Ergenlik çağında olan lise öğrencilerinin depresyon yaşantıları ve sosyal medya bağımlılıkları arasında pozitif yönde ilişki olduğu; özellikle de sosyal medyada geçirilen zamanın depresif belirtilerle ilişkili olduğu bildirilmiştir (Lu ve ark., 2011; Pantic ve ark., 2012; Tang ve Koh, 2017). Aynı şekilde yetişkinlerle yürütülen çalışmaların da bu yönde sonuçları vardır (Cataldo ve ark., 2020; Çakıcı, Babayiğit, Karaaziz ve Cumhur, 2020; Keleş, McCrae ve Grealish, 2020; Koc ve Gulyagci, 2013; Shensa, Escobar-Viera, Sidani, Bowman, Marshal ve Primack, 2017; Verseillie, Laconi ve Chabrol, 2020). Sosyal medyayı sorunlu biçimde kullanan bireyler yaşamlarının diğer yapıcı alanları ile ilgilenmeme eğilimi nedeniyle depresyon belirtileri gösterebilir. Örneğin, bireyler sosyal medya uygulamalarını sıkça kullanmaları nedeniyle başkalarıyla yüz yüze iletişim

kurmaya ihtiyaç duymayabilir; bu kişilerin uyku düzenlerinde bozulmalar gözlemlenebilir ve aynı zamanda fiziksel aktivitedeki azalmadan ötürü depresif belirtilere de rastlanabilir (Choi, Miller ve Wilbur, 2009; Frost ve Rickwood, 2017; Moreno, Jelenchick ve Breland, 2015; Younes, Halawi, Jabbour, El Osta, Karam, Hajj ve Rabbaa Khabbaz, 2016). Sosyal medya bağımlılığı ve depresyonu konu eden güncel meta-analiz çalışmaları incelendiğinde (Cunningham, Goh ve Koh, 2020; Ivie, Pettitt, Moses ve Alleve, 2020), sosyal medya hesaplarını kontrol etme sıklığı ile bunun zaman aralığı ve sosyal medyada harcanan toplam zamanın (Vahedi ve Zannella 2021; Yoon, Kleinman, Mertz ve Brannick, 2019) depresyon belirtileriyle ilişkili olduğunun vurgulandığı görülmüştür. Bunlarla birlikte sosyal medya bağımlılığı ve depresyon belirtileri arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığını belirten çalışmalara da alanyazında rastlanmaktadır (Davila, Hershenberg, Feinstein, Gorman, Bhatia ve Starr, 2012; Jelenchick, Eickhoff ve Moreno, 2013). Bu çalışmaların üniversite öğrencilerinden oluşan katılımcılardan oluşmasından ve depresyon - bağımlılık yapıcı sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkinin sadece bir defa sorgulanmasından, depresyon belirtileri ile sosyal medyada geçirilen zamanın niceliğinden ziyade niteliğine odaklanmasından dolayı bağımlılık yapıcı sosyal medya kullanımı ile depresyon arasında ilişki bulunamamış olabilir.

Sosyal medya bağımlılığı ve depresyon arasında bir ilişkinin olup olmadığına ilişkin farklı sonuçların tartışmalı halini koruduğu yakın zamanlı bir meta-analiz çalışmasında yeniden ortaya konmuştur (Valkenburg, Meier ve Beyens, 2022). Bu tartışmalı sonuçların önemli nedenlerinden biri de depresif belirtilerin ve sosyal medya bağımlılığının karmaşık yapıları ve çift yönlü olarak birbirleri üzerinde etkisinin olması gösterilebilir (Kessler, Berglund, Demler, Jin, Merikangas ve Walters, 2005). Bu, Kardefelt-Winther (2014) tarafından davranışsal bağımlılıklara ilişkin önerilen Bütünleşik Davranışsal Bağımlılık Modeli (Integrated Model of Behavioral Addiction) ile açıklanabilir. Bu modelde, bağımlılığın tek bir etmenden kaynaklanmadığı, birden

fazla etmenin etkileşiminden oluşan karmaşık ve çok katmanlı bir olgu olduğu öne sürülmektedir. Bu etmenler genetik yatkınlıklar, kişilik özellikleri, stres ve bağımlılık yapıcı davranışın erişiminin kolaylığı/zorluğu olarak sıralanabilecek bireysel, sosyal ve çevresel etmenlerin bileşiminden oluşmaktadır. Ayrıca bu modele göre davranışsal bağımlılık, telafi edici bir nitelikte olabilir. Bireyler bazen depresif olarak da nitelendirilebilecek olumsuz duygularıyla baş etmek için sosyal medya kullanmaya meyilli olabilseler de bu, depresyonun sosyal medya bağımlılığına neden olduğu anlamı taşımaz.

1.4. Sosyal Karşılaştırma ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Bireylerin sosyal medyada olmadıkları zamanlarda sosyal medya hakkında düşünceleri bağımlılığa giden sosyal medya kullanımı göstergelerinden biridir. Sosyal medya uygulamalarında bulunan diğerleri (uygulamayı kullanan diğer kullanıcılar) ve bu diğerlerinin etkinlik ve etkileşimlerine dair bireyin gözlemleri vurgulanan bu düşünme halini açıklayan bir etmen olabilir. Etkinlik ve etkileşimden kastedilen bireyin diğerlerini görmesi, etkileşime girmesi için ortaya koyduğu kendilik sunumu ve buna karşılık olarak bireyin de diğerlerinin ortaya koyduğu kendilik sunumunu yapabilmesi ve buna diğerleri tarafından gelecek olası tepkileri gözlemleyebilmesidir. Sosyal medya bağımlılığı olan kişilerin, diğerlerinin sosyal medya uygulamalarında paylaştıkları idealize kendilik sunumlarına çok fazla ilgi duydukları ve bu ilgiye paralel olarak kendilerini diğerleriyle yoğun bir şekilde karşılaştırdıkları bilinmektedir (Fox ve Moreland, 2015; Sidani, Shensa, Hoffman, Hanmer ve Primack, 2016; Tandoc, Ferrucci ve Duffy, 2015). Ayrıca kırılğan narsisizm özellikleri sergileyen kişilerin sosyal karşılaştırma tarzlarına ilişkin çalışmalar da mevcuttur (Campbell ve ark., 2000). Bu nedenle önce Sosyal Karşılaştırma Kuramından sonrasında da sosyal medya bağımlılığında sosyal karşılaştırmının yerinden söz etmek uygun olacaktır.

Sosyal Karşılaştırma Kuramı kısaca bireylerin, durumlarını değerlendirirken başkalarını referans alarak kendilerini konumlandırmasını konu edinen bir sosyal psikoloji kuramıdır (Festinger, 1954). Kişilerin bahsedilen bu değerlendirmeyi yapmak için karşılaştırma yapacakları hedefi nasıl seçtiği bu kuram kapsamında açıklanmıştır. Buna göre kişilerin kendilerini karşılaştırma ölçütleri bu karşılaştırmanın görüş veya yetenek temelli olmasına bağlı olarak değişmektedir. Buna göre kişiler kendilerini karşılaştırdıklarında bu karşılaştırma görüş temelli bir karşılaştırma ise genellikle görüşlerini doğrulayacak, onaylayacak kişilerle karşılaştırma yapma eğilimindeyken, söz konusu yetenek temelli karşılaştırma olduğunda kişiler kendilerini kendilerinden daha iyi ve olumlu durumda olanlarla karşılaştırmaktadırlar ve buna yukarı doğru karşılaştırma denir. Yetenek temelli karşılaştırmada yukarı doğru karşılaştırmaya eğilimli olunması söz konusu yeteneklerin daha fazla gelişebilmesine olanak tanır (Festinger, 1954; Kaşdarma, 2016).

Sosyal ağlar çoklu izleyici yapısı ve izleyicilerin çeşitliliği açısından sosyal karşılaştırmalar için ideal platformlardandır (Lee, 2014). Sosyal medya aracılığıyla yazılı veya görüntülü paylaşımlar yapılırken aynı zamanda başkaları tarafından yapılan paylaşımlar da takip edilerek karşılıklı bir etkileşime geçilmektedir. Sosyal medya uygulamalarının rahat erişilebilir ve anlık etkileşime izin veren dinamik yapısı nedeniyle bireylerin birçok alanda karşılaştırma yapma imkânı vardır (Coyne, McDaniel ve Stockdale, 2017). Örneğin genel olarak Facebook kullanımını ve bu platformda geçirilen süreyi temel alan bir çalışmada, katılımcıların takip ettikleri kişilerin kendilerinden daha mutlu olduklarına ve aynı zamanda dünyanın adaletsiz bir yer olduğuna dair bir inanca sahip oldukları bildirilmiştir (Chou ve Edge, 2012). Instagram kullanımının temel alındığı diğer bir çalışmada da pozitif sosyal karşılaştırma ile depresif belirtilerin negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Lup, Trub ve Rosenthal, 2015). Facebook kullanımı, sosyal karşılaştırma ve depresyonu ele alan bir çalışmanın sonuçlarına göre negatif sosyal

karşılaştırmalar yapan katılımcıların bu kullanımları ruminasyon ve buna bağlı olarak depresyon belirtilerinin artmasına neden olmaktadır (Feinstein, Hershenberg, Bhatia, Latack, Meuwly ve Davila, 2013).

1.5. Sosyal-Duygusal Yalnızlık ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Bireylerin sosyal medyada yaptıkları sosyal karşılaştırmayı konu alan çalışmalar kadar sosyal medya bağımlılığı ve algılanan yalnızlığı odak noktasında tutan çalışmalar da alan yazında önemli bir yer tutmaktadır. Bu bölümde sosyal medya bağımlılığında hem bireysel hem de sosyal anlamda önemi vurgulanmış bir etmen olarak algılanan sosyal-duygusal yalnızlığa değinilecektir.

Başkaları ve dünya ile kendini ilgili ve ilişkili hissetme ihtiyacı insani ve temel bir ihtiyaçtır (Ryan ve Deci, 2000). Bu ihtiyaç o kadar temeldir ki hemen her sosyal bağlam ve kültürde insanların asgari miktarda bile olsa kalıcı, olumlu kişilerarası ilişki kurmaya ve o ilişkide kalmaya yönelik davranışlar içindedir ve sosyal olarak bağlantıda kalma halinin bireylerin depresyon düzeyleri, iyi oluşlulukları ve bedensel sağlıkları üzerindeki olumlu etkileri vardır (Baumeister ve Leary, 1995; Baumeister, DeWall, Ciarocco ve Twenge, 2007). Yalnızlık, bireylerin deneyimlediği ve olmasını arzu ettikleri sosyal ilişkilene arasındaki fark ve bunun yarattığı hoşnutsuzluk duygusu olarak tanımlanmaktadır (Perlman, Peplau ve Goldston 1984). Çoğunlukla olumsuz olarak nitelenen bu öznel deneyim, sosyal bağlantıların yetersizliğine işaret eden ve evrensel olarak tanımlanan bir duygudur (Jong Gierveld ve van Tilburg, 2010). Öyle ki bu durum, bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıkları üzerinde olumsuz etkileri dahi gündeme getirebilir (Cacioppo, Hawkley ve Thisted, 2010; Hawkley ve Cacioppo, 2010; Holt-Lunstad, Smith ve Layton, 2010). Sosyal-duygusal yalnızlık kavramına değinilecek olursa insanların diğer insanlarla ilişki kurmada zorluk çektikleri, insanlarla iletişim kurarken duygusal desteği eksik hissettikleri ve kendilerini yalnız hissettikleri durumların

ifadesi olarak nitelenebilir. Bireyler yalnızlık duygusunu farklı alanlarda ve bağlamlarda yaşayabilir. Bunlar ailevi ilişkilere, arkadaşlık ilişkilerine ya da romantik partnerlerle olan ilişkilere dair olabilir. O'Day ve Heimberg'e (2021) göre kişiler yalnızlık duygusunun yarattığı sosyal destek arayışı ve yüz yüze ilişki eksikliğini telafi etmek amacıyla sosyal medya kullanımına yönelebilir ve sosyal medyayı bağımlılığa götürebilecek kadar yoğun kullanabilir.

Burada bireylerin sosyal medya kullanım motivasyonları, kullanılan sosyal medya uygulamalarının ilişki kurma ve sürdürme konusunda ne gibi olanaklar ve olasılıklar sunduğu önem kazanmaktadır. Sosyal medyayı sosyal destek motivasyonu ile kullanan bireylerin sosyal medyayı kendilerini tanıtmak veya eğlenmek amacıyla kullananlardan daha düşük yalnızlık düzeylerine sahip olduğu ifade edilmiştir. Sosyal medya uygulamalarının hangi amaçlara hizmet eden yapıda olduğu konusuna odaklanan çalışmalar incelendiğinde Facebook gibi diyalog ve geribildirim temelli, önceden var olan bağlantıları canlandırmaya (Gross, 2004; Primack ve ark., 2017), yakın ilişkiler kurmaya ve sürdürmeye odaklanan sosyal medya platformlarının kullanımının yalnızlıkla negatif ilişkili olduğu, Instagram gibi daha çok kendilik sunumuna odaklanan sosyal medya platformlarının kullanımının ise pozitif ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Shane-Simpson, Manago, Gaggi ve Gillespie-Lynch, 2018). Sosyal medya uygulamaları, öncelikli olarak çevrimdışı yaşamında da var olan ilişkileriyle bağlantıda kalmak amacıyla kullanıldığında bir sosyal destek noktası haline gelebileceğinden algılanan yalnızlığı azaltma ile ilişkilidir. Aynı şekilde bireylerin sosyal medya platformundaki ilişkilenmeleri daha çok sadece çevrimiçi tanıdıklardan oluşmuş ve çevrimdışı hayatında da yer alan bağlantılardan oluşmuyorsa daha yoğun bir yalnızlık algısı içinde olmaları beklenebilir (Ho, 2021; Ye, Ho ve Zerbe, 2021).

Yalnızlık ve sosyal medya bağımlılığı arasında kurulabilecek nedensel ilişkinin yönü (pozitif/negatif) ile ilgili fikir birliği yoktur. Örneğin, bazı araştırmalar sosyal

medya kullanımının yalnızlık duygularını hafifletebileceğini belirtse de (Ellison, Vitak, Gray ve Lampe, 2014; Grieve, Indian, Witteveen, Tolan ve Marrington, 2013; Khosravi, Rezvani ve Wiewiora, 2016; Kross ve ark., 2013; Perrin, 2016; Ryan, Allen, Gray ve McInerney, 2017; Skues, Williams ve Wise, 2017; Sohn, Woo, Jo ve Yang, 2019; Valkenburg ve Peter, 2019), bazı çalışmalarda özellikle aşırı ve/ya pasif kullanımın hissedilen yalnızlığın daha da arttırdığını ve bunun özellikle genç bireylerde daha sık görüldüğü belirtilmektedir (Caplan 2007; LaRose, Lin ve Eastin, 2003; Lo, 2019; Rajesh ve Rangaiah, 2020; Ryan ve Xenos, 2011; Song ve ark., 2014; Teo ve Lee, 2016).

Davis'in (2001) internet bağımlılığına yönelik önerdiği Bilişsel Davranışçı Model temelinden bakıldığında yalnızlık çeken, sosyal bağ ve bağlantıları zayıflamış depresif bireyler daha az risklilik ve isimsizlik (anonimlik) sağlaması gibi nedenlerle çevrimiçi iletişimi yüz yüze iletişime tercih edebilmektedir (Kuss ve Griffiths, 2015). Çevrimdışı etkinlik ve etkileşimleri çevrimiçi olanlarla değiştirecek şekilde kullanıldığında algılanan sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyinin artması olasıyken yeni iletişim ve etkileşimler kurmak ve mevcut ilişkileri canlı tutmak ve geliştirmek için kullanıldığında sosyal medya kullanımı algılanan yalnızlık düzeyinin azalmasıyla ilişkili olabilir (Nowland, Necka ve Cacioppo, 2018). Özetlenecek olursa algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişki çift yönlü ve dinamik bir yapıya sahiptir denebilir.

Sosyal medya kullanımının yüz yüze iletişimden daha az tatmin edici olması nedeniyle sosyal medya bağımlılığı olan kişiler kendilerini daha yalnız hissedebilmektedir (Jin ve Park, 2013; Moretta ve Buodo, 2020). Başka bir deyişle sosyal medya bağımlılığı olan bireyler başkalarıyla çevrimiçi biçimde bağlantılı olsa da izole halde “birlikte ama yalnız” bir deneyim içindedir (Moretta, Buodo, Demetrovics ve Potenza, 2022).

Buraya kadar mevcut çalışmanın bağımlı değişkeni olan sosyal medya bağımlılığı ile aracı değişkenler olan psikolojik belirtilerden depresyon belirtilerinden, sosyal-

duygusal yalnızlıktan ve sosyal karşılaştırmadan çalışmanın çerçevesi içinde söz edilmiştir.

1.6. Araştırmanın Önemi

Sosyal medya bağımlılığı belirtileri konusu her geçen yıl başka etki ve sonuçları bakımından bireylerin hayatlarında, medyada, bilimsel alanda dikkati çekmektedir. Sosyal medyanın kullanımı arttıkça, bu kullanımın yaratacağı olası olumlu etki ve katkılarla birlikte potansiyel olumsuz etkileri dikkat çekmektedir. Farklı disiplinler dahilinde sosyal medyanın sorunlu kullanımına ilişkin birçok çalışma vardır ve bu çalışmalarda yaklaşımların ne denli farklılaştığı sosyal medya bağımlılığı ile ilgili kavramsal yoğunluktan anlaşılabılır. Giriş bölümünde aktarılan alanyazın bulgularından da anlaşıldığı üzere sosyal medya kullanımı modern toplum gerekliliğinin yanında görece hassas gruplar için sorunlu kullanıma dönüşebilecek bir etkiye sahiptir.

Yapılan çalışmalar, sosyal medya bağımlılığının anksiyete, depresyon ve yalnızlık gibi olumsuz sonuçlar ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Ancak, bu çalışmalar genellikle sadece sosyal medya bağımlılığının tek bir yönünü inceleme eğilimindedir ve kişisel özellikler, sosyal ve çevresel faktörler ve psikolojik belirtiler gibi önemli değişkenler arasındaki karmaşık etkileşime odaklanan çalışma sayısının görece kısıtlı olduğu fark edilmiştir. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığının bu değişkenler arasındaki etkileşimlerini incelemeyi içeren bir çalışmanın sözü edilen mekanizmanın daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Sosyal medya bağımlılığının zihinsel sağlık üzerindeki etkileri çok yönlüdür ve bu etkileri daha iyi anlamak için kişisel özelliklerin ve psikolojik belirtilerin dahil edilmesi önemlidir.

Sosyal medya bağımlılığı, sosyal medyanın sorunlu kullanımı başlığıyla ve davranışsal bağımlılık kavramsallaştırılmasıyla açıklanırken diğer yandan belki de sorunlu addedilen bu kullanımın zamanın ruhuna uygun olduğu ve bu

kavramsallaştırmanın “aşırı patolojikleştirme” eğiliminin yansıması olabileceği yönünde bir görüş de tartışmaya açılmıştır. Bu kavramsal tartışmanın bireysel, sosyal, sosyokültürel, psikolojik bağlamlar da devreye girince daha da karmaşıklaşacağı ortadadır. Sosyal medya kullanımında önemli olan etmenleri açıklamak için perspektifin geniş tutulması amacıyla bu konuyu ele alan önceki çalışmalar titizlikle incelenmiş ve önemi vurgulanan bağlamlar göz önüne alınarak bu fenomeni bütüncül bir şekilde ele almayı hedefleyen bir model önerilmiştir. Halihazırda sosyal medyanın sorunlu kullanımının ne olup olmadığına ilişkin yoğun tartışmalar süregitmekte ve DSM’de sosyal medyanın sorunlu kullanımı hakkında daha fazla araştırma yapılması gerekliliği vurgulanmaktadır. Dolayısıyla, klinik alanda sosyal medyanın sorunlu kullanımını yordayan çeşitli değişkenlerin belirlenmesinin önemli olabileceği düşüncesinden hareketle bu çalışma yapılmıştır.

1.7. Araştırmanın Amacı ve Araştırma Soruları

Araştırmanın amaçları aşağıda sıralanmaktadır:

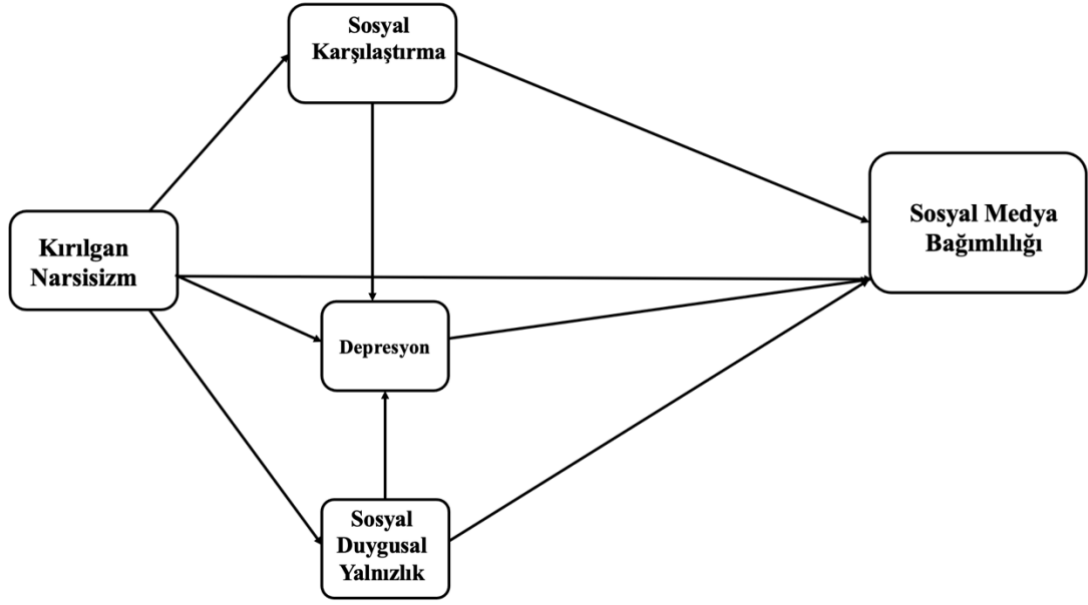
1. Sosyal medya bağımlılık belirtileri ile kırılğan narsisizm, sosyal karşılaştırma, sosyal duygusal yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkiyi belirlemek.
2. Sosyal medya bağımlılık belirtileri ile bazı demografik değişkenler (cinsiyet ve yaş) arasındaki ilişkileri belirlemek.
3. Kırılğan narsisizm ile sosyal medya bağımlılık belirtileri arasındaki ilişkide aracı rol oynayabileceği düşünülen diğer değişkenlerin (sosyal karşılaştırma, sosyal duygusal yalnızlık ve depresyon) yer aldığı bir modeli test etmek.

Çalışmanın amaçları doğrultusunda belirlenen araştırma soruları ise aşağıda yer almaktadır:

1. Sosyal medya bağımlılık belirtileri bazı demografik değişkenler (cinsiyet ve yaş) açısından farklılaşmakta mıdır?

2. Sosyal medya bağımlılık belirtileri ile diğer değişkenler (kırılgan narsisizm, sosyal karşılaştırma, sosyal duygusal yalnızlık, depresyon) arasında anlamlı ilişkiler mevcut mudur?
3. Kırılgan narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırmanın aracı rolü var mıdır?
4. Kırılgan narsisizm ve sosyal medya bağımlılık belirtileri arasındaki ilişkide sosyal duygusal yalnızlığın aracı rolü var mıdır?
5. Narsisizm ve sosyal medya bağımlılık belirtileri arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü var mıdır?
6. Sosyal medya bağımlılık belirtilerine açıklama getirmek için önerilen araştırma modeli istatistiksel açıdan anlamlı mıdır?

Önerilen modelde “kırılgan narsisizm” yordayıcı değişken olarak, “sosyal karşılaştırma”, “sosyal-duygusal yalnızlık” ile “depresyon” aracı değişkenler olarak, “sosyal medya bağımlılığı” ise yordanan değişken olarak yer almaktadır. Ölçüm modeli 5 gizil değişken ve onların göstergelerinden oluşmaktadır. Önerilen Model Şekil 2’de görülmektedir.



Şekil 2. Önerilen Sosyal Medya Bağımlılık Modelinin Şekilsel Gösterimi

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örnekleme kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle erişilen, 18-64 yaş arasında değişen (*Ort.* = 31.83, *SS* = 13.15) ve sosyal medya kullanıcısı olduğunu belirten 446 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Verilerin normal dağılım gösterdiği (+2.0 ve -2.0 değerleri arasında) görülmüştür. Katılımcılara ait demografik özellikler Tablo 2’de incelenebilir.

Tablo 2. Katılımcılara Ait Demografik Özellikler (*N* = 446)

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	313	70.2
	Erkek	133	29.8
Yaş (<i>Ort.</i> = 31.83, <i>SS</i> = 13.15)	18-25 yaş	202	45.3
	26-45 yaş	175	39.2
	46-65 yaş	69	15.5
Eğitim düzeyi	Üniversite öğrencisi	174	39.0
	Üniversite mezunu	159	35.7
	Lisansüstü öğrencisi	30	6.7
	Lisansüstü mezunu	83	18.6
Gelir düzeyi	0-2380 TL	164	36.8
	2381-7140 TL	199	28.7
	7141 TL ve üzeri	82	18.4
Gelir düzeyi Algısı	Düşük ve Düşük-orta	192	43.1
	Orta	186	41.7
	Üst-orta ve Yüksek	68	15.3
Çalışma Durumu	Tam zamanlı çalışan	155	34.8
	Yarı zamanlı çalışan	33	7.4
	Çalışmayan	258	57.8
Medeni Durum	Bekar/Romantik ilişkisi olmayan	211	47.3
	Evli	145	32.5
	Romantik ilişkisi olan	77	17.3
	Boşanmış/Dul	12	2.7

Tablo 2. (Devamı) Katılımcılara Ait Demografik Özellikler (N = 446)

Değişken		N	%
Sosyal Medya Uygulamaları	Instagram	391	85.1
	YouTube	356	79.1
	Twitter	287	61.6
	Facebook	230	50.2
	Pinterest	116	24.6
	LinkedIn	115	24.6
	Snapchat	57	12.3
	Messenger	103	23.1
Sosyal Medya Kullanım Saatleri	00.01-03.00	73	16.4
	03.01-06.00	5	1.1
	06.01-09.00	19	4.3
	09.01-12.00	72	16.1
	12.01-15.00	114	25.6
	15.01-18.00	90	20.2
	18.01-21.00	167	37.4
	21.00-00.00	235	52.7
Sosyal Medya Kullanım Amaçları	Bilgi almak	335	75.1
	Vakit geçirmek	323	72.4
	Fotoğraflara bakmak	263	59.0
	Hobi paylaşımı	243	54.5
	Fotoğraf paylaşmak	214	48.0
	Sosyal etkinlik takibi	212	47.5
	Alışveriş yapmak	206	46.2

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların 313'ü (%70.2) kadın, 133'ü (%29.8) erkek bireyden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ila 64 arasında değişmektedir ($Ort = 31.83$, $SS = 13.15$). Katılımcıların eğitim düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde 174'ünün (%39.0) üniversite öğrencisi, 159'unun (%35.7) üniversite mezunu, 30'unun (%6.7) lisansüstü öğrencisi ve 83'ünün (%18.6) lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğu (%41.7) algıladıkları gelir düzeyini orta olarak bildirmiştir.

Sosyal medya kullanım amaçları ve tarzına ilişkin yöneltilen sorularda sosyal medya en çok bilgi almak, vakit geçirmek, hobilere ilişkin paylaşım yapmak, fotoğraflara bakmak ve fotoğraf paylaşmak gibi amaçlara hizmet eder görülmektedir. Sosyal medyanın sıklık kullanıldığı saat aralıklarını anlamaya ilişkin sorulara verilen yanıtlarda

sosyal medya kullanımının özellikle 18.00 ila 00.00 arasındaki akşam saatlerinde yoğunlaştığı görülmektedir.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bilgilendirilmiş onam formunda çalışmanın amacı, çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı, çalışmanın herhangi bir aşamasında istedikleri anda çalışmaya katılmayı yarıda bırakıp katılımı sonlandırabilecekleri bilgisi sunulmuştur (Bkz. Ek 2).

2.2.2. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, gelir, çalışma durumu, medeni durum, kullanılan sosyal medya uygulamaları, sosyal medya uygulamalarını kullanma amaçları ve sosyal medyaya ne kadar zaman ayırdıklarına ilişkin soruların yer aldığı formdur. (Bkz. Ek 3).

2.2.3. Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)

Bireylerde var olan Kırılgan ve Büyüklenmeci Narsisizm düzeylerini aynı anda değerlendirmek amacıyla Pincus ve arkadaşları tarafından 2009'da geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeğidir. “Bana hiç benzemiyor” ve “Bana çok benziyor” arasında değişen 6’lı Likert tipi puanlanan bir ölçektir. Ölçekten alınan puan arttıkça bireylerin narsisizm düzeyleri de artmaktadır. Orijinali 52 maddeden oluşan ölçeğin Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması 2016’da yapılmıştır (Büyükgüngör, 2016). Bu çalışmanın sonucunda Türkçe form 40 maddeden oluşmaktadır ve orijinal forma benzer şekilde Narsisistik Büyüklenmecilik ve Narsisistik Kırılganlık olmak üzere iki alt boyut altında toplanmıştır. Bu ölçekte sadece Sömürücülük alt ölçeği (7, 10, 16 ve 26. maddeler) Narsisistik Büyüklenmecilik alt boyutunda; Kendini Yüceltme (15. ve 25. madde), Hak Görücü Öfke

(8, 9, 13, 29 ve 40. maddeler), Kendini Feda (18, 28, 30 ve 33. maddeler), Büyüklenmeci Fantezi (1, 19, 23, 32, 34 ve 37. maddeler), Bağımlılığı Ret (4, 6, 12, 17, 20, 21, 35, 38 ve 39. maddeler) ve Koşula Bağlı Özsaygı (2, 3, 5, 11, 14, 22, 24, 27, 31 ve 36. maddeler) alt ölçekleri ise Narsisistik Kırılganlık alt boyutunda yer almaktadır. PNE'nin toplam ölçek güvenirlik katsayısı $\alpha = .91$ olarak hesaplanmıştır. Alt ölçeklerde ise bu değerin $\alpha = .23$ ile $\alpha = .63$ arasında değiştiği ifade edilmiştir.

Mevcut çalışmada toplam ölçek güvenirlik katsayısı $\alpha = .78$ olarak hesaplanmıştır. Alt ölçeklerdeki Cronbach alfa güvenirlik katsayısının $\alpha = .77$ ile $\alpha = .84$ arasında değiştiği bulunmuştur.

Çalışma kapsamında narsisizmin sadece kırılgan boyutunun ele alınması nedeniyle büyüklenmeci narsisizm boyutuna ait Sömürücülük alt boyutunda yer alan maddeler analiz dışı bırakılmış ve kullanılmamıştır. Çalışmada kullanılan PNE Ek 4'te yer almaktadır.

2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)

Bireylerin sosyal medya bağımlılıklarını ölçmek üzere geliştirilmiş olan ölçek 41 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar maddeleri “Her zaman” ve “Hiçbir zaman” arasında değişen beşli Likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirmektedir (Tutgun-Ünal, 2015). Ölçeğin, “Meşguliyet”, “Duygudurum Düzenleme”, “Tekrarlama” ve “Çatışma” olmak üzere dört farklı boyutu bulunmaktadır. Ölçekteki 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 ve 12. maddeler meşguliyet; 13, 14, 15, 16 ve 17. maddeler duygudurum düzenleme; 18, 19, 20, 21 ve 22. maddeler tekrarlama; 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 ve 41. maddeler ise çatışma alt boyutunu oluşturmaktadır.. En yüksek puanın en düşük puandan çıkartılması sonucunda bir aralık uzunluğu elde edilmiş ve 5’li derecelendirmeden ötürü 5’e bölünerek aralık katsayıları elde edilmiş ve buna göre

ölçeğin geneli için belirlenen aralıklara aşağıda yer verilmiştir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe sosyal medya bağımlılığı düzeyi de artmaktadır.

41-73 arası: “Bağımlılık yok”

74-106 arası: “Az bağımlı”

107-139 arası: “Orta bağımlı”

140-172 arası: “Yüksek bağımlı”

173-205 arası: “Çok yüksek bağımlı”

Ölçeğin toplam puan için elde edilen iç tutarlılık katsayısı .82’dir ve alt boyutların Cronbach alfa güvenirlik katsayıları .72 ile .82 arasında bulunmuştur. Çalışmada kullanılan SMBÖ Ek 5’te yer almaktadır.

2.2.5. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Depresyonda gözlenen duygusal, bilişsel, somatik ve motivasyonel belirtileri ölçmek amacıyla kullanılan 4’lü Likert tipinde 21 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir (Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh 1961). Ölçek toplam puanı depresif duyguların şiddeti hakkında bilgi verir. Beck Depresyon Ölçeği’nin Türkçe’ye çevrilmesi, geçerlilik ve güvenirlik çalışması Hisli (1989) tarafından yapılmıştır. Her maddenin 0-3 arasında puanlanmasıyla bir toplam puan elde edilir. En yüksek toplam puan 63 olup yüksekliği depresyon şiddetinin yüksekliğine işaret etmektedir (Beck ve ark., 1961; Hisli, 1988). Mevcut araştırmada ölçeğin iç tutarlık katsayısı $\alpha = .75$ olarak hesaplanmıştır. Çalışmada kullanılan BDÖ Ek 6’da yer almaktadır.

2.2.6. Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ)

Bireylerin sosyal ve duygusal anlamda yaşadıkları yalnızlığı ölçmek amacıyla DiTomasso, Brannen ve Best tarafından 2004’te geliştirilen 15 maddeli ölçek “Bana tamamıyla uygun değil” (1) ve “Bana tamamıyla uygun” (7) arasında değişen 7’li Likert

tipinde puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve geçerlik güvenirlik çalışması Çeçen-Eroğul (2007) tarafından yapılmıştır. İki alt boyuttan oluşan ölçekte 1, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 12, 14, ve 15. maddeler duygusal ilişkilerdeki yalnızlık boyutuna; 2, 5, 7, 9 ve 13. maddeler ise sosyal ilişkilerdeki yalnızlık boyutuna ilişkin maddelerdir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları .74 ve .83'tür (Çeçen-Eroğul, 2007). Mevcut araştırmada iç tutarlık katsayısı $\alpha = .87$ olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların Cronbach alfa katsayıları ise .62 ve .85'tir. Çalışmada kullanılan SDYÖ Ek 7'de yer almaktadır.

2.2.7. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Bireylerin başkaları ile karşılaştırdığında kendilerini nasıl ve ne şekilde değerlendirdiklerini ölçen öz bildirim türü bir ölçektir. Gilbert ve Trent (1991) tarafından 5 madde olarak geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması 1992'de Şahin ve Şahin tarafından yapılmıştır. Şahin, Durak ve Şahin (1993) tarafından ise 18 maddelik 6'lı Likert tipi hali geliştirilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puanlar olumlu kendilik algısına, düşük puanlar olumsuz kendilik algısına işaret etmektedir. Tek faktörden oluşan bu ölçeğin Cronbach Alfa değeri .89 olarak belirtilmiştir (Şahin, Durak ve Şahin, 1993). Mevcut araştırmada bu katsayı .82'dir. Çalışmada kullanılan SKÖ Ek 8'de yer almaktadır.

2.3. İşlem

Mevcut çalışmanın gerçekleştirilebilmesi için öncelikle Ankara Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Başkanlığı'ndan araştırmanın etik açıdan uygun olduğu yönünde onay alınmıştır (Tarih: 06/05/2019 Karar No: 85434274-050.04.04/27076; bkz., Ek 1). Qualtrics Survey ara yüzü kullanılarak çevrimiçi ortamda gerçekleştirilen araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olmuştur. Araştırmanın duyurusu çeşitli sosyal medya kanalları (Facebook, Twitter, Instagram) aracılığı ile 2020 yılının ağustos ayında başlamış

yeterli katılımcı sayısına ulaşıldıktan sonra bu duyurunun sonlandırılması aynı yılın kasım ayının bitimine denk gelmiştir. Duyurularla çalışmadan haberdar olan ve çalışmaya katılmayı kabul eden gönüllüler sırasıyla Bilgilendirilmiş Onam Formu (Ek 2) ve Demografik Bilgi Formunu, sonrasında da sıra etkisini kontrol etmek amacıyla rastgele sunulmuş yukarıda bahsedilen ölçekleri doldurmuşlardır.

Bilgilendirilmiş Onam Formunda katılımcılara araştırmanın genel amacının sosyal medya kullanımları ve bazı bireysel özelliklerine yönelik bir inceleme olduğu yönünde bilgi verilmiş, çalışmanın yaklaşık ne kadar süreceği ve yanıt vermeye başlamalarının ardından istedikleri zaman ölçekleri doldurmayı bırakabilecekleri bilgisi verilmiştir. Katılımcılara kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı ve edinilecek bilgilerin sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacağı belirtilmiştir. Bununla birlikte iletişime geçmek istedikleri takdirde araştırmacıya ulaşabilecekleri bir e posta adresi verilmiştir. Ölçeklerin katılımcılar tarafından doldurulması yaklaşık 25 dakika sürmüştür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Analizlere başlanmadan önce veri seti uç ve kayıp değerler ile normallik bakımından değerlendirilmiştir. Veri temizliğine başlanmadan evvel 780 kişiden oluşan veri seti, pek çok soruyu yanıtlamayan 213, Mahalanobis uzaklığı oluşturulamayan 87, çok değişkenli uç değerlerde ($+3.29 < z < -3.29$) yer alan 34 katılımcının verisinin çalışmaya dahil edilmemesi nedeniyle analizler 446 kişinin verisiyle gerçekleştirilmiştir. Sürekli değişkenlerin normal dağılım içinde olup olmadıkları çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak test edilmiştir. Mevcut değişkenlerin normal dağılım (+2.0 ve -2.0 değerleri arasında) gösterdiği görülmüştür (George ve Mallery, 2010).

Çalışmada yer alan Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ), Sosyal-duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ), Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Meşguliyet (SMBÖ-M), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Duygudurum Düzenleme (SMBÖ-D), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Relaps (SMBÖ-R), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Çatışma(SMBÖÇ)’den alınan puanların ortalama, standart sapma, ranj, minimum-maksimum değerleri ile Cronbach alfa değerleri hesaplanmış, sonuçlar Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Araştırma Değişkenleri	Ort.	SS	Ranj	Min.	Maks.	Cronbach alfa
PNE-TOP	115.27	32.14	156	45	201	.71
PNE-BN	11.33	3.58	19	4	23	.78
PNE-KN	103.94	30.89	152	41	193	.71
SKÖ	69.95	22.38	90	18	108	.84
SDY-TOP	45.90	17.59	87	15	102	.76
SDY-DUY	33.24	13.98	60	10	70	.76
SDY- SOS	12.72	6.46	30	5	35	.77
BDÖ	32.40	8.07	38	21	59	.76
SMBÖ-TOP	85.67	26.36	116	41	157	.73
SMBÖ-M	32.36	10.03	48	12	60	.76
SMBÖ-D	12.28	4.77	20	5	25	.77
SMBÖ-R	9.71	4.59	19	5	24	.77
SMBÖ-Ç	31.32	11.29	47	19	66	.75

PNE-TOP: Patolojik Narsisizm Envanteri (Toplam Puan), PNE-BN: Patolojik Narsisizm Envanteri-Büyüklenmeci Narsisizm PNE-KN: Patolojik Narsisizm Envanteri-Kırılgan Narsisizm, SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, SDY-TOP: Sosyal-duygusal Yalnızlık Ölçeği (Toplam Puan), SDY-DUY: Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği-Duygusal Yalnızlık, SDY-SOS: Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği-Sosyal Yalnızlık, BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği, SMBÖ-TOP: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (Toplam Puan), SMBÖ-M: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Meşguliyet, SMBÖ-D: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Duygudurum Düzenleme, SMBÖ-R: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Relaps, SMBÖ-Ç: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Çatışma

3.2. Demografik Değişkenlere İlişkin Analizler

3.2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin Alt Boyutlarından Alınan

Puanların Cinsiyet ve Yaş Değişkenleri Açısından İncelenmesi

Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde (SMBÖ) yer alan meşguliyet, duygudurum düzenleme, relaps ve çatışma alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyet ve yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak amacıyla cinsiyet (kadın, erkek) ve yaş (18-25 yaş, 26-45 yaş, 46-64 yaş) olmak üzere 2 X 3 çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. SMBÖ'nün yukarıda anılan 4 alt boyutunu kapsayan

varyans analizleri esnasında Bonferroni düzeltmesi yapılmış (.05/4=.012) ve bu değerin altında olan değerler istatistiki olarak anlamlı kabul edilmiştir. Mevcut bulgular aşağıda yer almaktadır.

Buna göre SMBÖ'nün alt boyutları üzerinde cinsiyet temel etkisinin anlamlı olmadığı gözlenmiştir (Wilks' $\lambda = .99$, $F_{4-437} = .56$; $p > .01$, $\eta^2 = .01$). Yaş değişkeninin ise SMBÖ'nün tüm alt boyutları üzerinde temel etkisi anlamlıdır (Wilks' $\lambda = .87$, $F_{8-874} = 7.87$; $p < .01$, $\eta^2 = .07$). Cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkileşim etkisinin ise mevcut olmadığı saptanmıştır (Wilks' $\lambda = .99$, $F_{8-874} = .54$; $p > .01$, $\eta^2 = .01$).

SMBÖ'nün tüm alt ölçeklerinden alınan puanlar yaş değişkeni açısından incelendiğinde her dört alt ölçekte de yaş değişkeninin temel etkisi görülmektedir [Meşguliyet: ($F_{2-440} = 24.06$; $p < .001$, $\eta^2 = .10$), Duygudurum Düzenleme: ($F_{2-440} = 16.93$; $p < .001$, $\eta^2 = .07$), Relaps: ($F_{2-440} = 15.88$; $p < .001$, $\eta^2 = .07$), Çatışma: ($F_{2-440} = 22.70$; $p < .001$, $\eta^2 = .09$)]'dur. Bu alt boyutların yaş gruplarına göre nasıl farklılaştığının belirlenmesi amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma analizi sonuçları Tablo 4'te incelenebilir.

Tablo 4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nden alınan puanların yaş grupları açısından karşılaştırılması (Tukey Çoklu Karşılaştırma Testi Sonuçları).

	18-25 yaş		26-45 yaş		46-64 yaş		
	Ort.	(SS)	Ort.	(SS)	Ort.	(SS)	F
SMBÖ							
Meşguliyet	36.02 _a	9.55	31.28 _b	9.23	24.37 _c	7.99	24.06**
Duygudurum Düzenleme	13.62 _a	4.59	12.08 _b	4.75	8.88 _c	3.46	16.93**
Relaps	11.16 _a	4.66	9.09 _b	4.51	7.01 _c	2.70	15.88**
Çatışma	35.62 _a	11.67	29.17 _b	10.18	24.22 _c	6.98	22.70**

* $p < .01$ ** $p < .001$

Tablo 5. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin alt boyutlarından alınan puanların yaşlara göre farklılaşması

Meşguliyet 18-25 yaş > 26-45 yaş 18-25 yaş > 46-64 yaş 26-45 yaş > 46-64 yaş	Duygudurum Düzenleme 18-25 yaş > 26-45 yaş 18-25 yaş > 46-64 yaş 26-45 yaş > 46-64 yaş
Relaps 18-25 yaş > 26-45 yaş 18-25 yaş > 46-64 yaş 26-45 yaş > 46-64 yaş	Çatışma 18-25 yaş > 26-45 yaş 18-25 yaş > 46-64 yaş 26-45 yaş > 46-64 yaş

3.3. Değişkenler Arası İlişkiler (Korelasyon Analizleri)

Yaş değişkeninin kontrol edilmesi suretiyle araştırmadaki değişkenler arası ilişkiler kısmi korelasyon analiziyle incelenmiştir. Korelasyon katsayılarının gücüne ilişkin de Vaus (2002) tarafından önerilen değerler temel alınmıştır. Buna göre korelasyon katsayıları .10 - .29 arasında düşük/zayıf, .30 - .49 arasında orta derece, .50 - .69 arasında güçlü ve .70 ve üzerinde çok güçlü olarak değerlendirilmiştir.

Sonuçlar Tablo 6'da gösterilmektedir.

Tablo 6. Değişkenler Arası Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1) CİNSİYET	-	-.20**	.02	-.21**	.10*	-.02	-.05	.05	-.20**	-.25**	-.25**	-.22**	-.19**	-.19**
2) PNE-TOP	.03	-	.40**	.99***	-.23**	.33**	.33**	.19**	.48**	.58***	.53***	.56***	.37**	.49**
3) PNE-BN	.16**	.34**	-	.30**	.06	.01	.05	-.07	.11**	.18**	.17**	.16**	.12*	.16**
4) PNE- KN	.01	.99***	.23**	-	-.25**	.34**	.34**	.20**	.49***	.58***	.53***	.57***	.37**	.49**
5) SKÖ	.02	-.17**	.10*	-.19**	-	-.18**	-.15**	-.17**	-.23**	-.26**	-.23**	-.29**	-.20**	-.20**
6) SDY-TOP	.05	.32**	-.01	.33**	-.15**	-	.94***	.69***	.45**	.26**	.14*	.22**	.22**	.30**
7) SDY- DUY	.04	.30**	.01	.31**	-.13*	.94***	-	.41**	.42**	.27**	.18**	.22**	.21**	.29**
8) SDY-SOS	.05	.22**	-.06	.24**	-.18**	.69***	.42**	-	.33**	.13**	.01	.14**	.13**	.18**
9) BDÖ	-.08	.43**	.06	.44**	-.20**	.44**	.40**	.35**	-	.39**	.30**	.34**	.27**	.39**
10) SMBÖ-TOP	-.05	.48**	.10*	.48***	-.20**	.23**	.22**	.15**	.32**	-	.88***	.77***	.82***	.90***
11) SMBÖ-MESG	-.06	.43**	.10*	.43**	-.17**	.11*	.12*	.02	.22**	.85***	-	.67***	.63***	.62***
12) SMBÖ-DDUR	-.07	.49**	.09	.49**	-.25**	.20**	.17**	.15**	.28**	.73***	.62***	-	.50***	.57***
13) SMBÖ-RELAPS	-.04	.27**	.05	.27**	-.15**	.19**	.17**	.15**	.21**	.80***	.59***	.44**	-	.73***
14) SMBÖ-ÇATIŞ	-.01	.39**	.10*	.40**	-.14*	.28**	.25**	.21**	.33**	.90***	.56***	.51***	.70***	-

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

Not: Yukarıda yer alan ve koyu renkle gösterilen üçgen kısım Pearson korelasyon katsayılarına, aşağıda yer alan ve açık renkle gösterilen üçgen kısım ise yaşı kontrol edildiği kısmi korelasyon katsayılarına işaret etmektedir.

PNE-TOP: Patolojik Narsisizm Envanteri (Toplam Puan), PNE-BN: Patolojik Narsisizm Envanteri-Büyüklenmeci Narsisizm PNE-KN: Patolojik Narsisizm Envanteri-Kırılgan Narsisizm, SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, SDY-TOP: Sosyal-duygusal Yalnızlık Ölçeği (Toplam Puan), SDY-DUY: Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği-Duygusal Yalnızlık, SDY-SOS: Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği-Sosyal Yalnızlık, BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği, SMBÖ-TOP: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (Toplam Puan), SMBÖ-M: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Meşguliyet, SMBÖ-D: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Duygudurum Düzenleme, SMBÖ-R: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Relaps, SMBÖ-Ç: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Çatışma

Mevcut çalışmada kullanılan değişkenler arasındaki ilişkinin gücü ve yönünü anlamak için yaş değişkeninin kontrol altında tutulduğu ve herhangi bir kontrolün olmadığı ayrı ayrı yapılan iki korelasyon analizinin sonuçlarını gösteren Tablo 5'te ayrıntılı şekilde incelenebilir. Aşağıda söz konusu tabloda yer alan bulgular özetlenecektir.

Yaşın kontrol altında tutulduğu kısmi korelasyon katsayılarına göre;

PNE toplam puanı, SKÖ toplam puanı ($r = -.17, p < .01$) ile negatif yönde ilişkilidir. PNE toplam puanı ile SDY toplam puanı ve SDY'nin alt boyutları arasındaki kısmi korelasyon katsayılarının $.22 (p < .01)$ ile $.32 (p < .01)$ arasında değiştiği görülmektedir. PNE toplam puanı ile BDE toplam puanı arasındaki korelasyon katsayısı $.43 (p < .01)$ olarak bulunmuştur. PNE toplam puanı ile SMBÖ toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiler $.27 (p < .01)$ ile $.49 (p < .01)$ arasında değişmektedir.

SKÖ toplam puanının, PNE toplam puanı ve PNE kırılman narsisizm alt boyutu, BDÖ, SDY toplam puanı ve SDY alt boyutları ile negatif yönde ve anlamlı ilişkileri olduğu görülmektedir ($r = -.20, p < .01$ ile $r = -.10, p < .01$ arasında).

SDY toplam puanının PNE-KN, BDE toplam puanı, SMBÖ toplam puan ve SMBÖ alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişkileri olduğu görülmektedir ($r = .11 (p < .05)$ ile $r = .44 (p < .01)$ arasında).

Aynı şekilde SMBÖ toplam puanı SDY toplam puan ve SDY'nin alt boyutları ile pozitif yönde ilişkilidir ve korelasyon katsayıları $.15 (p < .01)$ ile $.32 (p < .01)$ arasında değişmektedir. Son olarak SMBÖ toplam puanı ve SKÖ arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğu görülmektedir ($r = -.20, p < .01$).

3.4. Araştırmada Önerilen Modelin Test Edilmesi

Önerilen model yapısal eşitlik testleri ile sınanmıştır. Analizler LISREL 8.51 (Jöreskog ve Sorbom, 2006) isimli programda model parametrelerinin tahmini için en yüksek olabilirlik kestirim yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Hu ve Bentler'in (1999) önerileri doğrultusunda model uyumunun değerlendirilmesinde Ki-Kare Testi (χ^2), χ^2/sd (Ki karenin serbestlik derecesine oranı), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), İyi Uyum İndeksi (GFI), Düzenlenmiş İyi Uyum İndeksi (AGFI) ve Yaklaşık Hataların Ortalamalarının Karekökü (RMSEA) ölçütleri kullanılmıştır. Manidar olmayan χ^2 istatistiği, $\chi^2/sd \leq 5$, CFI $\geq .90$, GFI $\geq .85$, AGFI $\geq .85$ ve RMSEA $\leq .08$ kabul edilebilir uyumun ölçütleri olarak ele alınmıştır (Byrne, 2010; Hu ve Bentler, 1999; Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003; Marsh ve Hocevar, 1988; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2001).

Model uyumunun değerlendirilmesinde ele alınan esasları gösteren Tablo 7 aşağıda incelenebilir.

Tablo 7. Model Uyumunun Değerlendirilmesinde Kullanılan Ölçütler

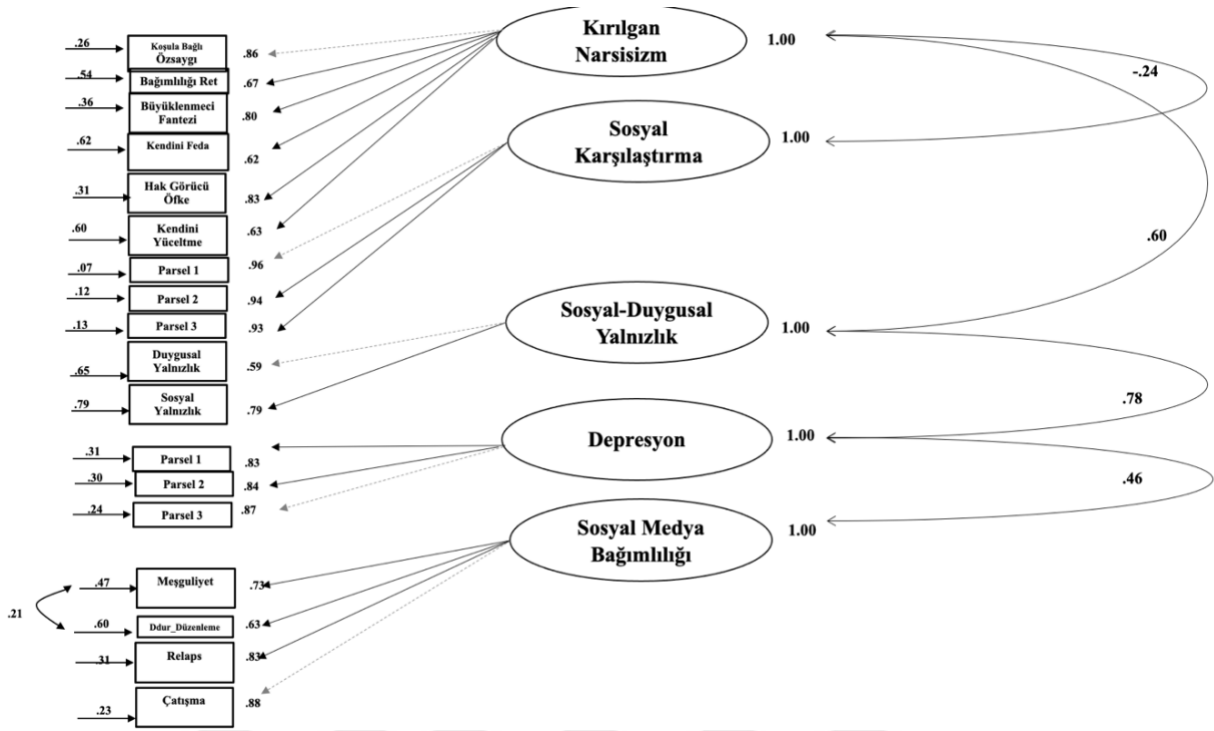
Uyum Ölçütü	Kabul Edilebilir Değerler	Kaynak
χ^2/sd	≤ 5 = kabul edilebilir uyum	(Byrne, 2010; Kelloway, 1998; Marsh ve Hocevar, 1988; Sümer, 2000)
RMSEA	$\leq .08$ = kabul edilebilir uyum	(Sümer, 2000)
CFI	$\geq .90$ = kabul edilebilir uyum	(Hu ve Bentler, 1999; Tabachnick ve Fidell, 2001)
GFI	$\geq .85$ = kabul edilebilir uyum	(Hu ve Bentler, 1999)
AGFI	$\geq .85$ = kabul edilebilir uyum	(Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003)

Yapısal modelle, kavramlar arasındaki yapısal ilişkilerle önerilen modelin veriye uygunluğunun test edilmesi sağlanmıştır. Gizil değişkenlerin gözlenen değişkenleri temsil gücü ve gizil değişkenler arasındaki ilişkilerin test edilmesinde Anderson ve Gerbing'in (1988) iki aşamalı yaklaşımı takip edilmiştir. Ölçme modelinde göstergeleri belirlemek, daha iyi bir model

için modifikasyonları sağlamak ve ölçeklerin modele uygunluğunun görülebilmesi için her bir ölçeğe ayrı ayrı Doğrulatoryı Faktör Analizi yapılmıştır. Bu analizlere ilişkin bulgular Ek 9’da incelenebilir.

Giriş bölümünde şekil 1’de gösterilen önerilen modelin test edilebilmesi için, yordayıcı değişken olan kırılğan narsisizm, aracı değişkenlerden sosyal ve duygusal yalnızlık ile yordanan değişken olan sosyal medya bağımlılığı için alt faktörler gösterge olarak kullanılmıştır. Orijinalinde tek faktörlü bir ölçek yapısına sahip olan sosyal karşılaştırma ve depresyon içinse Faktöriyel Parselleme Algoritması (Rogers ve Schmitt, 2004) kullanılarak üçer parsel oluşturulmuştur. Tüm gizil değişkenlerin parametre sabitlemesi (metriği), her biri için faktör yükü en yüksek olan göstergenin yüklemesinin 1’e sabitlenmesi ile belirlenmiştir. Doğrulatoryı Faktör Analizleri bulguları doğrultusunda sosyal medya bağımlılığındaki Meşguliyet ve Duygudurum Düzenleme göstergelerinin hata varyanslarının birbirleri ile ilişkili olmasına izin verilmiştir.

lme modelinin veriye kabul edilebilir düzeyde uyum sağladığı görülmüştür, χ^2 (229, $n = 446$) = 912.76, $p = .00$, $\chi^2/sd = 3.99$, RMSEA = .08, [%90 GA = .08 - .09], CFI = .91, GFI = .86, AGFI = .82 (Ele alınan değişkenlere ilişkin lme modeli şekil 3’te sunulmuştur). Tüm göstergeler ilgili gizil değişkenlere anlamlı olarak yüklenmiştir ve standardize edilmiş regresyon katsayıları .59 ile .96 arasında değişmektedir.



Şekil 3. Ölçme Modeli

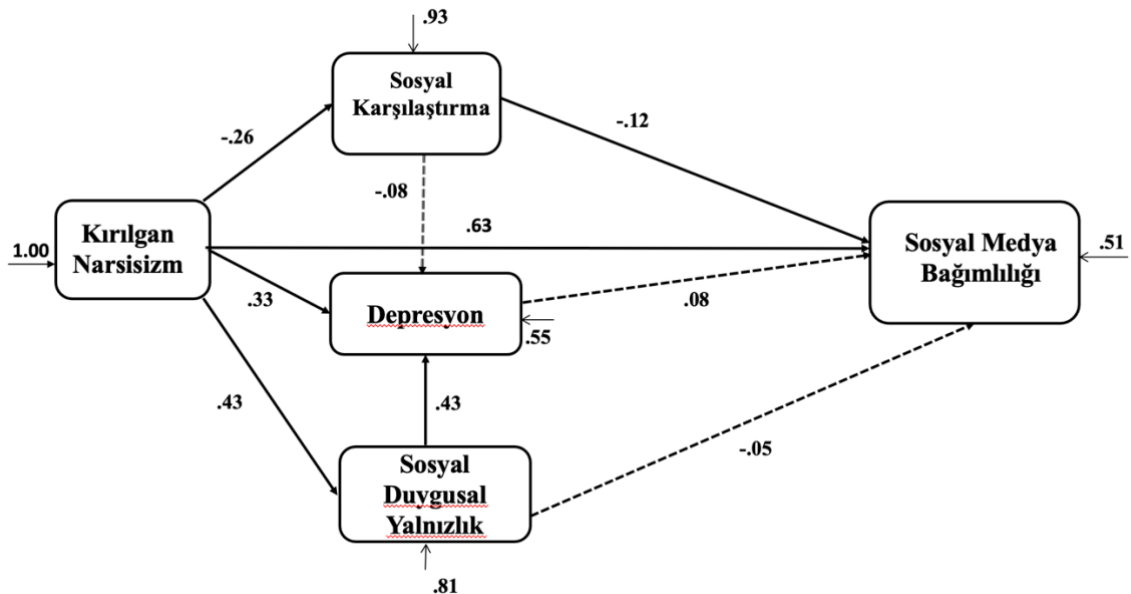
Araştırmada kullanılan değişkenlerin, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisinin anlaşılması amacıyla önerilen modelde yordayıcı değişken olan narsisizmin tüm değişkenleri doğrudan yordamasına izin verilmiş, yaş değişkeni kontrol altına alınmıştır. Bunun sonucunda yürütülen analizde $\chi^2 (162, n = 446) = 755.01, p = .00, \chi^2/sd = 4.66, RMSEA = .09$ [%90 GA = .08 - .09], CFI = .90, GFI = .85, AGFI = .81 olarak bulunmuştur. Yürütülen bu analizin ardından önerilen modifikasyonlar incelendiğinde Sosyal medya bağımlılığında yer alan Çatışma ve Relaps göstergeleri ile Duygudurum Düzenleme ve Meşguliyet göstergelerinin ilişkili olmasına izin verilmiştir. Önerilen model, modifikasyonların ardından düzenlendiğinde (Düzenlenmiş model) bu modelin sosyal medya bağımlılığı üzerinde açıkladığı varyansın .49 olduğu görülmüştür, $\chi^2 (160, n = 446) = 544.39, p = .00, \chi^2/sd = 3.40, RMSEA = .07$ [%90 GA = .07 - .08], CFI = .93, GFI = .89, AGFI = .86.

Düzenlenmiş modeldeki bulgular detaylı olarak incelendiğinde önerilen ilişkilerin çoğu +/- 1.96'dan büyük t değerleri ile ($p < .05$) anlamlı görünmektedir. Buna göre, kırılgan

narsisizm sosyal-duygusal yalnızlık ($\beta = .43$) ve depresyon ($\beta = .33$) üzerinde olumlu yönde, sosyal karşılaştırma ($\beta = -.26$) üzerinde olumsuz yönde doğrudan etkiye sahiptir. Son olarak kırılğan narsisizmin, sosyal medya bağımlılığı üzerinde anlamlı ve olumlu yönde doğrudan etkisinin olduğu görülmüştür ($\beta = .63$).

Düzenlenmiş modelde aracı değişkenlerin doğrudan etkilerinin neler olduğu incelendiğinde sosyal karşılaştırma, sosyal medya bağımlılığı üzerinde olumsuz yönde doğrudan etkiye sahipken ($\beta = -.12$); depresyon üzerinde doğrudan bir etkiye sahip değildir ($\beta = -.08$). Sosyal-duygusal yalnızlık ($\beta = -.05$) ve depresyon da ($\beta = .43$) sosyal medya bağımlılığı üzerinde anlamlı doğrudan etkilere sahip değildir. Ancak sosyal-duygusal yalnızlık değişkeninin depresyon üzerinde olumlu yönde doğrudan etkisi olduğu görülmektedir ($\beta = .43$).

Dolaylı etkiler incelendiğinde kırılğan narsisizmin depresyon aracılığıyla sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($B = .06$, $SH = .01$, $t = 4.75$). Ancak kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisi anlamlı değildir ($B = .05$, $SH = .03$, $t = 1.68$). Aracı değişkenlerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkileri incelendiğinde sosyal karşılaştırma ($B = -.01$, $SH = .01$, $t = -1.00$) ve sosyal-duygusal yalnızlığın ($B = .03$, $SH = .02$, $t = 1.16$) dolaylı etkileri anlamsız bulunmuştur (Düzenlenmiş modele ilişkin bulgular Şekil 4'te sunulmuştur).



Şekil 4. Düzenlenmiş Modele İlişkin Bulgular

Not. Kesik çizgiler anlamsız yolları, düz çizgiler anlamlı yolları belirtmektedir.

Ölçme modeli, önerilen model ve düzenlenmiş modele ilişkin istatistikler Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Araştırmada Test Edilen Modellerin Uyum İyiliği Değerleri

	χ^2	sd	χ^2/sd	RMSEA	CFI	GFI	AGFI	AIC
Ölçme Modeli	912.76	229	3.99	.08	.91	.86	.82	1054.76
Önerilen Model	755.01	162	4.66	.09	.90	.85	.81	851.01
Düzenlenmiş model	544.39	160	3.40	.07	.93	.89	.86	644.39

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

İnternetle ilişkili davranışsal bağımlılıklara yönelik ilk dönem çalışmalar incelendiğinde internet bağımlılığı ya da internetin sorunlu kullanımı olarak tabir edilen davranışın tek bir tip davranış olarak ele alındığı, ancak son yıllarda bunun kısıtlılığı ve uygun olmamasına yönelik eleştirel bakış açısının getirilmesiyle birlikte ileriki dönem çalışmalarda internetin özgül kullanım biçimlerine odaklanıldığı görülmektedir (Müller, Glaesmer, Brähler, Woelfling ve Beutel, 2014; Pawlikowski, Nader, Burger, Stieger ve Brand, 2014). Sosyal medya davranışları önemli bir özgül internet kullanımıdır. Bu çalışma kapsamında özgül internet davranışı olarak katılımcıların genel olarak sosyal medya kullanımları ele alınmış, özel olarak herhangi bir sosyal medya platformuna (örn. sadece Facebook kullanımı, sadece Twitter kullanımı) odaklanılmamıştır.

Bu araştırmada temel olarak sosyal medya bağımlılığı ve bununla ilintili önemli kişilik özelliklerinden biri olan kırılğan narsisizm arasındaki ilişkide rol oynadığı düşünülen sosyal karşılaştırma, sosyal-duygusal yalnızlık ve depresyon değişkenlerinin yer aldığı bir model önerilmiş ve test edilmiştir. Bu bölümde mevcut araştırma sonucunda elde edilen bulgular, sunulan kuramsal çerçeve ve alanyazında konuya ilişkin yapılmış diğer çalışmalar ışığında tartışılmış, araştırmanın sınırlılıklarına değinilmiş ve ileride yapılacak çalışmalara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

4.1. Sosyal Medya Bağımlılığının Demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Sosyal medya bağımlılığını ölçen SMBÖ'nün alt boyutları ele alınarak ve katılımcıların cinsiyet ve yaş gruplarına göre bu alt boyutlardan aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde cinsiyet farkı olmadığı görülmektedir. Cinsiyetten farklı olarak gelişimsel dönemlere göre ayrılmış 3 yaş grubunda anlamlı farklılıklar görülmektedir. SMBÖ'nün Meşguliyet, Duygudurum Düzenleme, Relaps ve Çatışma alt boyutlarındaki puanları bakımından 18-25 yaş grubundaki katılımcılar 26-45 yaş grubundan, 26-45 yaş grubundaki katılımcılar 46-64 yaş aralığındakilerden anlamlı düzeyde yüksek puanlar almıştır. Bu bulgu, alanyazında ergenler ve genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının daha yoğun görüldüğünü öne süren çalışmaları desteklemektedir (Cheng, Lau, Chan ve Luk, 2021; Dailey, Howard, Roming, Ceballos ve Grimes, 2020; Deniz, 2021; Kırık, Arslan, Çetinkaya ve Gül; 2015). Bunu sosyalleşme, kimlik oluşturma ve sosyal onay arayışının gelişimsel dönemin gereği olarak açıklamak mümkündür. Ek olarak bu yaş dönemindeki bireyler için ifade edilen ekran nesli ve dijital yerlilik kavramlarından da görüleceği üzere gençlerin sosyal medya ve dijital teknolojilerle büyüdüğü, bu dünyayla olan ilişkilerinin canlı ve doğal olduğunun ve bu alanlarda yetenekli olduklarının bir göstergesidir (Prensky 2001; Turkle, 2011). Dolayısıyla diğer yaş gruplarıyla kıyaslandığında sosyal medya bağımlılığını ölçen SMBÖ'den ve tüm alt boyutlarından anlamlı düzeyde yüksek puanlar elde etmeleri bunun bir yansıması olarak görülebilir.

4.2. Model Testine İlişkin Bulguların Tartışılması

Anımsanacağı üzere bu tez çalışmasının temel amacı kırılğan narsisizm ve sosyal medyanın sorunlu kullanımı arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırma, sosyal-duygusal yalnızlık ve

depresyonun rollerinin belirlenmeye çalışıldığı bir modelin test edilmesi idi. Genel olarak modelde beklenen yönde doğrudan ve dolaylı etkiler görülmekle birlikte bazı sonuçların farklılık gösterdiği görülmüştür. Aşağıdaki başlıklarda bu bulgulara yönelik tartışmalar bulunmaktadır.

Düzenlenmiş modelde sırasıyla önce doğrudan etkiler ardından da dolaylı etkiler aşağıda özetlenmiş ve ilgili alanyazın kapsamında tartışılmıştır.

4.2.1. Kırılgan Narsisizmin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Alanyazın incelendiğinde son yıllarda narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisini inceleyen araştırmalarda narsisizmin boyutsal olarak ele alındığı görülmüştür. Mevcut çalışmada da aynı yolun izlendiği, kırılgan narsisizmin klinik olmayan bir örneklemde çok boyutlu bir kişilik özelliği olarak ele alındığı giriş bölümünde belirtilmişti. Bulgular bölümünde belirtildiği üzere kırılgan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisi vardır. Bu bulgunun, alanyazında yer alan başka çalışmalarla da tutarlılık gösterdiği görülmüştür (Hawk, van den Eijnden, van Lissa ve ter Bogt, 2019; Kircaburun ve ark., 2018; Liu ve Ma, 2018; Shin, Lee, Chyung, Kim ve Jung, 2016). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada Makyavelizm, psikopati ve narsisizmden oluşan ve karanlık üçlü olarak bilinen kişilik özelliklerinin sosyal medya bağımlılığındaki etkisi araştırılmış ve narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisi olduğu raporlanmıştır (Kircaburun, Demetrovics ve Tosuntaş, 2019). Sosyal medya kullanımı kırılgan narsisizmi olan bireylerin başkalarından onay almak ve başkalarının dikkatini çekmek için cazip ve kolay bir yol olabilir. Narsisizmin dipsiz bir kuyu gibi süregelen onaylanma ihtiyacına yanıt olabilmesi demek kişi tarafından sosyal medya platformlarının sürekli kullanılmasına denk gelebilir.

4.2.2. Kırılğan Narsisizmin Depresyon Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Mevcut araştırmada kırılğan narsisizmin depresif belirtiler üzerinde doğrudan etkisi olduğu bulunmuştur. Kırılğan narsisizmde bir taraftan başkalarının hayranlığına olan bir ihtiyaç varken diğer taraftan da altta yatan bir güvensizliğe işaret edilmektedir. Bir çalışmada üniversite öğrencilerinden oluşan bir grup katılımcıdan kırılğan narsisizm ve depresyon düzeylerini ölçmek amacıyla konuyla ilgili öz-bildirim ölçeklerine yanıt vermeleri istenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre kırılğan narsisizmi ölçen ölçekten yüksek puan alanların daha yüksek düzeyde depresyon belirtileri bildirdikleri görülmüştür (Miller ve ark., 2011). Başka bir çalışmada da benzer sonuçlara varılmıştır. Öz-bildirim ölçekleri ve klinik görüşmeler ışığında depresyon belirtileri ve kırılğan narsisizm incelenmiştir. Buna göre kırılğan narsisizm düzeyi daha yüksek bireylerin majör depresif bozukluk ölçütlerini karşılama olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Sürekli başkalarının hayranlığına ve onaylanmaya dair ihtiyaçlar karşılanmadığında yaşanan hayal kırıklığının depresyon belirtilerini daha da şiddetlendirebileceği öne sürülmüştür (Miller ve ark., 2010). Ek olarak kırılğan narsisizme sahip bireyler ve narsisizm özellikleri olmayan bireylerin karşılaştırıldığı bir çalışmada kırılğan narsisizmde duygu düzenlemede yaşanan zorlanmanın da depresyon riskini arttırabileceği ifade edilmiştir (Campbell, Miller ve Pilkonis, 2007). Ayrıca depresyon ile yakından ilişkili bir düşünce hatası olan ruminasyon ile kırılğan narsisizmin ilişkili olduğunu belirten çalışma da mevcut çalışmanın sonucuna destek olarak gösterilebilir nitelikte bir bulgudur (Campbell ve Miller, 2011). Sosyal medya bağımlılığında elde edilen bulgulardaki gibi kırılğan narsisizmde onay alma ihtiyacının depresif belirtilerdeki görünümü de benzer olabilir. Şöyle ki onay alma ihtiyacı karşılanmamış, bir şekilde görüldüğünü ya da dikkate alındığını hissedememiş kişinin duygu düzenleme becerilerinin görece zayıf olabileceği de göz önüne alındığında öfke, hayal

kırıklığı, çökkün ruh hali ve içe çekilme gibi tepkiler vermesinin olağan olduğu bu çalışmadaki bulguyla da desteklenmiştir denebilir.

4.2.3. Kırılğan Narsisizmin Sosyal-Duygusal Yalnızlık Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Bu araştırmada kırılğan narsisizmin sosyal-duygusal yalnızlık üzerinde olumlu yönde doğrudan etkisi olduğu bulunmuştur. Yalnızlık, psikolojik sağlık üzerinde önemli etkileri olabilecek karmaşık bir konudur. Bu konuya kırılğan narsisizm perspektifinden eğilen çalışmalar incelendiğinde mevcut çalışma ile benzer sonuçlara varıldığı görülmektedir. Twenge ve Campbell (2009) tarafından yapılan bir çalışmada sosyal-duygusal yalnızlığı ölçen bir ölçekten yüksek puan alan bireylerin aynı zamanda kırılğan narsisizmi ölçen ölçekten de yüksek puan aldığı belirtilmiştir. Krizan ve Herlache (2018) tarafından yürütülen başka bir çalışmada da benzer sonuçlar bulunmaktadır; yalnızlık ölçeklerinden yüksek puan alan bireyler aynı zamanda kırılğan narsisizmi ölçen ölçeklerden de yüksek puan almıştır. Çalışmada aynı zamanda bu ilişkiye benlik saygısının aracılık ettiğini, daha düşük benlik saygısının hem yalnızlık hem de kırılğan narsisizm ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Kırılğan narsisizmde bireyler başkalarıyla gerçekten bir bağ kurmak ve bağlantıda kalmak yerine imajlarının devamlılığının ya da başkaları tarafından onaylanmanın peşinde olabilirler. Bunların beklendik bir sonucu olarak bu kişiler için insanlarla kurdukları ilişkilerde kendiliğindenliğin ve otantikliğin sağlanması zorlaşabilir; gerçek, açık ve anlamlı bir bağ kurmayı deneyimleyememenin bireylerin sosyal ve duygusal anlamda yalnız hissetmesi üzerinde etkisi olabilir. Kırılğan narsisizmin depresif belirtiler üzerindeki doğrudan etkisiyle ilgili bulguyla da paralel olarak depresif belirtilerden biri olan içe çekilme tepkisinin sosyal-duygusal yalnızlığa yol açabileceği ön görülebilir.

4.2.3. Sosyal-Duygusal Yalnızlığın Depresyon Üzerindeki Doğrudan Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Bu araştırmada sosyal-duygusal yalnızlığın depresyon üzerinde doğrudan bir etkisi vardır. Depresyon bilindiği üzere süreklilik arz eden bir üzünlük ve umutsuzluk haliyle, eskiden kişinin ilgisini çeken ve ona iyi gelen etkinliklerin iyi gelmemesi ve dolayısıyla ilgi kaybına varan sonuçlarla karakterize edilen ciddiye alınması gereken bir duygudurum bozukluğudur (APA, 2013). Yalnızlık ise bireyler tarafından hissedilen öznel bir yalıtılmışlık hissidir ve bu his başkalarıyla bağlantı eksikliği, sosyal olarak yalıtılmışlık, gerçek ya da simgesel kayıplar, sosyal destek yoksunluğu gibi çeşitli etmenlerden kaynaklanıyor olabilir. Birey kendini sosyal ve/ya duygusal anlamda yalnız olarak algıladığında üzüntü, umutsuzluk ve etkinliklere karşı ilgi kaybı gibi depresif belirtiler yaşayabilir. Nitekim algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve depresyonun birbiri ile ilişkili olduğu birçok çalışmada ifade edilmiştir (Bergman ve Segel-Karpas, 2018; Chen ve Lee, 2013; Greenman ve Johnson, 2022; Kraav ve ark., 2021; Seabrook, Kern ve Rickard, 2016). Mevcut çalışmada algılanan sosyal-duygusal yalnızlığın depresyon üzerindeki doğrudan etkisi, depresyona giden yolda bu öznel hissin önemini yeniden vurgulamıştır denebilir.

4.2.4. Depresyonun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Mevcut çalışmada depresyonun sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin olmadığı görülmüştür. Depresif belirtiler ve sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki varsa bile alanyazındaki diğer çalışmalardaki gibi doğrudan etki bulunmamaktadır. Bu bulgu, yapılan bazı çalışmalarla tutarlı bir bulgu iken bazı çalışmalarla da çelişiyor görünmektedir.

Depresyonun sosyal medya bağımlılığında toplam ve doğrudan etkisinin olmadığı ifade edilmişti. Ancak kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde depresyon aracılığıyla

dolaylı etkisinin olduğuna dair bulgu bu tez çalışmasının önemli sonuçlarından biri olarak düşünülmektedir. Bunun olası açıklamalarının neler olabileceğine dair tartışma, ilerleyen satırlarda izlenebilir.

Özellikle depresyonun sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin olmayıp kırılğan narsisizm üzerinden bir dolaylı etkisinin olmasına dair akla gelen olası ilk açıklama depresyonun, kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi daha da güçlendirebileceğidir (Kross, Verduyn, Demiralp, Park, Lee, Lin, Shablack, Jonides ve Ybarra, 2013). Kırılğan narsisizmin tanımlanmasında vurgulanan önemli özelliklerden olan düşük benlik saygısı, dışarıdakiler tarafından onaylanmaya veya onaylanmamaya bağlı olarak artsa bile bu geçici bir etki olabilir (Tritt, Ryder, Ring ve Pincus, 2010). Hızlı bir şekilde güçlenip zayıflayan kendilik değerlerini bir nevi ayağa kaldırıp güçlendirmek için kırılğan narsisistler kolay bir yöntem olarak sosyal medyaya başvurabilir (Mehdizadeh, 2010). Ancak bu denli dışarıya bağımlı bir kendilik değerini koruma altında tutmanın bir bedeli olarak kendilik değerini korumak için sergilenen onay arama davranışının bağımlılığa giden yolun önünü açabileceği düşünülmektedir (Kuss ve Griffiths, 2011). Ayrıca bu savı güçlendirecek başka bir bakış açısını sunmak adına Beş Faktör Kişilik Modeli'nin nevrotiklik boyutuna değinilecektir. Costa ve McCrae (1995) tarafından önerilen ve Beş Faktör Kişilik Modeli'nde yer alan nevrotiklik, kişilerin olumsuz duygusal durumları daha derinden deneyimlemeye yatkınlığı olarak açıklanmaktadır. Bu yatkınlık, çoğunlukla nevrotik kişilerin kaygıya, düşmanlığa, kırılğanlığa yatkınlığı anlamına da gelmektedir (Békés ve ark., 2015; Graham ve ark., 2010). Bu duygulanım iklimi içerisindeyken bireylerin daha yoğun bir şekilde depresif belirti yaşamaları olasıdır. Nitekim farklı amaçlarla yapılmış çeşitli çalışmalarda nevrotikliğin depresif belirtileri yordadığı (Bienvenu, Samuels, Costa, Reti, Eaton ve Nestadt, 2004; Dunkley ve ark., 2009; Lahey, 2009; Vittengl, 2017) ifade edilmektedir. Ayrıca Miller ve arkadaşları (2017)'nin öne sürdüğü kırılğan narsisizm 'çoğu zaman' nevrotik bir bozukluk görünümünde olabileceği

yönündeki çıkarımı dikkat çekicidir. Kırılgan narsisizmde var olduğu bilinen aşırı duyarlılık, çekingenlik, eleştiri karşısında hassas olma, kaygı ve utancı daha sık deneyimleme gibi nedenlerden dolayı bireyler yeterince takdir edildiklerini hissedemeyebilir, dışarıdan gelecek ve aslında oldukça ihtiyaç duydukları onaylanmadan yoksun kalabilir ve bu kendilerinde kızgınlık ve utanç duygularının döngüsel olarak daha da güçlenmesine zemin hazırlayabilir (Huprich ve Nelson, 2014). Bu noktada kırılgan narsisizm özellikleri taşıyan bir bireyin aynı zamanda düşük enerji, zevk alınan etkinliklerden eskisi gibi zevk alamama, çökkün duygudurum gibi depresif belirtileri de deneyimlemesi halinde narsistik ihtiyaçlarını nasıl karşılayabileceği sorusu akla gelmektedir. Başkaları tarafından onaylanmaya ve bilinmeye dair ihtiyaçlarının sürekli olması kırılgan narsisist bireyi bir yandan diğerleri üzerinde kontrol ve güç ihtiyacında (Pincus ve ark., 2009) ve dikkat çekmeye yönelik davranışlar sergileyen biri olmaya iterken (Ronningstam, 2005), diğer yandan da gerçek olsun ya da olmasın kendini açma hallerine yönelik herhangi bir eleştiri veya reddedilmeye karşı da bir ‘alarm’ durumunda olmasını da getirir (Rhodewalt ve Morf, 1995). Halihazırda zaten yeterince zorlayıcı ve yorucu olabilecek bu deneyim bireyin depresif belirtiler yaşadığı durumda anılan ihtiyaçlarını görece daha korunaklı bir şekilde, daha az çaba sarf ederek gidermeye yönelebileceğini akla getirmektedir. Bu ihtiyaçların kolayca karşılanacağı en önemli alanlardan birisinin de sosyal medya platformları olduğu düşünülmektedir. Böylelikle bireyler diğerleri tarafından görülme ve tanınma ihtiyacını karşılayabilir, sosyal medya uygulamaları bu bireylere daha fazla insanla belli bir mesafeden, kontrollü bir alanda iletişimde kalma imkânı sunar (Back, Küfner, Dufner, Gerlach, Rauthmann ve Denissen, 2013). Mevcut çalışmada kırılgan narsisizm ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide depresyonun aracılık etkisi olduğu görülmüştür. Rose ve Campbell (2012)’nin çalışmasında belirtildiği gibi sosyal medya kullanımı kırılgan narsisist bireyler için olumsuz duygularıyla baş etmekte, kendilerinin iyi hissetmelerine destek olmuş

olsa da sosyal medya kullanımlarının bir noktadan sonra sorunlu hale evrilme olasılığını akılda tutmanın önemini ortaya koymuştur.

4.2.4. Sosyal Karşılaştırmanın Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Mevcut çalışmada sosyal karşılaştırmanın sosyal medya bağımlılığı üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri incelendiğinde beklenenden farklı bir dinamiğin ortaya konduğu görülmektedir. Buna göre sosyal karşılaştırmanın sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisi varken dolaylı etkisinin olmadığı görülmüştür. Bu sonuca dair bütüncül bir bakış açısı sunmak adına her iki bulguya yönelik tartışma tek bir başlık altında ele alınmıştır.

Sosyal medya platformlarında, paylaşımların hızlı yayılması nedeniyle bireylerin bu alanlarda daha fazla ve kolay bir biçimde karşılaştırma yapabildiği ifade edilebilir (Haferkamp ve Krämer, 2011; Lim ve Yang, 2015; Vogel, Rose, Roberts ve Eckles, 2014). Bu kolaylık bireylerin kendilerini ve karşılaştırma nesnelerini nasıl konumlandıklarıyla önemini vurgulayan bir etmen haline gelmesinde etkili olabilir. Daha önceden değinildiği üzere sosyal karşılaştırma kuramı, bireylerin kendilerini değerlendirmek için başkalarıyla karşılaştırdıklarını ifade eder (Festinger, 1954). Bu karşılaştırmanın iki yönü vardır. Birincisi yukarı doğru sosyal karşılaştırma olarak bilinen ve kişinin kendini kendinden daha iyi, üstün ve başarılı olarak gördüğü kişilerle karşılaştırmasıdır. İkincisi ise aşağı doğru sosyal karşılaştırma olarak bilinen ve kişinin kendini kendinden daha az başarılı ve daha az üstün olduğunu düşündüğü kişilerle karşılaştırmasıdır (Biernat ve Ma, 2005). Yukarı doğru sosyal karşılaştırmada bireyler karşılaştırdıkları diğerleriyle özdeşim kurarak kendilerini geliştirebilme olasılığını taşımakla birlikte tam karşıt bir yerden ele aldıklarında karşılaştırdıkları diğerleriyle kendilerini zıt bir yerden konumlandırarak kıskançlık ve haset duygularına kapılabilirler. Aşağı doğru sosyal karşılaştırmada ise bireyler kendilerinden memnun ve rahat hissedebilirken bir yandan da karşılaştırılma hedefi olma endişesi de yaşayabilirler (Allan ve Gilbert, 1995; Smith ve Kim,

2007). Sosyal medya kullanıcılarının yaptıkları sosyal karşılaştırmanın genelde yukarı doğru karşılaştırma yönünde olduğu ve bu kullanıcıların sosyal medyada yaptıkları karşılaştırmalardan yola çıkarak takip ettikleri diğerlerinin yaşamlarını daha mutlu ve iyi değerlendirme olasılıklarının yüksek olduğu belirtilmiştir (Chou ve Edge, 2012). Bu yukarı doğru karşılaştırma hali bireylerin sosyal medya kullanımlarını azaltmış olabilir. Mevcut araştırmada sosyal karşılaştırmanın dolaylı etkisinin olmaması sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkisi olabilecek benlik saygısı, öz-düzenleme, dürtüsellik gibi başka değişkenlerin sosyal karşılaştırma ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide kontrol edilmemesiyle açıklanabilir (Hawi ve Samaha, 2019; Khan, Khan ve Moin, 2021; Savci ve Aysan, 2016).

4.2.5. Sosyal-Duygusal Yalnızlığın Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkisine Yönelik Bulgunun Tartışılması

Bu çalışmada algılanan sosyal-duygusal yalnızlığın sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan veya dolaylı etkisinin olmadığı görülmüştür. Bireyler bazen yaşamlarını olası olumsuz yaşam deneyimlerinin kendileri üzerindeki etkisini azaltmak ya da istenmeyen durumlardan kaçınmak adına yoğun bir biçimde internette zaman geçirebilmektedir (Roberts, Yaya ve Manolis, 2014). Mevcut çalışmanın verilerinin çevrimiçi ortamda ve COVID-19 salgınına karşı geliştirilmiş bir aşının henüz bulunmadığı, sosyal mesafe kurallarına uymanın gereklilikten ziyade zorunluluk olduğu bir dönemde toplandığı göz önüne alındığında sosyal medya kullanımının deneyimlenen zorunlu yalnızlığa bir çözüm olmuş olma olasılığını akla getirmektedir. Ayrıca, bu döneme özgü olarak bireylerin sosyal medya uygulamalarını kullanma motivasyonlarında salgın hakkında bilgi edinme ihtiyacı daha belirgin bir hale gelmiş, başkaları tarafından beğeni alma gibi ihtiyaçlar geride kaldığından dolayı dolaylı etki görülmemiş olabilir (Dumas ve ark., 2017; Wallace ve Buil, 2021). Sosyal ağ kullanımının başkalarıyla ilişki kurmanın, ilişkide kalmanın, yalnızlığı telafi etmenin ve duygusal destek almanın bir yolu olduğuna salgından evvelki çalışmalarda da değinilmiştir (Al-Saggaf ve

O'Donnell, 2019; Baltacı, 2019; Eroğlu ve Bayraktar, 2017; Kuss ve Griffiths, 2017; Skues ve ark., 2012). Ayrıca COVID-19 salgınından sonra sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığı ele alan bazı çalışmalarda yalnızlığın sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan veya dolaylı etkisinin olmayabildiği görülmüştür (Bonsaksen ve ark., 2021; Boursier, Gioia, Musetti ve Schimmenti, 2020) Nitekim mevcut çalışmanın verileri de COVID-19 salgınının ikinci dalga sürecinde toplanmıştır ve algılanan sosyal-duygusal yalnızlıkla ilgili bulguları da bu etkinin olmadığına işaret etmektedir.

4.2.6. Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Düzenlenmiş Tüm Modelin Bulgularının Tartışılması

Mevcut araştırmada ele alınan modelde yordayıcı değişken olan kırılman narsisizm ile yordanan değişken sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırma, sosyal duygusal yalnızlık değişkenlerinin doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir. Kırılman narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde olumlu yönde doğrudan etkisi vardır. Aynı şekilde kırılman narsisizmin sosyal duygusal yalnızlık ve depresyon üzerinde de olumlu yönde doğrudan etkisi varken sosyal karşılaştırma üzerinde doğrudan etkisinin olumsuz yönde olduğu görülmüştür. Doğrudan etkilerden sonra modeldeki dolaylı etkilere de bakılmıştır. Kırılman narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin dolaylı etkileri incelendiğinde depresyon değişkeninin dolaylı etkisinin olduğu görülmüştür. Sosyal karşılaştırmanın sosyal medya bağımlılığı üzerinde dolaylı etkisinin olmaması dikkat çekmektedir.

Sosyal karşılaştırma, sosyal-duygusal yalnızlık ve depresyon aracı değişkenleri ile yordanan değişken sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisi olup olmadığı incelendiğinde sadece sosyal karşılaştırma değişkeninin sosyal medya bağımlılığı üzerinde olumsuz doğrudan etkisinin olduğu görülürken sosyal-duygusal yalnızlık ve depresyon değişkenlerinin herhangi bir doğrudan etkisi bulunmamaktadır.

Dolaylı etkiler incelendiğinde özellikle doğrudan etkisi görülmeyen depresyon değişkeninin narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkideki dolaylı etkisi dikkat çekicidir. Narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin yanı sıra dolaylı etkisi de bulunmaktadır. Diğer aracı değişkenlerden sosyal karşılaştırma ve sosyal-duygusal yalnızlığın dolaylı etkisi bulunmamaktadır. Burada da sosyal karşılaştırmanın sosyal medya bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin yanı sıra dolaylı etkisi de bulunmaktadır.

Sosyal ağlarda bireyler anonim bir ortamda görece daha arzu edilebilir bir benlik sunabilirler bu da sosyal ağlarda sergilenen benlik ile gerçek benlik arasında bağlantının kopmasına, toplumdan yalıtılmışlığa ve hatta bağımlılığa kadar ilerleyebilir (Greenfield, 1999; Turkle, 2011). Mevcut çalışmanın kırılğan narsisizmin depresyon ve sosyal medya bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi alanyazında bazı çalışmalarda değinilen depresyon (Halişçelik, 2021; Rhodes, Hackney ve Smith, 2019; Westen, Moses, Silk, Lohr, Cohen ve Segal, 1992) ve narsisistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkide sıklıkla ifade edilen “boşluk duygusu”nun bir görünümü olabileceğini akla getirmiştir (Elsner, Broadbear ve Rao, 2018; Svračić, 1985). Her ne kadar bu çalışmada narsisizm bir kişilik özelliği (trait) olarak ele alınmışsa da tariflenen boşluk duygusunun transdiagnostik bir yapı olduğu hatırlanmalıdır (Price, Mahler ve Hopwood, 2019).

Bu modelin ilk önerilişinde sosyal-duygusal yalnızlığın sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkisi olması beklenirken, analizler yürütüldüğünde ne doğrudan ne de dolaylı herhangi bir etki bulunamamıştır. Bu çalışmanın verilerinin COVID-19 salgınının ikinci dalgası sırasında toplandığı düşünülecek olursa, tüm katılımcıların salgın sürecinde sosyal ve duygusal düzlemde yaşadıkları yalnızlık algısının bu bulguya ulaşılmasında etken olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, elde edilen sonuçların bu etkenleri dikkate alarak yorumlanması gerekir. ‘Eski normal’de belki aşırı olarak addedilebilecek sosyal medyada geçirilen zaman

herkesin ‘birlikte’ ve ‘yalnız’ bir deneyimden geçmesi sebebiyle koruyucu bir etmen haline dönmüş olabilir.

Sosyal karşılaştırmanın ve sosyal-duygusal yalnızlığın bu modelde dolaylı etkisinin olmaması, depresif belirtilerin doğrudan etkisinin olmayıp dolaylı etkisini ön plana çıkaran bir bulgudur. Şöyle ki bireylerde depresif belirtiler söz konusuysen sosyal karşılaştırma ve sosyal duygusal yalnızlığın algılanışı da depresif bir süzgeçten geçecek ve kişilerin algılayışına da etki edecektir. Nitekim depresyonda sıklıkla rastlanan keyfi çıkarsama, seçici soyutlama, kişiselleştirme, çarpıtma, ya hep ya hiç tarzı düşünme ve büyütme/küçültmedeki gibi bilişsel hatalar tünel görüşüne neden olup kişinin dünyayı algılamasında bozulmalara yol açabilmektedir. Mevcut çalışmada da sosyal duygusal yalnızlık ve sosyal karşılaştırmaya dair değerlendirmelerin de anılan bu algıdan etkilenmiş olabileceği düşünülmektedir.

4.3. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Öncelikle kullanılan ölçüm araçlarının öz-bildirim tarzı ölçeklerden oluşması temel sınırlılıklardan biridir. Cevapların gerçeği yansıtmada derecesi katılımcıların algısıyla sınırlı olmaktadır (Barnett ve Powell, 2016). Bu yüzden sosyal medya kullanıcılarının sosyal medya kullanım örüntülerinin nesnel bir şekilde anlamlandırılması adına profillerin doğrudan gözlemlendiği etik çerçevenin net belirlendiği yöntemlerin geliştirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir (bkz. Amichai-Hamburger ve Vinitzky, 2010). Yanı sıra bireylerin sosyal medya kullanım özellikleri kullandıkları uygulama türüne bağlı olarak büyük farklılıklar gösterebilir (Bayer, Triêu ve Ellison, 2020). Bu çalışmada, katılımcıların sosyal medya kullanım sürelerine dair doğrudan bir soru yöneltilmediğinden, katılımcıların sosyal medya kullanım süreleri hakkında da net bir bilgi edinilememiştir. Bu durum, mevcut çalışmanın önemli bir kısıtlılığı olarak değerlendirilebilir.

Ek olarak, bu çalışmada örneklemin çoğunun kadınlardan oluştuğu ve bunun cinsiyet yanlılığına yol açabileceği hatırd tutulmalıdır. Ayrıca görece yüksek eğitim düzeyinden oluşan

katılımcılardan oluşan bir örneklem olması dolayısıyla düşük eğitim düzeyinde yer alan katılımcıları yeterince temsil etmediği düşünülmektedir. Bu çalışmaya katılanların yaş ortalamasının genç ileri yetişkinlik dönemine denk geldiği ve bulguların gelişimsel dönemlere genelleştirilemeyeceği ortadadır. Enlemesine kesitsel (cross-sectional) bir çalışma olması nedeniyle araştırma bulgularının herhangi bir nedensellik sunmadığına dikkat edilmeli ve elde edilen bulgular bu şekilde yorumlanmalıdır. Gelecekte konuya ilişkin yapılacak çalışmaların bireylerin gelişim dönemleri ve değişen gereksinimlerine göre planlanması ve bu çalışmaların deneysel nitelikte yapılmasıyla sosyal medya kullanım örüntüleri hakkında daha ayrıntılı bilgi edinilebilir.

Mevcut araştırma nicel bir çalışmadır ve nitel veri toplanmamıştır. Elde edilecek sonuçların zenginleşmesi adına sosyal medya bağımlılığı belirtileri açısından riskli gruplarla sosyal medya kullanım alışkanlıklarını irdeleyen birey odaklı görüşmeler yapılması uygun olabilir. Çalışma kapsamında katılımcıların kullandıkları sosyal medya araçlarının özellikleri hususunda (metin tabanlı, görüntü tabanlı gibi) bir ayrıma gidilmemiş; genel bir çerçeveden ele alınmıştır. Sosyal medya platformları, kullanıcılar tarafından farklı gelişim dönemlerinde farklı amaçlarla ve yoğunlukta kullanıldığı için (Bayer ve ark., 2020) izleyen araştırmalarda katılımcıların ağırlıklı olarak kullanmayı en çok tercih ettikleri sosyal medya platformlarının neler olduğuna odaklanılması daha uygun olabilir. Hatta tercih edilen platformlar arasında karşılaştırmalar yapılarak, sosyal medya bağımlılığı çalışmalarında da tıpkı internet bağımlılığı araştırmalarında olduğu gibi genel bir sosyal medya kullanımı yerine sosyal medya platformlarının özgül kullanım örüntülerinin araştırılması uygun olacaktır.

Önerilen modelin farklı gelişimsel dönemlerde olan katılımcılar arasında karşılaştırılamaması bu çalışmanın önemli kısıtlılıklarından biridir. Çalışmada yer alan katılımcıların özellikle 18-25 (202 katılımcı), 26-45 (182 katılımcı) yaş grupları döneminde yoğunlaşması ve 46-64 yaş aralığında katılımcı sayısının görece daha düşük kalması (69

katılımcı) nedeniyle modelin gelişimsel dönemler arasındaki karşılaştırması yapılamamıştır. Sosyal medyadaki davranışların nesiller arasında belirgin farklılıklarının olabileceği düşünülmekte ve bu yönde yapılacak bir çalışmanın önemli bir katkı sunacağı düşünülmektedir (Leung, 2013). Belirli yaş aralıkları seçilerek çalışmanın yinelenmesi önerilen modelde farklı düzenlemelere ihtiyaç olup olmayacağını ve yordayıcılığın etkilenip etkilenmeyeceğini görmek açısından önemli bilgiler sağlayabilir.

Sosyal medya uygulamalarının nasıl kullanıldığı önemli bir ayrıntıdır. Özellikle, kullanıcıların sosyal medya uygulamalarını aktif ya da pasif olarak kullanıp kullanmadıklarını sorgulamanın önemli olduğu düşünülmektedir. Aktif kullanımdan kasıt, bireylerin kullandıkları platformda kendi içeriklerini yayınlamak, başkalarının içerikleriyle ilgili yorum yapmak, doğrudan mesaj göndermek gibi sosyal etkileşimi teşvik eden tüm eylemlerdir. Pasif kullanım ise bireylerin sosyal etkileşime doğrudan bir katılımları olmaksızın başkalarının profillerine, paylaşımlarına, yorumlarına göz atmayı içeren eylemlere denmektedir (Verduyn ve ark., 2017). Özellikle narsisizm bağlamında bu kullanım biçimlerinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Nitekim son dönemde yapılan çalışmalarda bu konuya bilhassa odaklanıldığı görülmektedir (Burnell, George ve Underwood, 2021; Valkenburg, van Driel ve Beyens, 2022; van den Bosch, Fardouly ve Tiggemann, 2022). Böylelikle bu konuya eğilen çalışmaların aktif-pasif kullanım dikotomisi ile devam edip etmeyeceğinin ya da başka bir yaklaşıma gereksinim duyulup duyulmayacağının da anlaşılacağı düşünülmektedir.

Mevcut araştırmanın veri toplama işleminin COVID-19 pandemisi süreci içinde gerçekleştirilmesinden dolayı özellikle sosyal medya bağımlılığına kullanılan süre ile açıklama getiren çalışmaların aksine bu çalışmada sosyal medyanın sorunlu kullanımı değil *zorunlu* bir kullanımının olduğu da göz ardı edilmemelidir. İnternet erişimi olan çoğu kişi sadece Sağlık Bakanlığı tarafından her gün paylaşılan vaka sayılarını takip etmek için bile olsa kendi

standartlarının dışında bir kullanım süresine ulaşmış olabilir. Bu çalışmanın verilerinin sözü edilen zamanda toplanmış olması bir başka sınırlılık olarak düşünülmektedir.

Son olarak özellikle COVID-19 salgınıyla birlikte örneğin alışveriş yapma, kişilerin sevdikleriyle bir araya gelişi, profesyonel alanda işlerin yürütülmesi gibi pratikler belirgin bir şekil değişikliğine uğramıştır. Bu şekil değişikliğinin doğal bir sonucu olarak internetin ve buna bağlı olarak sosyal medyanın ayrı bir yaşam alanı haline gelişi dikkat çekicidir. Sosyal medyanın aşırı kullanımını konu edinen daha önceki çalışmalar ve mevcut tez çalışmasında da aşırı kullanım sonucundaki bağımlılık belirtilerine yaklaşımı geleneksel bağımlılık çerçevesinde olmuştur. Sosyal medya kullanım pratiklerindeki bu hızlı değişimin meşguliyet, duygudurum düzenleme, nüks ve çatışma bağlamlarıyla açıklanmaya devam edip etmeyeceği özellikle dijital dünyaya dair becerilerin, dijital dünyaya dair etkilenmelerin özgül çıktılarının olup olmadığının incelenmesiyle daha açık bir hale gelecektir.

4.4. Araştırmanın Klinik Doğurguları

Sosyal medya bağımlılığı hem kişilik özellikleri boyutuyla hem de kişilerin işlevselliğini bozması açısından ruh sağlığıyla olan ilişkisi bağlamında son dönemlerde dikkati çeken önemli bir konudur. Yalnızca sosyal medya bağlamında değil, genel olarak dijital teknolojinin sorunlu kullanımında her birey için farklı ağırlıklarda olsa da genetik, aile, sosyal ve kültürel etmenlerin etkili olduğu bilinmektedir (Tereshchenko ve Kasparov, 2019).

Bu çalışmada beklendiği üzere 18-25 yaş grubunda yer alan bireyler için sosyal medya kullanımının önemli olduğu ve bu yaş grubundaki bireyler için davranışsal bağımlılık yolunda önemli bir risk oluşturduğu görülmüştür. Mevcut çalışmada, 18-25 yaş grubunda yer alan bireylerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı ve bu ölçeğin tüm alt boyutlarından aldıkları puanlar 26-45 yaş ve 46-64 yaş grubunda olan bireylerden anlamlı olarak daha yüksektir. İnşa edilmiş sanal kimliğe bu yaş grubunda yapılan yatırımın daha yüksek olduğu bilinmektedir (Kuss ve Griffiths, 2014). Ayrıca bunu ‘Dijital yerliler’ ve ‘Ekran nesli’ olarak

adlandırılan (Griffiths, 2010) genç bireylerin sosyal medya gibi teknolojileri çoğunlukla ilişki kurmak, geliştirmek sürdürmek için kullanıyor olmaları; çevrimiçi olarak oluşturdukları bu kimliklerinin de onlar için oldukça önemli bir yerde olmasıyla açıklamak olasıdır (Allen, Ryan, Gray, McInerney ve Waters, 2014). Bu bulgulardan hareketle çevrimiçi topluluktan uzak kalmak oluşturulan bu kimliğin bir parçasından da uzak kalmak anlamına gelebilir ve bu yaş grubundaki bireylerin görece internetle ilgilenebilecek daha fazla zamanının olması bu kullanımı körükleyen bir etmen olarak düşünülebilir (Huang, 2022; Kuss ve Griffiths, 2014). Bu yüzden özellikle bu yaş grubuna yönelik müdahale programlarının içeriklerinde önleyicilik unsuruna yer verilmesinin, uygun olacağı düşünülmektedir. Bu zamana kadar yapılan araştırmaların çevrimiçi oyun oynama bozukluğu ve genel internet bağımlılığına odaklandığı görülmüştür. Bu davranışsal bağımlılıklarda bilişsel davranışçı terapi, diyalektik davranış terapisi ve grup terapisinin etkili olduğu çeşitli çalışmalarla kanıtlanmıştır (Pluhar, Kavanaugh, Levinson ve Rich, 2019; Stevens, King, Dorstyn ve Delfabbro, 2019; Winkler, Dörsing, Rief, Shen ve Glombiewski, 2013). Yine bir davranışsal bağımlılık olan sosyal medya bağımlılığında benlik sunumunun karşılıklılığının ve birbirini besleyen yapısının da göz önüne alındığı tarzda müdahalelerle özgün bir yaklaşımın belirlenmesi oldukça önemlidir.

Davranışsal bağımlılıkların tedavisine ilişkin birçok çalışma, Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) tekniklerini temel almaktadır (Andreassen ve Pallesen, 2014). Sosyal medya bağımlılığı ekseninde bu tekniklerin bilişsel temelli olanlarında düşünce kayıt formları tutulmasının, sosyal medya kullanım motivasyonlarının araştırılarak bunun özellikle bir duygu ile eşleşip eşleşmediğinin sorgulanması önerilebilir. Sosyal medya bağımlılık belirtileri söz konusu olduğunda bireylere davranışsal temelli bir müdahale tipi olarak süre bazlı sosyal medya kullanım günlüğü tutmaları, sosyal medyada geçirdikleri zamanı I-Phone ya da Android cihazlarda yer alan ya da üçüncü parti uygulamalara ait süre takip sistemleriyle takip edip sınırlandırma getirmeleri önerilebilir (Andreassen, 2015).

Son olarak, sosyal medya kullanımını konu edinen araştırmaların sayısında özellikle son on yılda artış görülse de resmi tanı sistemlerinde sosyal medyanın bağımlılığına ilişkin bir tanı henüz mevcut değıldir. Bu durum tanı, tedavi ve önleyici hizmetler için özellikle önemlidir. Bu bağlamda bu çalışma ile sosyal medya bağımlılığında gerek psikolojik etmenler gerekse de sosyal etmenlerin ele alınmasının literatüre bütüncül bir katkı sağlaması beklenmektedir.



KAYNAKÇA

- Aboujaoude, E., Koran, L. M., Gamel, N., Large, M. D. ve Serpe, R. T. (2006). Potential markers for problematic internet use: a telephone survey of 2,513 adults. *CNS spectrums*, 11(10), 750-755
- Ahmed, E. ve Vaghefi, I. (2021). Social media addiction: A systematic review through cognitive-behavior model of pathological use. *Proceedings of the 54th Hawaii International Conference on System Sciences*. Hawaii International Conference on System Sciences.
- Akanferi, A. A., Aziale, L. K. ve Asampana, I. (2014). An empirical study on mobile phone usage among young adults in Ghana: From the viewpoint of university students. *International Journal of Computer Applications*, 98 (5)
- Akhtar, S. ve Thompson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12–20.
- Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M. ve Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Educational and Developmental Psychologist*, 31(1), 18-3.
- Al-Saggaf, Y. ve O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140. doi:10.1002/hbe2.137
- Alonzo, R., Hussain, J., Stranges, S. ve Anderson, K. K. (2021). Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews*, 56, 101414.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. (4th ed., text rev.). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (DSM-5 (R))* (5th ed.). Arlington, TX: American Psychiatric Association Publishing.

- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). Ruh sağlığı bozukluklarının tanısıl ve sayımsal el kitabı (DSM-5) (E. K roğlu,  ev. Ed.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amichai-Hamburger, Y. ve Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality. *Computers in human behavior*, 26(6), 1289-1295.
- Anderson, J. C. ve Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological bulletin*, 103(3), 411.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175–184. doi:10.1007/s40429-015-0056-9
- Andreassen, C. S. ve Pallesen, S. (2014). Social network site addiction-an overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E. ve Pallesen, S. (2016). 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*, 30, 252-262.
- Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Gjertsen, S. R., Krossbakken, E., Kvam, S. ve Pallesen, S. (2013). The relationships between behavioral addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(2), 90–99. doi:10.1556/JBA.2.2013.003
- Andreassen, C. S., Pallesen, S. ve Griffiths, M. D. (2017). 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
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S. ve Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*, 110(2), 501-517.
- Armağan, A. (2013). Gen lerin Sanal Alanı Kullanım Tercihleri ve Kendilerini Sunum Taktikleri: Bir Araştırma. *Journal of International Social Research*, 6(27)

- Aydın, S., Koçak, O., Shaw, T. A., Buber, B., Akpınar, E. Z. ve Younis, M. Z. (2021). Investigation of the Effect of Social Media Addiction on Adults with Depression. *Healthcare* 2021, 9, 450.
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Götestam, K. G., Johansson, A. ve Oren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50(2), 121–127. doi:10.1111/j.1467-9450.2008.00685.x
- Balhara, Y. P. S., Singh, S., ve Bhargava, R. (2020). The pattern of problematic internet use and mental health-related internet use among psychiatric outpatients at a tertiary care center. *Tzu-Chi Medical Journal*, 32(2), 198.
- 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
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ... Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PloS One*, 12(1), e0169839. doi:10.1371/journal.pone.0169839
- Barnett, M. D. ve Powell, H. A. (2016). Self-esteem mediates narcissism and aggression among women, but not men: A comparison of two theoretical models of narcissism among college students. *Personality and Individual Differences*, 89, 100–104. doi:10.1016/j.paid.2015.09.042
- Barry, C. T. ve Mcdougall, K. H. (2018). Social media: Platform or catalyst for narcissism? *Handbook of trait narcissism* içinde (s. 435–441).
- Batıgün, A. D. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, (67) 1-10
- Baumeister, R. F. ve Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529
- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J. ve Twenge, J. M. (2007). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 56–67.

- Bayer, J. B., Triêu, P. ve Ellison, N. B. (2020). Social media elements, ecologies, and effects. *Annual Review of Psychology*, 71(1), 471–497. doi:10.1146/annurev-psych-010419-050944
- Beck, A.T., Ward C.H., Mendelson M., Mock J. ve Erbaugh J. (1961). An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry* 4:561–571
- Bergman, S. M., Fearington, M. E., Davenport, S. W. ve Bergman, J. Z. (2011). Millennials, narcissism, and social networking: What narcissists do on social networking sites and why. *Personality and Individual Differences*, 50(5), 706–711. doi:10.1016/j.paid.2010.12.022
- Bergman, Y. S. ve Segel-Karpas, D. (2018). Future time perspective, loneliness, and depressive symptoms among middle-aged adults: A mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 241, 173-175
- Besser, A., ve Priel, B. (2010). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism in threatening situations: Emotional reactions to achievement failure and interpersonal rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 874.
- Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L. ve Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11.
- Biernat, M. ve Ma, J. E. (2005). Stereotypes and the confirmability of trait concepts. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(4), 483-495.
- Billieux, J., Schimmenti, A., Khazaa, Y., Maurage, P. ve Heeren, A. (2015). Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research. *Journal of behavioral addictions*, 4(3), 119-123.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C. ve 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
- Bogart, L. M., Benotsch, E. G. ve Pavlovic, J. D. P. (2004). Feeling superior but threatened: The relation of narcissism to social comparison. *Basic and applied social psychology*, 26(1), 35-44.

- Bonsaksen, T., Ruffolo, M., Leung, J., Price, D., Thygesen, H., Schoultz, M. ve Geirdal, A. Ø. (2021). Loneliness and its association with social media use during the COVID-19 outbreak. *Social Media+ Society*, 7(3), 20563051211033821.
- Boursier, V., Gioia, F., Musetti, A. ve Schimmenti, A. (2020). Facing loneliness and anxiety during the COVID-19 isolation: The role of excessive social media use in a sample of Italian adults. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 586222. doi:10.3389/fpsyt.2020.586222
- Boyd, D. M. ve Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication: JCMC*, 13(1), 210–230. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x
- Brand, M., Rumpf, H.-J., Demetrovics, Z., Müller, A., Stark, R., King, D. L., ... Potenza, M. N. (2020). Which conditions should be considered as disorders in the International Classification of Diseases (ICD-11) designation of “other specified disorders due to addictive behaviors”? *Journal of Behavioral Addictions*. 11 (2022), 150–159. doi:10.1556/2006.2020.00035
- Brandtzæg, P. B. ve Heim, J. (2011). A typology of social networking sites users. *International Journal of Web Based Communities*, 7(1), 28. doi:10.1504/ijwbc.2011.038124
- Buffardi, L. E. ve Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 34(10), 1303–1314. doi:10.1177/0146167208320061
- Burke, M., Marlow, C. ve Lento, T. (2010, Nisan). Social network activity and social well-being. *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* içinde (ss. 1909-1912).
- Burnell, K., George, M. J. ve Underwood, M. K. (2021). Corrigendum: Browsing different Instagram profiles and associations with psychological well-being. *Frontiers in Human Dynamics*, 3. doi:10.3389/fhumd.2021.675145
- Büyükgüngör, A. (2016). The Turkish adaptation of the pathological narcissism inventory (PNI) (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

- Byrne B. M. (2010). Testing for the factorial validity of a theoretical construct. Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming. New York: Routledge.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C. ve Thisted, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago health, aging, and social relations study. *Psychology and Aging*, 25(2), 453.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C. ve Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and aging*, 21(1), 140.
- Cain, N. M., Pincus, A. L. ve Ansell, E. B. (2008). Narcissism at the crossroads: Phenotypic description of pathological narcissism across clinical theory, social/personality psychology, and psychiatric diagnosis. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 638–656.
- Cain, N. ve Gradisar, M. (2010). Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents: A review. *Sleep Medicine*, 11(8), 735–742. doi:10.1016/j.sleep.2010.02.006
- Caligor, E. ve Petrini, M. (2018). Narcissistic personality disorder: epidemiology, pathogenesis, clinical manifestations, course, assessment and diagnosis. *Uptodate 2018*
- Campbell, W. K., Reeder, G. D., Sedikides, C. ve Elliot, A. J. (2000). Narcissism and comparative self-enhancement strategies. *Journal of Research in Personality*, 34(3), 329–347. doi:10.1006/jrpe.2000.2282
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *The Journal of Communication*, 55(4), 721–736. doi:10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x
- Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society, *Cyberpsychology & Behavior*, 10(2), 234–242. doi:10.1089/cpb.2006.9963
- Carbonell, X. ve Panova, T. (2017). A critical consideration of social networking sites' addiction potential. *Addiction Research & Theory*, 25(1), 48-57

- Carpenter, C. J. (2012). Narcissism on Facebook: Self-promotional and anti-social behavior. *Personality and Individual Differences*, 52(4), 482–486. doi:10.1016/j.paid.2011.11.011
- Casale, S. ve Fioravanti, G. (2018). Why narcissists are at risk for developing Facebook addiction: The need to be admired and the need to belong. *Addictive Behaviors*, 76, 312–318. doi:10.1016/j.addbeh.2017.08.038
- Casale, S., Fioravanti, G. ve Rugai, L. (2016). Grandiose and vulnerable narcissists: Who is at higher risk for social networking addiction? *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 19(8), 510–515. doi:10.1089/cyber.2016.0189
- Cataldo, I., De Luca, I., Giorgetti, V., Cicconcelli, D., Bersani, F. S., Imperatori, C., ... ve Corazza, O. (2021). Fitspiration on social media: Body-image and other psychopathological risks among young adults. A narrative review. *Emerging Trends in Drugs, Addictions, and Health*, 1, 100010.
- Ceyhan, E., Boysan, M. ve Kadak, M. T. (2018). Associations between online addiction, attachment style, emotion regulation, depression and anxiety in general population: Testing the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Sleep and Hypnosis: An International Journal of Sleep, Dream, and Hypnosis*, 21(2), 123–139. doi:10.5350/sleep.hypn.2019.21.0181
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). The validity and reliability of the Problematic Internet Usage Scale. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1). 411-416
- Chae, D., Kim, H. ve Kim, Y. A. (2018). Sex differences in the factors influencing Korean college students' addictive tendency toward social networking sites. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(2), 339–350. doi:10.1007/s11469-017-9778-3
- Chamberlain, S. R., Lochner, C., Stein, D. J., Goudriaan, A. E., van Holst, R. J., Zohar, J. ve Grant, J. E. (2016). Behavioural addiction A rising tide? *European Neuropsychopharmacology: The Journal of the European College of Neuropsychopharmacology*, 26(5), 841–855. doi:10.1016/j.euroneuro.2015.08.013

- Chatterjee, I. ve Sinha, B. (2012). Relationship between compulsive use of internet and some personality characteristics of college students. *Quest International Multidisciplinary Research Journal*, 1(2), 146–150.
- Chen, W. ve Lee, K. H. (2013). Sharing, liking, commenting, and distressed? The pathway between Facebook interaction and psychological distress. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 16(10), 728-73
- Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L. ve Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive Behaviors*, 117, 106845.
- Cheung, C. M., Chiu, P. Y. ve Lee, M. K. (2011). Online social networks: Why do students use Facebook?. *Computers in human behavior*, 27(4), 1337-1343.
- Choi, J., Miller, A. ve Wilbur, J. (2009). Acculturation and depressive symptoms in Korean immigrant women. *Journal of immigrant and minority health*, 11(1), 13-19.
- Choi, K., Son, H., Park, M., Han, J., Kim, K., Lee, B. ve Gwak, H. (2009). Internet overuse and excessive daytime sleepiness in adolescents. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 63(4), 455–462. doi:10.1111/j.1440-1819.2009.01925.x
- Chou, C. ve Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35(1), 65-80.
- Chou, H.T.G. ve Edge, N. (2012). “They are happier and having better lives than I am”: The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15(2), 117–121. doi:10.1089/cyber.2011.0324
- Cooper, A. M. ve Ronningstam, E. (1992). Narcissistic personality disorder. *American psychiatric press review of psychiatry*.
- Costa Jr, P. T. ve McCrae, R. R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of personality assessment*, 64(1), 21-50

- Coyne, S. M., McDaniel, B. T. ve Stockdale, L. A. (2017). “Do you dare to compare?” Associations between maternal social comparisons on social networking sites and parenting, mental health, and romantic relationship outcomes. *Computers in Human Behavior*, 70, 335–340. doi:10.1016/j.chb.2016.12.081
- Cunningham, A. C., Goh, H. P. ve Koh, D. (2020). Treatment of COVID-19: old tricks for new challenges. *Critical Care*, 24(1), 1-2.
- Cypress, Z. V. (2011). Cybersexuality in MMORPGs: Virtual sexual revolution untapped. *Men and Masculinities*, 14(1), 76–96. doi:10.1177/1097184x10363256
- Çakıcı, M., Babayigit, A., Karaaziz, M. ve Cumhuri, Ö. (2020). The prevalence and risk factors of Facebook addiction: does Facebook addiction is related with depression and PTSD? *Anatolian Journal of Psychiatry*, 21.
- Çam, E. ve İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 11(3), 14-19.
- Çeçen-Eroğul, A. R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2).
- Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Kuss, D. J., Nilashi, M. ve Afrough, S. (2019). Social media addiction: Applying the DEMATEL approach. *Telematics and Informatics*, 43, 101250
- Davila, J., Hershenberg, R., Feinstein, B. A., Gorman, K., Bhatia, V. ve Starr, L. R. (2012). Frequency and quality of social networking among young adults: Associations with depressive symptoms, rumination, and corumination. *Psychology of popular media culture*, 1(2), 72.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. doi:10.1016/s0747-5632(00)00041-8
- Davis, R. A. (2004). Problematic internet use: Structure of the construct and association with personality, stress, and coping. York University, Canada.

- Day, N. J. S., Bourke, M. E., Townsend, M. L. ve Grenyer, B. F. S. (2020). Pathological narcissism: A study of burden on partners and family. *Journal of Personality Disorders*, 34(6), 799–813. doi:10.1521/pedi_2019_33_413
- de Vaus, D. (2002). Analysing social science data: 50 key problems in data analysis. London: Sage.
- Demirci, İ. (2019). The adaptation of the Bergen Social Media Addiction Scale to Turkish and the evaluation its relationships with depression and anxiety symptoms. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20, 1. doi:10.5455/apd.41585
- Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiamiyu, M. F. ve Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive Behaviors Reports*, 9(100150), doi:10.1016/j.abrep.2018.100150
- Derhally, L. (2022). *The facebook narcissist: How to identify and protect yourself and your loved ones from social media narcissism*. Boca Raton (Fla.): Health communications.
- Dickinson, K. A. ve Pincus, A. L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188–207. doi:10.1521/pedi.17.3.188.22146
- Dieris-Hirche, J., Bottel, L., Bielefeld, M., Steinbüchel, T., Kehyayan, A., Dieris, B. ve te Wildt, B. (2017). Media use and Internet addiction in adult depression: A case-control study. *Computers in Human Behavior*, 68, 96–103. doi:10.1016/j.chb.2016.11.016
- DiNicola, M. D. (2004). Pathological Internet use among college students: The prevalence of pathological Internet use and its correlates (Yayınlanmamış doktora tezi) Ohio University, The Faculty of the College of Education, Ohio
- Doleck, T. ve Lajoie, S. (2018). Social networking and academic performance: A review. *Education and Information Technologies*, 23, 435–465.
- Dowling, N. A. ve Brown, M. (2010). Commonalities in the psychological factors associated with problem gambling and Internet dependence. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 437-441.

- Du, X. ve Lin, S. (2019). Social media usage, acculturation and psychological well-being: a study with Chinese in New Zealand. *International Communication of Chinese Culture*, 6(3), 231-245.
- Dumas, T. M., Maxwell-Smith, M., Davis, J. P. ve Giulietti, P. A. (2017). Lying or longing for likes? Narcissism, peer belonging, loneliness and normative versus deceptive like-seeking on Instagram in emerging adulthood. *Computers in Human Behavior*, 71, 1–10. doi:10.1016/j.chb.2017.01.037
- Dutot, V. ve Lichy, J. (2019). The role of social media in accelerating the process of acculturation to the global consumer culture: An empirical analysis. *International Journal of Technology and Human Interaction (IJTHI)*, 15(1), 65–84.
- El-Khoury, J., Haidar, R., Kanj, R. R., Ali, L. B. ve Majari, G. (2021). Characteristics of social media ‘detoxification’ in university students. *Libyan Journal of Medicine*, (1).
- El-Shihy, D. Ve Awad, T. (2022). A Sociopsychological Approach to Millennials Attitudes on Social Networking Sites. *Digital Technologies Research and Applications*, 1(1), 32-46.
- Ellison, N. B., Steinfield, C. ve Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication: JCMC*, 12(4), 1143–1168. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x
- Ellison, N. B., Vitak, J., Gray, R. ve Lampe, C. (2014). Cultivating social resources on social network sites: Facebook relationship maintenance behaviors and their role in social capital processes. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 19(4), 855-870.
- Elsner, D., Broadbear, J. H. ve Rao, S. (2018). What is the clinical significance of chronic emptiness in borderline personality disorder? *Australasian Psychiatry*, 26(1), 88-91.
- Emirtekin, E., Balta, S., Sural, İ., Kircaburun, K., Griffiths, M. D. ve Billieux, J. (2019). The role of childhood emotional maltreatment and body image dissatisfaction in problematic smartphone use among adolescents. *Psychiatry Research*, 271, 634–639. doi:10.1016/j.psychres.2018.12.059
- Erkoreka, L. ve Navarro, B. (2017). Vulnerable narcissism is associated with severity of depressive symptoms in dysthymic patients. *Psychiatry Research*, 257, 265-269

- Eroğlu, A. ve Bayraktar, S. (2017). İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 184–184. doi:10.24289/ijsser.270680
- Eşkisu, M., Hoşoğlu, R. ve Rasmussen, K. (2017). An investigation of the relationship between Facebook usage, Big Five, self-esteem and narcissism. *Computers in Human Behavior*, 69, 294–301. doi:10.1016/j.chb.2016.12.036
- Fegan, R. B. ve Bland, A. R. (2021). Social media use and vulnerable narcissism: the differential roles of oversensitivity and egocentricity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9172.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations; Studies towards the Integration of the Social Sciences*, 7(2), 117–140. doi:10.1177/001872675400700202
- Foddy, M. ve Kashima, Y. (2002). Self and identity: What is the conception of the person assumed in the current literature. *Self and identity* içinde (s: 3-25).
- Foster, J. D. ve Trimm, R. F. (2008). On being eager and inhibited: Narcissism and approachavoidance motivation. *Society for Personality and Social Psychology*, 34(7), 1004–1017.
- Fox, J. ve Moreland, J. J. (2015). The dark side of social networking sites: An exploration of the relational and psychological stressors associated with Facebook use and affordances. *Computers in human behavior*, 45, 168-176.
- Frost, R. L. ve Rickwood, D. J. (2017). A systematic review of the mental health outcomes associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 76, 576-600.
- Gabbard, G. O. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53(6), 527–532.
- Gatautis, R. ve Kazakevičiūtė, A. (2012). Consumer behavior in online social networks: Review and future research directions. *Economics and management*, 17(4), 1457-1463.

- George, D., ve Mallery, M. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Gilbert, P. ve Trent, D. R. (1991). *Depression in relation to submission and other rank related attributes*. Manuscript submitted for publication.
- Gilmour, J., Machin, T., Brownlow, C. ve Jeffries, C. (2020). Facebook-based social support and health: A systematic review. *Psychology of Popular Media*, 9(3), 328–346. doi:10.1037/ppm0000246
- Glass, R., Li, S. ve Pan, R. (2014). Personality, problematic social network use and academic performance in China. *Journal of Computer Information Systems*, 54(4), 88–96. doi:10.1080/08874417.2014.11645726
- Gözübüyüköğlu, U. (2019). Web sayfası tasarımında kullanıcı arayüzünün kullanılabilirliğinde görsel tasarımın önemi ve Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Web Sayfası Tasarım Örneği. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, Erzurum.
- Grant, J. E., Brewer, J. A. ve Potenza, M. N. (2006). The neurobiology of substance and behavioral addictions. *CNS spectrums*, 11(12), 924-930
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. ve Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 233–241. doi:10.3109/00952990.2010.491884
- Greenfield, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive internet use: A preliminary analysis. *The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society, Cyberpsychology & Behavior*, 2(5), 403–412. doi:10.1089/cpb.1999.2.403
- Grieve, R., Indian, M., Witteveen, K., Tolan, G. A. ve Marrington, J. (2013). Face-to-face or Facebook: Can social connectedness be derived online?. *Computers in human behavior*, 29(3), 604-609.
- Griffiths, M. D. (1996). Nicotine, tobacco and addiction. *Nature*, 384(6604), 18. doi:10.1038/384018a0
- Griffiths, M. D. (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. (2010). Gambling addiction on the Internet. *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*, 113-133
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 119-125.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. ve Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. *Behavioral addictions içinde* (s. 119–141).
- Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of applied developmental psychology*, 25(6), 633-649.
- Guntuku, Y., Guntuku, S. C., Yaden, D. B., Kern, M. L., Ungar, L. H. ve Eichstaedt, J. C. (2017). Detecting depression and mental illness on social media: An integrative review”, *Current Opinion In Behavioral Sciences Special Issue içinde (Vol: 18)* (s. 43–49). Amsterdam, Netherlands: Elsevier Science Bv.
- Günay, O., Öztürk, A. ve Arslantaş, E. E. (2018). Erciyes Üniversitesi Öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyon düzeyleri. *Neurological Sciences*, 31, 79–88.
- Gylfason, H. F., Sveinsdottir, A. H., Vésteinsdóttir, V. ve Sigurvinsdottir, R. (2021). Haters gonna hate, trolls gonna troll: The personality profile of a Facebook troll. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5722. doi:10.3390/ijerph18115722
- Ha, Y.-M. ve Hwang, W. J. (2014). Gender differences in internet addiction associated with psychological health indicators among adolescents using a national web-based survey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(5), 660–669. doi:10.1007/s11469-014-9500-7
- Hadlington, L. (2017). Human factors in cybersecurity; examining the link between internet addiction, impulsivity, attitudes towards cybersecurity, and risky cybersecurity behaviours. *Heliyon*, 3(7), e00346. doi:10.1016/j.heliyon.2017.e00346

- Haferkamp, N. ve Krämer, N. C. (2011). Social comparison 2.0: Examining the effects of online profiles on social-networking sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(5), 309–314. doi:10.1089/cyber.2010.0120
- Haferkamp, N., Eimler, S. C., Papadakis, A.-M. ve Kruck, J. V. (2012). Men are from Mars, women are from Venus? Examining gender differences in self-presentation on social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15(2), 91–98. doi:10.1089/cyber.2011.0151
- Halişçelik, M. (2021). Majör depresyon ile narsistik kişilik bozukluğu arasındaki ilişkinin araştırılması. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) Bursa Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa
- Hall, A. S. ve Parsons, J. (2001). Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 23(4) 312-327.
- Hawi, N. ve Samaha, M. (2019). Identifying commonalities and differences in personality characteristics of Internet and social media addiction profiles: traits, self-esteem, and self-construal. *Behaviour & Information Technology*, 38(2), 110–119. doi:10.1080/0144929x.2018.1515984
- Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J. J. M., van Lissa, C. J. ve ter Bogt, T. F. M. (2019). Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior*, 92, 65–75. doi:10.1016/j.chb.2018.10.032
- Hawkley, L. C. ve Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118–126.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri İçin Geçerliği Güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13

- Ho, S. S., Lwin, M. O. ve Lee, E. W. (2017). Till logout do us part? Comparison of factors predicting excessive social network sites use and addiction between Singaporean adolescents and adults. *Computers in Human Behavior*, 75, 632-642.
- Ho, T. T. Q. (2021). Facebook addiction and depression: Loneliness as a moderator and poor sleep quality as a mediator. *Telematics and Informatics*, 61(101617), doi:10.1016/j.tele.2021.101617
- Holdoš, J. (2017). Type D personality in the prediction of internet addiction in the young adult population of Slovak internet users. *Current Psychology* 36(4), 861–868. doi:10.1007/s12144-016-9475-6
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B. ve Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLoS medicine*, 7(7), e1000316.
- Hong, F. Y., Huang, D. H., Lin, H. Y. ve Chiu, S. L. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*, 31(4), 597-606.
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L. ve Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology*, 13(1). doi:10.5817/cp2019-1-4
- Hu, L. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55, doi: 10.1080/10705519909540118
- Huang, C. (2022). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *The International Journal of Social Psychiatry*, 68(1), 12–33. doi:10.1177/0020764020978434
- Huprich, S. K. (2020). Commentary on the special issue: Critical distinctions between vulnerable narcissism and depressive personalities. *Journal of Personality Disorders*, 34(Supplement), 207-209.
- Huprich, S. K. ve Nelson, S. M. (2014). Malignant self-regard: Accounting for commonalities in vulnerably narcissistic, depressive, self-defeating, and masochistic personality disorders. *Comprehensive psychiatry*, 55(4), 989-998.

- Huprich, S. K., Nelson, S., Sohnleitner, A., Lengu, K., Shankar, S. ve Rexer, K. (2018). Are malignant self-regard and vulnerable narcissism different constructs? *Journal of Clinical Psychology*, 74(9), 1556-1569.
- Hussain, Z., ve Starcevic, V. (2020). Problematic social networking site use: a brief review of recent research methods and the way forward. *Current opinion in psychology*, 36, 89-95
- Ioannidis, K., Treder, M. S., Chamberlain, S. R., Kiraly, F., Redden, S. A., Stein, D. J., ... Grant, J. E. (2018). Problematic internet use as an age-related multifaceted problem: Evidence from a two-site survey. *Addictive Behaviors*, 81, 157–166. doi:10.1016/j.addbeh.2018.02.017
- Ivie, E. J., Pettitt, A., Moses, L. J. ve Allen, N. B. (2020). A meta-analysis of the association between adolescent social media use and depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 275, 165–174. doi:10.1016/j.jad.2020.06.014
- Janković, B., Nikolić, M., Vukonjanski, J. ve Terek, E. (2016). The impact of Facebook and smart phone usage on the leisure activities and college adjustment of students in Serbia. *Computers in Human Behavior*, 55, 354–363. doi:10.1016/j.chb.2015.09.022
- Jin, B. Ve Park, N. (2013). Mobile voice communication and loneliness: Cell phone use and the social skills deficit hypothesis. *New Media & Society*, 15(7), 1094-1111.
- Jong Gierveld, D. ve van Tilburg, J. (2010). The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness: Tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European Journal of Ageing*, 7(2), 121–130.
- Jöreskog, K.G. ve Sörbom, D. (2006). LISREL 8.80 for Windows [Computer software]. Lincolnwood, IL: Scientific Software International, Inc.
- Kaplan, A. M. ve Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. doi:10.1016/j.bushor.2009.09.003
- Kapoor, K. K., Tamilmani, K. ve Rana, N. P. (2018). Advances insocial media research: Past, present and future. *Information Systems Frontiers*, 20, 531–558.

- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in human behavior*, 31, 351-354.
- Kardefelt-Winther, D. (2017). Conceptualizing Internet use disorders: Addiction or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 71(7), 459–466. doi:10.1111/pcn.12413
- Kaşdarma, E. (2016). Facebook'taki sosyal karşılaştırma sürecinin ve bu süreçle ilişkili faktörlerin incelenmesi (Yayınlanmamış doktora tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Kauten, R. L., Lui, J. H., Sary, A. K. ve Barry, C. T. (2015). Purging my friends list. Good luck making the cut”: Perceptions of narcissism on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 51, 244–254.
- Keleş, B., McCrae, N. ve Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. doi:10.1080/02673843.2019.1590851
- Kelloway, E. K. (1998). *Using LISREL for structural equation modeling: A researcher's guide*. Sage Publication.
- Kemp, N. ve Clayton, J. (2017). University students vary their use of textese in digital messages to suit the recipient: Textese Use to Different Recipients. *Journal of Research in Reading*, 40, 141–157. doi:10.1111/1467-9817.12074
- Kernberg, O. F. (1967). Borderline personality organization. *Journal of the American psychoanalytic Association*, 15(3), 641-685
- Kernberg, O. F. (2007). The almost untreatable narcissistic patient. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 55(2), 503-539.
- Kernberg, O. F. (2018). A contemporary reading of “On Narcissism”. In Freud’s “On narcissism: An introduction” (s: 131-148). Routledge.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R. ve Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of general psychiatry*, 62(6), 593-602.

- Khan, N. A., Khan, A. N. ve Moin, M. F. (2021). Self-regulation and social media addiction: A multi-wave data analysis in China. *Technology in Society*, 64, 101527
- Khosravi, P., Rezvani, A. ve Wiewiora, A. (2016). The impact of technology on older adults' social isolation. *Computers in Human Behavior*, 63, 594-603.
- Kircaburun, K. (2016). Self-esteem, daily internet use and social media addiction as predictors of depression among Turkish adolescents. *Journal of Education and Practice*, 7(24), 64–72.
- Kircaburun, K. ve Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 158–170. doi:10.1556/2006.7.2018.15
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B. ve Griffiths, M. D. (2020). Uses and gratifications of problematic social media use among university students: A simultaneous examination of the Big Five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 525-547.
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z. ve Tosuntaş, Ş. B. (2019). Analyzing the links between problematic social media use, dark triad traits, and self-esteem. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(6), 1496-1507.
- Ko, C.-H., Liu, G.-C., Yen, J.-Y., Chen, C.-Y., Yen, C.-F. ve Chen, C.-S. (2013). Brain correlates of craving for online gaming under cue exposure in subjects with Internet gaming addiction and in remitted subjects: Online gaming craving. *Addiction Biology*, 18(3), 559–569. doi:10.1111/j.1369-1600.2011.00405.x
- Koc, M. ve Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: The role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(4), 279–284. doi:10.1089/cyber.2012.0249
- Koçak, O., İlme, E. ve Younis, M. Z. (2021). Mediating role of satisfaction with life in the effect of self-esteem and education on social media addiction in Turkey. *Sustainability*, 13(16), 9097. doi:10.3390/su13169097

- Kohut, H. (1968). The psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders: Outline of a systematic approach. *The psychoanalytic study of the child*, 23(1), 86-113.
- Kong, F., Tang, F., Zhang, H., Sun, X. ve Zhang, Y. (2020). Does downward social comparisons affect mobile phone addiction? Narcissism matters! *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(3), 266–272. doi:10.1007/s41347-020-00136-9
- Kong, F., Wang, M., Zhang, X., Li, X. ve Sun, X. (2021). Vulnerable Narcissism in SocialNetworking Sites: The Role of Upward and Downward Social Comparisons. *Frontiers in Psychology*, 12, 711909.
- Koob, G. F. ve Le Moal, M. (2008). Addiction and the brain antireward system. *Annu. Rev. Psychol.*, 59, 29-53.
- Koob, G. F. ve Volkow, N. D. (2010). Neurocircuitry of addiction. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 217-238.
- Krasnova, H., Veltri, N. F., Eling, N. ve Buxmann, P. (2017). Why men and women continue to use social networking sites: The role of gender differences. *Journal of Strategic Information Systems*, 26(4), 261–284. doi:10.1016/j.jsis.2017.01.004
- Krizan, Z. ve Herlache, A. D. (2018). The narcissism spectrum model: A synthetic view of narcissistic personality. *Personality and Social Psychology Review*, 22(1), 3-31.
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS One*, 8(8), e69841. doi:10.1371/journal.pone.0069841
- Ksinan, A. J. ve Vazsonyi, A. T. (2016). Narcissism, Internet, and social relations: A study of two tales. *Personality and Individual Differences*, 94, 118–123. doi:10.1016/j.paid.2016.01.016
- Kuss D. J., Griffiths M. D., Karila L. ve Billieux. J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4026–4052. doi:10.2174/13816128113199990617

- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2012a). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal Of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2012b). Internet and gaming addiction: a systematic literature review of neuroimaging studies. *Brain Sciences*, 2(3), 347–374. doi:10.3390/brainsci2030347
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3). doi:10.3390/ijerph14030311
- Kuss, D. J. ve López-Fernández, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143–176. doi:10.5498/wjp.v6.i1.143
- Lahiry, S., Choudhury, S., Chatterjee, S. ve Hazra, A. (2019). Impact of social media on academic performance and interpersonal relation: A cross-sectional study among students at a tertiary medical center in East India. *Journal of Education and Health Promotion*, 8: 73. doi:10.4103/jehp.jehp_365_18
- LaRose, R., Lin, C. A. ve Eastin, M. S. (2003). Unregulated internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225–253. doi:10.1207/s1532785xmep0503_01
- Lee, S. L. (2019). Predicting SNS addiction with the big Five and the Dark Triad. *Cyberpsychology*, 13(1). doi:10.5817/cp2019-1-3
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites? The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253–260. doi:10.1016/j.chb.2013.12.009
- Lee, S., Jiang, T., Crocker, J. ve Way, B. M. (2022). Social media use and its link to physical health indicators. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 25(2), 87–93. doi:10.1089/cyber.2021.0188
- Lee, S., Tam, C. L. ve Chie, Q. T. (2014). Mobile phone usage preferences: The contributing factors of personality, social anxiety and loneliness. *Social Indicators Research*, 118(3), 1205–1228. doi:10.1007/s11205-013-0460-2

- Leménager, T., Hoffmann, S., Dieter, J., Reinhard, I., Mann, K. ve Kiefer, F. (2018). The links between healthy, problematic, and addicted Internet use regarding comorbidities and self-concept-related characteristics. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 31–43. doi:10.1556/2006.7.2018.13
- Levenson, J. C., Shensa, A., Sidani, J. E., Colditz, J. B. ve Primack, B. A. (2016). The association between social media use and sleep disturbance among young adults. *Preventive Medicine*, 85, 36–41. doi:10.1016/j.ypmed.2016.01.001
- Levy, K. N., Ellison, W. D. ve Reynoso, J. S. (2011). A historical review of narcissism and narcissistic personality. The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments, (s:1-13).
- Lim, M. ve Yang, Y. (2015). Effects of users' envy and shame on social comparison that occurs on social network services. *Computers in Human Behavior*, 51, 300–311. doi:10.1016/j.chb.2015.05.013
- Lindenberg, K., Halasy, K., Szász-Janócha, C. ve Wartberg, L. (2018). A phenotype classification of internet use disorder in a large-scale high-school study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4), 733.
- Liu, C. ve Ma, J. (2018). Development and validation of the Chinese social media addiction scale. *Personality and Individual Differences*, 134, 55–59. doi:10.1016/j.paid.2018.05.046
- Liu, D., Baumeister, R. F., Yang, C. C. ve Hu, B. (2019). Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 24(5), 259–273.
- Lo, J. (2019). Exploring the buffer effect of receiving social support on lonely and emotionally unstable social networking users. *Computers in Human Behavior*, 90, 103–116. doi:10.1016/j.chb.2018.08.052
- Longstreet, P. ve 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

- Lup, K., Trub, L. ve Rosenthal, L. (2015). Instagram# instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252.
- Malesza, M. ve Kaczmarek, M. C. (2018). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism and impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 126, 61-65.
- Malkin, C. (2015). Rethinking narcissism: The bad-and surprising good-about feeling special. New York, NY: Harper Collins.
- Mamun, M. A. A. ve Griffiths, M. D. (2019). The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students. *Psychiatry Research*, 271, 628–633. doi:10.1016/j.psychres.2018.12.039
- Marino, C., Vieno, A., Moss, A. C., Caselli, G., Nikčević, A. V. ve Spada, M. M. (2016). Personality, motives and metacognitions as predictors of problematic Facebook use in university students. *Personality and Individual Differences*, 101, 70–77. doi:10.1016/j.paid.2016.05.053
- Marsh, H. W. ve Hocevar, D. (1988). A new, more powerful approach to multitrait-multimethod analyses: Application of second-order confirmatory factor analysis. *Journal of applied psychology*, 73(1), 107.
- Marshall, T. C., Lefringhausen, K. ve Ferenczi, N. (2015). The Big Five, self-esteem, and narcissism as predictors of the topics people write about in Facebook status updates. *Personality and Individual Differences*, 85, 35-40.
- Marwick, A. E. (2015). Instafame: Luxury selfies in the attention economy. *Public Culture*, 27(1), 137–160. doi:10.1215/08992363-2798379
- Mazman, S. G. ve Usluel, Y. K. (2011). Gender differences in using social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(2), 133–139.
- McKinney, B. C., Kelly, L. ve Duran, R. L. (2012). Narcissism or openness? College students' use of Facebook and twitter. *Communication Research Reports: CRR*, 29(2), 108–118. doi:10.1080/08824096.2012.666919

- Meerkerk, G.-J., Van Den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A. ve Garretsen, H. F. L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some psychometric properties. The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society, *Cyberpsychology & Behavior*: 12(1), 1–6. doi:10.1089/cpb.2008.0181
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(4), 357-364.
- Meshi, D., Cotten, S. R. ve Bender, A. R. (2020). Problematic social media use and perceived social isolation in older adults: A cross-sectional study. *Gerontology*, 66(2), 160–168. doi:10.1159/000502577
- Miller, J. D., Lynam, D. R., Hyatt, C. S. ve Campbell, W. K. (2017). Controversies in narcissism. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13(1), 291–315. doi:10.1146/annurev-clinpsy-032816-045244
- Miller, J. D., Lynam, D. R., Vize, C., Crowe, M., Sleep, C., Maples-Keller, J. L., ... ve Campbell, W. K. (2018). Vulnerable narcissism is (mostly) a disorder of neuroticism. *Journal of personality*, 86(2), 186-199.
- Millon, T. (1981). Disorders of personality: DSM-III: Axis II (pp. 181-215). New York.
- Millon, T., Millon, C. M., Meagher, S., Grossman, S. ve Ramnath, R. (2012). *Personality Disorders in Modern Life* (2. baskı). Nashville, TN: John Wiley & Sons.
- Morahan-Martin, J. (1997). Gender differences in Internet use. In 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, August.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13–29. doi:10.1016/s0747-5632(99)00049-7
- Moreno, M. A., Jelenchick, L. A. ve Breland, D. J. (2015). Exploring depression and problematic internet use among college females: A multisite study. *Computers in Human Behavior*, 49, 601-607.

- Moretta, T. ve Buodo, G. (2020). Problematic internet use and loneliness: How complex is the relationship? A short literature review. *Current Addiction Reports*, 7(2), 125–136. doi:10.1007/s40429-020-00305-z
- Moretta, T., Buodo, G., Demetrovics, Z. ve Potenza, M. N. (2022). Tracing 20 years of research on problematic use of the internet and social media: Theoretical models, assessment tools, and an agenda for future work. *Comprehensive Psychiatry*, 112, 152286
- Morf, C. C. ve Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the paradoxes of narcissism: A dynamic self-regulatory processing model. *Psychological Inquiry*, 12(4), 177–196. doi:10.1207/s15327965pli1204_1
- Morrison, C. M. ve Gore, H. (2010). The relationship between excessive internet use and depression: A questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. *Psychopathology*, 43(2), 121–126. doi:10.1159/000277001
- Muench, F., Hayes, M., Kuerbis, A. ve Shao, S. (2015). The independent relationship between trouble controlling Facebook use, time spent on the site and distress. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(3), 163–169. doi:10.1556/2006.4.2015.013
- Musetti, A., Grazia, V., Alessandra, A., Franceschini, C., Corsano, P. ve Marino, C. (2022). Vulnerable narcissism and Problematic Social Networking Sites Use: Focusing the lens on specific motivations for social networking sites use. *Healthcare* 10(9), doi:10.3390/healthcare10091719
- Müller, K. W., Glaesmer, H., Brähler, E., Woelfling, K. ve Beutel, M. E. (2014). Prevalence of internet addiction in the general population: Results from a German population-based survey. *Behaviour & Information Technology*, 33(7), 757–766. doi:10.1080/0144929x.2013.810778
- Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Marsch, L. A. ve Bartels, S. J. (2016). The future of mental health care: Peer-to-peer support and social media. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 25(2), 113–122. doi:10.1017/s2045796015001067
- Ndasauka, Y., Hou, J., Wang, Y., Yang, L., Yang, Z., Ye, Z., ... ve Zhang, X. (2016). Excessive use of Twitter among college students in the UK: Validation of the Microblog Excessive Use Scale and relationship to social interaction and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 55, 963-971.

- Nikbin, D., Iranmanesh, M. ve Foroughi, B. (2021). Personality traits, psychological well-being, Facebook addiction, health and performance: Testing their relationships. *Behaviour & Information Technology*, 40(7), 706–722. doi:10.1080/0144929x.2020.1722749
- Nowland, R., Necka, E. A. ve Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and social internet use: pathways to reconnection in a digital world? *Perspectives on Psychological Science*, 13(1), 70-87.
- Noyan, C. O., Enez Darçin, A., Nurmedov, S., Yilmaz, O. ve Dilbaz, N. (2015). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun üniversite öğrencilerindeTürkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16 (Özel Sayı.1), 73-81
- O'Day, E. B. ve Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100070. doi:10.1016/j.chbr.2021.100070
- Odağ, C. (1996). Örneklerle Narsisizm. *Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları*, 1(3), 457–476.
- Ong, E. Y. L., Ang, R. P., Ho, J. C. M., Lim, J. C. Y., Goh, D. H., Lee, C. S. ve Chua, A. Y. K. (2011). Narcissism, extraversion and adolescents' self-presentation on Facebook. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 180–185. doi:10.1016/j.paid.2010.09.022
- Panek, E. T., Nardis, Y. ve Konrath, S. (2013). Mirror or Megaphone? How relationships between narcissism and social networking site use differ on Facebook and Twitter. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 2004-2012
- Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17(10), 652–657. doi:10.1089/cyber.2014.0070
- Pantic, I., Damjanovic, A., Todorovic, J., Topalovic, D., Bojovic-Jovic, D., Ristic, S. ve Pantic, S. (2012). Association between online social networking and depression in high school students: Behavioral physiology viewpoint. *Psychiatria Danubina*, 24(1), 90–93.
- Park, S., Jeon, H. J., Bae, J. N., Seong, S. J. ve Hong, J. P. (2017). Prevalence and psychiatric comorbidities of internet addiction in a nationwide sample of Korean adults. *Psychiatry Investigation*, 14(6), 879. doi:10.4306/pi.2017.14.6.879

- Pasek, J., More, E. ve Romer, D. (2009). Realizing the social Internet? Online social networking meets offline civic engagement. *Journal of Information Technology & Politics*, 6(3-4), 197-215.
- Pawlikowski, M., Nader, I. W., Burger, C., Stieger, S. ve Brand, M. (2014). Pathological internet use – It is a multidimensional and not a unidimensional construct. *Addiction Research & Theory*, 22(2), 166–175. doi:10.3109/16066359.2013.793313
- Perdew, L. (2015). *Internet addiction*. Minneapolis, Minnesota: Abdo Publishing.
- Perlman, D., Peplau, L. A. ve Goldston, S. E. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*, (13-46).
- Perrin, A. (2016). Social media use and participation: 2016. Pew Research Center.
- Pincus, A. L. ve Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6(1), 421–446. doi:10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G. C. ve Levy, K. N. (2009). Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment*, 21(3), 365–379. doi:10.1037/a0016530
- Pluhar, E., Kavanaugh, J. R., Levinson, J. A. ve Rich, M. (2019). Problematic interactive media use in teens: Comorbidities, assessment, and treatment. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 447–455. doi:10.2147/PRBM.S208968
- Poli, R. (2017). Internet addiction update: Diagnostic criteria, assessment and prevalence. *Neuropsychiatry*, 7(1). doi:10.4172/neuropsychiatry.1000171
- Pontes, H. M., Taylor, M. ve Stavropoulos, V. (2018). Beyond “Facebook addiction”: The role of cognitive-related factors and psychiatric distress in social networking site addiction. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 21(4), 240–247. doi:10.1089/cyber.2017.0609

- Poon, D. C. H. ve Leung, L. (2011). Effects of narcissism, leisure boredom, and gratifications sought on user-generated content among net-generation users. *International Journal of Cyber Behavior Psychology and Learning*, 1(3), 1–14. doi:10.4018/ijcbpl.2011070101
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part 2: Do they really think differently?. *On the horizon*.
- Price, S. L., Mahler, H. ve Hopwood, C. J. (2019). Subjective emptiness: A clinically significant trans-diagnostic psychopathology construct. doi:10.31235/osf.io/f2x6r
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L. Y., Rosen, D., ... Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U. S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1–8. doi:10.1016/j.amepre.2017.01.010
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. ve Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Rajesh, T. ve Rangaiah, D. B. (2020). Facebook addiction and personality. *Heliyon*, 6(1), 31-84. doi:10.1016/j.heliyon.2020.e03184
- Rappoport, A. (2005). Co-narcissism: How we accommodate to narcissistic parents. *The Therapist*, 1, 1-8.
- Rathvon, N. ve Holmstrom, R. W. (1996). An MMPI-2 portrait of narcissism. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 1–19. doi:10.1207/s15327752jpa6601_1
- Rhodes, J. E., Hackney, S. J. ve Smith, J. A. (2019). Emptiness, engulfment, and life struggle: an interpretative phenomenological analysis of chronic depression. *Journal of Constructivist Psychology*, 32(4), 390-407
- Rithika, M. ve Selvaraj, S. (2013). Impact of social media on students' academic performance. *International Journal of Logistics & Supply Chain Management Perspectives*, 2(4), 636-640.

- Robbins, T. W. ve Clark, L. (2015). Behavioral addictions. *Current Opinion in Neurobiology*, 30, 66–72. doi:10.1016/j.conb.2014.09.005
- Roberts, J. A., Yaya, L. H. P. ve Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254–265. doi:10.1556/JBA.3.2014.015
- Rogers, W. M. ve Schmitt, N. (2004). Parameter recovery and model fit using multidimensional composites: A comparison of four empirical parceling algorithms. *Multivariate Behavioral Research*, 39(3), 379-412
- Rose, P. (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33(3), 379–391.
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. doi:10.1006/ceps.1999.1020
- Ryan, T. ve Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness, and Facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1658–1664. doi:10.1016/j.chb.2011.02.004
- Ryan, T., Allen, K. A., Gray, D. L. ve McInerney, D. M. (2017). How social are social media? A review of online social behaviour and connectedness. *Journal of Relationships Research*, 8(8). doi:10.1017/jrr.2017.13
- Ryan, T., Reece, J., Chester, A. ve Xenos, S. (2016). Who gets hooked on Facebook? An exploratory typology of problematic Facebook users. *Cyberpsychology*, 10(3). doi:10.5817/cp2016-3-4
- Samaha, M. ve Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321–325. doi:10.1016/j.chb.2015.12.045
- Say, G. ve Batıgün, A. D. (2016). Problemlı internet kullanımı ile ebeveyn-ergen ilişki niteliği, yalnızlık, öfke ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi/ The assessment of the

- relationship between problematic internet use and parent-adolescent relationship quality, loneliness, anger, and problem solving skills. *Düşünen Adam*, 29(4) 324-334.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Shane-Simpson, C., Manago, A., Gaggi, N. ve Gillespie-Lynch, K. (2018). Why do college students prefer Facebook, Twitter, or Instagram? Site affordances, tensions between privacy and self-expression, and implications for social capital. *Computers in human behavior*, 86, 276-288.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. ve Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207–216. doi:10.1002/da.10094
- Shareef, M. A., Mukerji, B., Dwivedi, Y. K., Rana, N. P. ve Islam, R. (2019). Social media marketing: Comparative effect of advertisement sources. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 46, 58-69.
- Sharma, P. ve Sousa, A. (2016). Internet addiction in adolescents-an overview. *Indian Journal of Mental Health*, 3(4), 394–404.
- Shaw, M. ve Black, D. W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5), 353–365. doi:10.2165/00023210-200822050-00001
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P. ve Primack, B. A. (2017). Problematic social media use and depressive symptoms among US young adults: A nationally- representative study. *Social Science & Medicine*, 182, 150–157.
- Shin, M., Lee, J., Chyung, Y. J., Kim, P. W. ve Jung, S. Y. (2016). Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling. *Psychologia; An International Journal of Psychology in the Orient*, 59(4), 182–201. doi:10.2117/psysoc.2016.182

- Sidani, J. E., Shensa, A., Hoffman, B., Hanmer, J. ve Primack, B. A. (2016). The association between social media use and eating concerns among US young adults. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 116(9), 1465-1472.
- Skodol, A. E., Bender, D. S. ve Morey, L. C. (2014). Narcissistic personality disorder in DSM-5. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(4), 422.
- Skues, J. L., Williams, B. ve Wise, L. (2012). The effects of personality traits, self-esteem, loneliness, and narcissism on Facebook use among university students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2414–2419. doi:10.1016/j.chb.2012.07.012
- Smith, R. H. ve Kim, S. H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin*, 133(1), 46–64. doi:10.1037/0033-2909.133.1.46
- Sohn, Y., Woo, S., Jo, D. ve Yang, E. (2019). The role of the quality of college-based relationship on social media in college-to-work transition of Korean college students: The longitudinal examination of intimacy on social media, social capital, and loneliness: Role of intimacy on social media in college-to-work transition. *The Japanese Psychological Research*, 61(4), 236–248. doi:10.1111/jpr.12234
- Song, H., Zmyslinski-Seelig, A., Kim, J., Drent, A., Victor, A., Omori, K. ve Allen, M. (2014). Does Facebook make you lonely? A meta analysis. *Computers in Human Behavior*, 36, 446–452. doi:10.1016/j.chb.2014.04.011
- Stavropoulos, V., Anderson, E. E., Beard, C., Latifi, M. Q., Kuss, D. ve Griffiths, M. (2019). A preliminary cross-cultural study of Hikikomori and internet gaming disorder: The moderating effects of game-playing time and living with parents. *Addictive Behaviors Reports*, 9. doi:10.1016/j.abrep.2018.10.001
- Stevens, M. W. R., King, D. L., Dorstyn, D. ve Delfabbro, P. H. (2019). Cognitive-behavioral therapy for internet gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(2), 191–203. doi:10.1002/cpp.2341

- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y. ve Potenza, M. N. (2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, 106480 doi:10.1016/j.chb.2020.106480
- Sümer, N. (2000). Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*
- Şahin, N. H., Durak, A. ve Şahin, N. (1993). Sosyal karşılaştırma ölçeği: Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme. Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2001). Using multivariate statistics (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Talis, G. (2022). Internet addiction. Substance and non-substance related addictions içinde (s. 99–107). Cham: Springer.
- Tandoc, E. C., Ferrucci, P. ve Duffy, M. (2015). Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebooking depressing? *Computers in human behavior*, 43, 139-146.
- Tang, C. S. K. ve Koh, Y. Y. W. (2017). Online social networking addiction among college students in Singapore: Comorbidity with behavioral addiction and affective disorder. *Asian Journal of Psychiatry*, 25, 175-178.
- Teo, W. J. S. ve Lee, C. S. (2016, December). Sharing brings happiness? Effects of sharing in social media among adult users. *International Conference on Asian Digital Libraries* (s. 351-365). Springer, Cham.
- Tereshchenko, S. ve Kasparov, E. (2019). Neurobiological risk factors for the development of internet addiction in adolescents. *Behavioral Sciences*, 9(6), 62. doi:10.3390/bs9060062
- Tosun, L. P. (2012). Motives for Facebook use and expressing “true self” on the internet. *Computers in Human Behavior*, 28(4), 1510–1517. doi:10.1016/j.chb.2012.03.018
- Treem, J. W., Dailey, S. L., Pierce, C. S. ve Leonardi, P. M. (2015). Bringing technological frames to work: How previous experience with social media shapes the technology’s meaning in an

- organization: Bringing technological frames to work. *The Journal of Communication*, 65(2), 396–422. doi:10.1111/jcom.12149
- Turel, O. ve Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512-528.
- Turel, O., Brevers, D. ve Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of Psychiatric Research*, 97, 84–88. doi:10.1016/j.jpsychires.2017.11.014
- Tutgun-Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Twenge J., Martin, G.N. ve Spitzberg, B.H. (2019). Trends in U.S. Adolescents' media use, 1976–2016: The rise of digital media, the decline of TV, and the (near) demise of print. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(4), 329–345. doi:10.1037/ppm0000203
- Twenge, J. M. (2013). Does online social media lead to social connection or social disconnection? *Journal of College and Character*, 14(1), 11–20. doi:10.1515/jcc-2013-0003
- Twenge, J. M. ve Campbell, W. K. (2003). Isn't it fun to get the respect that we are going to deserve? Narcissism, social rejection and aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 261–272.
- Twenge, J. M. ve Campbell, W. K. (2009). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. Simon and Schuster.
- Twenge, J. M. ve Campbell, W. K. (2010). Birth cohort differences in the monitoring the future dataset and elsewhere: Further evidence for generation me-commentary on Trzesniewski & Donnellan (2010). *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 5(1), 81–88. doi:10.1177/1745691609357015
- Twenge, J. M. ve Campbell, W. K. (2010). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. New York: Free Press.

- Vahedi, Z. ve Zannella, L. (2021). The association between self-reported depressive symptoms and the use of social networking sites (SNS): A meta-analysis. *Current Psychology*, 40(5), 2174-2189.
- Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2009). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(4), 1169-1182.
- Valkenburg, P. M., Meier, A. ve Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 58-68
- Valkenburg, P. M., van Driel, I. I. ve Beyens, I. (2022). The associations of active and passive social media use with well-being: A critical scoping review. *New Media & Society*, 24(2), 530–549. doi:10.1177/14614448211065425
- van den Bosch, L., Fardouly, J. ve Tiggemann, M. (2022). Social media and body image: Recent trends and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101289. doi:10.1016/j.copsyc.2021.12.002
- van den Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S. ve Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior*, 61, 478–487. doi:10.1016/j.chb.2016.03.038
- van Tilburg, T. G., Steinmetz, S., Stolte, E., van der Roest, H. ve de Vries, D. H. (2021). Loneliness and mental health during the COVID-19 pandemic: A study among Dutch older adults. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 76(7), e249–e255. doi:10.1093/geronb/gbaa111
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J. ve Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review: Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. doi:10.1111/sipr.12033
- Vink, J. M., van Beijsterveldt, T. C. E. M., Huppertz, C., Bartels, M. ve Boomsma, D. I. (2016). Heritability of compulsive internet use in adolescents. *Addiction Biology*, 21(2), 460–468. doi:10.1111/adb.12218

- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R. ve Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222. doi:10.1037/ppm0000047
- Wallace, E. ve Buil, I. (2021). Hiding Instagram Likes: Effects on negative affect and loneliness. *Personality and Individual Differences*, 170, 110509.
- Wang, D. (2017). A study of the relationship between narcissism, extraversion, drive for entertainment, and narcissistic behavior on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, 66, 138–148. doi:10.1016/j.chb.2016.09.036
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R. ve Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: a systematic review. *BMC psychiatry*, 18(1), 1-16.
- We Are Social. (2022). Digital 2022: Another Year Of Bumper Growth. <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/> (14 Ağustos 2022 tarihinde erişildi)
- Westen, D., Moses, M. J., Silk, K. R., Lohr, N. E., Cohen, R. ve Segal, H. (1992). Quality of depressive experience in borderline personality disorder and major depression: When depression is not just depression. *Journal of Personality Disorders*, 6(4), 382.
- Whaite, E. O., Shensa, A., Sidani, J. E., Colditz, J. B. ve Primack, B. A. (2018). Social media use, personality characteristics, and social isolation among young adults in the United States. *Personality and Individual Differences*, 124, 45–50. doi:10.1016/j.paid.2017.10.030
- Willoughby, T. (2008). A short-term longitudinal study of internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental Psychology*, 44(1), 195–204. doi:10.1037/0012-1649.44.1.195
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590–597. doi:10.1037//0022-3514.61.4.590

- Winkler, A., Dörsing, B., Rief, W., Shen, Y. ve Glombiewski, J. A. (2013). Treatment of internet addiction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(2), 317–329. doi:10.1016/j.cpr.2012.12.005
- Wohn, D. Y. ve LaRose, R. (2014). Effects of loneliness and differential usage of Facebook on college adjustment of first-year students. *Computers & Education*, 76, 158–167. doi:10.1016/j.compedu.2014.03.018
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W. ve Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, 262, 618–623. doi:10.1016/j.psychres.2017.09.058
- Woods, H. C. ve Scott, H. (2016). # Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W. ve Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14–18. doi:10.1016/j.abrep.2017.10.003
- Xue, Y., Dong, Y., Luo, M., Mo, D., Dong, W., Zhang, Z. ve Liang, H. (2018). Investigating the impact of mobile SNS addiction on individual's self-rated health. *Internet Research*, 28(2), 278–292. doi:10.1108/intr-05-2017-0198
- Ye, S., Ho, K. K. ve Zerbe, A. (2021). The effects of social media usage on loneliness and well-being: analysing friendship connections of Facebook, Twitter and Instagram. *Information Discovery and Delivery*.
- Yellowlees, P. M. ve Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453. doi:10.1016/j.chb.2005.05.004
- Yıldırım, C. ve Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. doi:10.1016/j.chb.2015.02.059

- Yoon, S., Kleinman, M., Mertz, J. ve Brannick, M. (2019). Is social network site usage related to depression? A meta-analysis of Facebook-depression relations. *Journal of Affective Disorders*, 248, 65–72. doi:10.1016/j.jad.2019.01.026
- Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., El Osta, N., Karam, L., Hajj, A. ve Rabbaa Khabbaz, L. (2016). Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: a cross-sectional designed study. *PloS one*, 11(9).
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York (NY): Guilford Publications.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction-and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.
- Young, K. S. (2007). Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *Cyberpsychology & Behavior*, 10(5), 671–679.
- Zeigler-Hill, V., Green, B. A., Arnau, R. C., Sisemore, T. B. ve Myers, E. M. (2011). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42(1), 96–103. doi:10.1016/j.jbtep.2010.07.004

EKLER

EK 1: Etik Kurul Çalışma Onayı

**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ALT ETİK KURULU
KARAR ÖRNEĞİ**

Karar Tarihi : 06/05/2019

Toplantı Sayısı : 06

Karar Sayısı : 207

207- Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı doktora öğrencisi **Esra Angın**'ın "Sosyal Medyanın Sorunlu Kullanımı: Kişilik Özellikleri ve Çeşitli Psikolojik Belirtiler Açısından Bir İnceleme" başlıklı tezi ile ilgili 08/04/2019 tarih ve 4/116 sayılı karar doğrultusunda yaptığı düzeltmeler Kurulumuzca incelendi.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı doktora öğrencisi **Esra Angın**'ın "Sosyal Medyanın Sorunlu Kullanımı: Kişilik Özellikleri ve Çeşitli Psikolojik Belirtiler Açısından Bir İnceleme" başlıklı tezinin, araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLININ AYNIDIR
06/05/2019

Ankara Üniversitesi
Etik Kurulu Başkanı

EK 2: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu çalışma, Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün danışmanlığında Ankara Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Doktora programı öğrencisi ve Araştırma Görevlisi Esra Angın tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Bu çalışma ile bir ya da birden fazla sosyal medya hesabına sahip yetişkin bireylerin bazı kişilik özellikleri ve sosyal medyanın sorunlu kullanımı arasındaki ilişkide yalnızlık, sosyal karşılaştırma ve bazı psikolojik özelliklerin aracı ve düzenleyici rolü test edilmeye çalışılacaktır.

Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ettiğinizde sizinle ilgili bilgiler sorumlu araştırmacı tarafından hazırlanan bir formun size verilmesi, sizin yanıtlamanızın ardından geri alınmak suretiyle toplanacaktır. Formun içinde yer alan soruların yanıtlanması ortalama 15-20 dakika arasında sürmektedir.

Bu araştırmada yer almanız nedeniyle size herhangi ödeme yapılmayacaktır. Bu araştırmada yer almak, tamamen sizin isteğinize bağlıdır. Araştırmada yer alan soruların kişisel olarak rahatsızlık vermeyeceği düşünülmektedir. Araştırmaya katılma kararı vermiş olsanız da herhangi bir aşamada araştırmadan ayrılabilir veya en baştan araştırmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Böyle bir durumda çalışmadan sorumlu kişiye, çalışmaya katılmak istemediğinizi ya da çalışmadan ayrılmak istediğinizi söylemeniz yeterli olacaktır. Size ait tüm bilgiler gizli tutulacaktır. Araştırmanın sonuçları sadece bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Çalışmanın sonuçlarını öğrenmek ya da bu araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için Esra Angın'a esrangin@gmail.com adresinden ulaşmanız mümkündür.

Ayıracağınız zaman ve vereceğiniz katkılar için teşekkür ederim.

Esra ANGIN

Ankara Üniversitesi

Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Doktora Öğrencisi/Araştırma Görevlisi

Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlamadan önce gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış durumdayım. Çalışmaya katılmayı isteyip istemeyeceğime ilişkin karar vermem için bana yeterli zaman tanındı. Bu koşullar altında, bahsedilen araştırmaya ilişkin bana yapılan katılım davetini hiçbir zorlama veya baskı olmaksızın gönüllü olarak kabul ediyorum şahsıma ait bilgilerin gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulması ve yayınlanmasına izin veriyorum. (Lütfen X işareti ile aşağıdaki bölgeyi işaretleyiniz) ()

EK 3: Demografik ve Sosyal Medya Kullanımı Alışkanlıklarına İlişkin Bilgi

Formu

Cinsiyet: Kadın ☐ Erkek ☐ Belirtmek istemiyorum ☐

Doğum yılınız:

Eğitim durumunuz:

İlkokul mezunu ☐ Ortaokul mezunu ☐ Lise mezunu ☐

Üniversite öğrencisi ☐ Üniversite mezunu ☐ Lisansüstü öğrencisi ☐

Lisansüstü mezunu ☐

Aylık ortalama geliriniz:

0-580 TL ☐

581-1160 TL ☐

1161-2380 TL ☐

2381-4760 TL arası ☐

4761-7140 TL arası ☐

7141-9520 TL arası ☐

9521 TL ve üstü ☐

Gelir düzeyinizi nasıl tanımlarsınız?

Düşük ☐ Düşük-Orta ☐ Orta ☐ Üst-Orta ☐ Yüksek ☐

Kaç kardeşsiniz? (Siz de dahil):

Siz kaçınıcı çocuksunuz?.....

Medeni Haliniz:

Bekar ☐ Evli ☐ Romantik ilişkim var ☐ Boşanmış ☐ Dul ☐

Diğer ☐ (Lütfen belirtiniz)

Halihazırda çalışıyor musunuz?

Tam zamanlı çalışıyorum ☐ Yarı zamanlı çalışıyorum ☐ Çalışmıyorum ☐

Psikiyatrik tedaviye devam etmenizi gerektiren bir sıkıntınız var mı? (Son 6 ayı düşünerek cevaplandırınız)

Evet ☐ Hayır ☐

Yukarıdaki soruya cevabınız “Evet” ise lütfen konulan tanıyı yazınız:

Sosyal medya kullanıcısı mısınız? Hayır ☐ Evet ☐

Yanıtınız “**Evet**” ise lütfen aşağıdaki listeden kullandığınız uygulamaları işaretleyin. (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz)

Facebook ☐ Twitter ☐ Youtube ☐

LinkedIn ☐ Pinterest ☐ Tumblr ☐

Instagram ☐ Messenger ☐ Snapchat ☐

VK ☐ Flickr ☐ Diğer (Lütfen yazınız) ☐

Sosyal medyayı ilk kez kaç yaşınızda kullanmaya başladınız?

Sosyal medya uygulamalarına erişiminizi hangi kanallardan sağlıyorsunuz?

Bilgisayar, tablet ☐

Akıllı telefon ☐

Bilgisayar, tablet ve akıllı telefon ☐

Akıllı telefon kullanımınızı göz önüne aldığınızda;

Sosyal medya erişimi dışındaki özellikler için telefonunuzu ne sıklıkta kontrol ediyorsunuz (örn., saat, takvim, SMS vb.)?

Beş dakikada bir ☐

On dakikada bir ☐

Yarım saatte bir ☐

Saatte bir ☐

Birkaç saatte bir ☐

Günde birkaç kez ☐

Sadece sosyal medya uygulamalarına erişim için telefonunuzu ne sıklıkta kontrol ediyorsunuz?

- Beş dakikada bir ☐
On dakikada bir ☐
Yarım saatte bir ☐
Saatte bir ☐
Birkaç saatte bir ☐
Günde birkaç kez ☐

Sosyal medya hesaplarınızı hangi amaçlarla kullanıyorsunuz? Lütfen belirtiniz. (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz.)

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Bilgi almak | ☐ Arkadaş edinmek | ☐ Alışveriş yapmak |
| ☐ Oyun oynamak | ☐ Fotoğraf paylaşmak | ☐ Mesajlaşmak |
| ☐ Fotoğraflara bakmak | ☐ Partner arayışı | ☐ Duyuru yapmak |
| ☐ İlgi alanı olan gruplarla ilgili bilgi alma/iletişim | ☐ Sosyal etkinlikleri takip etmek | ☐ Diğer (lütfen belirtiniz) |

Bir günlük zaman diliminde sosyal medya uygulamalarını en yoğun hangi saat aralıklarında kullanıyorsunuz? (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz)

- ☐ 00.00-03.00
☐ 03.00-06.00
☐ 06.00-09.00
☐ 09.00-12.00
☐ 12.00-15.00
☐ 15.00-18.00
☐ 18.00-21.00
☐ 21.00-00.00

Kullandığınız sosyal medya uygulamalarının bildirimleri açık mıdır?

- ☐ Evet ☐ Hayır

Sosyal medya hesaplarınıza gelen bildirimleri ne sıklıkla kontrol edersiniz?

- ☐ On dakikada bir ☐ Yarım saatte bir ☐ Saatte bir. ☐ Birkaç saatte bir. ☐ Günde birkaç defa

Sosyal medya hesabınızda herhangi bir paylaşım yaptığınızda bu paylaşımınıza yönelik beğeni, yorum veya mesajları hangi sıklıkta kontrol edersiniz?

- ☐ On dakikada bir ☐ Yarım saatte bir ☐ Saatte bir. ☐ Birkaç saatte bir. ☐ Günde birkaç defa

Sosyal medya profilinizde yaptığınız paylaşımları sildiğiniz oldu mu?

- ☐ Evet ☐ Hayır

Aşağıda paylaşım silmeye dair bazı nedenler sıralanmıştır. Lütfen **son bir yılı düşünerek** size uygun olan nedenleri işaretleyiniz (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz).

- ☐ Benim adıma başka birisinin paylaşım yapması nedeniyle
- ☐ Paylaşımımın yanlış olduğunu düşündüğüm için
- ☐ Paylaşımımın düşündüğüm kadar beğenilmediğini fark ettiğim için
- ☐ Uygun olmayan bir zamanda paylaşım yaptığım için
- ☐ Diğer (Lütfen açıklayınız).



EK 4: Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)

Yönerge: Aşağıda 40 betimleyici ifade bulacaksınız. Lütfen ifadeleri değerlendirmeye alınız ve ifadenin solundaki çizgiye sayılardan birisine denk gelen **tek bir yanıt** işaretleyiniz. Doğru veya yanlış yanıt söz konusu değildir. Her bir ifadenin, 6 derecelik ölçek üzerinden sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz.

Bana hiç benzemiyor	Bana çok az benziyor	Bana biraz benziyor	Bana benziyor	Bana çok benziyor	Bana tamamen benziyor
1	2	3	4	5	6

___	1	Kendimi sık sık hayran olunan ve saygı duyulan biri olarak hayal ederim.
___	2	Kendime olan güvenimde sık sık dalgalanmalar olur.
___	3	Yalnızken kendimi iyi hissetmek benim için zordur.
___	4	Yardım istemekten nefret ederim.
___	5	İnsanlar beni fark etmediğinde kendimi kötü hissetmeye başlarım.
___	6	Başkalarının beni muhtaç ve bağımlı biri gibi görmesinden korktuğum için çoğunlukla ihtiyaçlarımı gizlerim.
___	7	Herkesi istediğim her şeye inandırabilirim.
___	8	İnsanlar onlar için yaptıklarımı fark etmediğinde, sinirden deliye dönerim.
___	9	Yaptıklarım ya da söylediklerimle ilgilenmeyen insanlar sinirime dokunur.
___	10	İnsanları kolaylıkla kendi isteklerime yönlendiririm.
___	11	Başkaları beni fark etmediğinde kendimi değersiz hissetmeye başlarım.
___	12	Beni hayal kırıklığına uğratacaklar endişesiyle bazen insanlardan kaçırım.
___	13	Genelde insanlardan istediğimi alamayınca çok öfkelenirim.
___	14	Kendimi değerli hissetmem için, bazen önemseydiğim insanların beni bu konuda rahatlatmalarına ihtiyaç duyarım.
___	15	Başkaları bana güven duyduklarında kendimi önemli hissederim.
___	16	İnsanların içini bir kitap gibi okuyabilirim.
___	17	Başkaları beni hayal kırıklığına uğrattığında, çoğu kez kendime kızarım.
___	18	Başkaları için fedakarlık yapmak beni daha iyi bir insan yapar.
___	19	Çoğu kez olanaklarımın ötesinde olan şeyleri başardığımı hayalini kurarım.
___	20	Onlardan istediklerimi yapamayacaklarında korktuğum için bazen insanlardan kaçırım.
___	21	İçimde hissettiğim zayıflığı başkalarına göstermek benim için zordur.
___	22	Diğer insanların beni beğendiğini bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur.
___	23	Sık sık çabalarım için ödüllendirildiğimin hayalini kurarım.
___	24	Çoğu insanın benimle ilgilenmediğine yönelik düşünce ve endişelerle zihnimi meşgul ederim.
___	25	Bana güvenen arkadaşlarım olmasından hoşlanırım çünkü bu bana kendimi önemli hissettirir.
___	26	Herkes benim anlattıklarımı dinlemekten hoşlanır.
___	27	İnsanların beni sevdiğini bilmezsem, kendimi iyi hissetmekte zorlanırım.
___	28	İnsanlar benim ne kadar iyi birisi olduğumu fark etmediklerinde rahatsız olurum.
___	29	Hak ettiğim şeyi elde edene dek asla tatmin olmam.
___	30	Yaptığım fedakarlıklarla ne kadar iyi bir insan olduğumu göstermeye çalışırım.
___	31	İnsanlar beni fark etmediğinde hayal kırıklığına uğrarım.
___	32	Sık sık kahramanca davranışlarda bulunduğumun hayalini kurarım.
___	33	İyi bir insan olduğumu kanıtlamak için insanlara yardım ederim.
___	34	Sıklıkla başarılarıyla tanınmış biri olduğumun hayalini kurarım.
___	35	Kendimi zayıf hissetmeme neden olduğu için başkalarına bel bağlamaya tahammül edemem.
___	36	Diğer insanların beni onaylamasına ihtiyaç duyarım.
___	37	Dünyanın gözünde bir değerimin olmasını isterim.
___	38	Diğer insanlar ihtiyaçlarımı bir an için bile fark ettiğinde kaygılanır ve utanırım.
___	39	Bazen, insanlardan her istediğimi elde edemediğimi görmektense, yalnız kalmak daha kolay gelir.
___	40	Başkaları benimle aynı fikirde olmadığında çok öfkelenebiliyorum.

EK 5: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)

Aşağıda sosyal medya kullanım alışkanlıklarıyla ilgili 41 soru bulunmaktadır. Her bir maddeyi okuyarak size uygun gelen seçeneği (X) işareti ile işaretleyiniz. Lütfen tüm soruları eksiksiz cevaplayınız.

Madde no		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1)	Yakın zamanda sosyal medyada neler olup bittiği hakkında oldukça fazla düşünürüm.					
2)	Yapmam gereken bir iş varsa öncesinde sosyal medyayı kontrol ederim.					
3)	Belli bir süre sosyal medyaya girmediğimde sosyal medyaya girme düşüncesi zihnimi meşgul eder.					
4)	Hayatımın sosyal medya olmadan sıkıcı, boş ve zevksiz olacağını düşünürüm.					
5)	İnternete bağlı değilken yoğun bir şekilde sosyal medyaya girmeyi düşünürüm.					
6)	Sosyal medyada neler olup bittiğini merak ederim.					
7)	Sosyal medyada düşündüğümünden daha fazla zaman geçirdiğim olur.					
8)	Sosyal medya ile bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” derim.					
9)	Sosyal medyayı uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemem.					
10)	Sosyal medyayı, planladığımdan daha fazla kullandığım olur.					
11)	Sosyal medyayı kullanırken zamanın nasıl geçtiğini anlayamam.					
12)	Sosyal medya ile ilgili eylemlere (oyun, sohbet, fotoğraflara bakmak vs.) uzun süreler ayırırım.					
13)	Kişisel problemlerimi unutmak için sosyal medyayı kullanırım.					
14)	Kendimi yalnız hissettiğim zamanlarda sosyal medyada zaman geçiririm.					
15)	Yaşamımdaki olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal medyada gezinmeyi tercih ederim.					
16)	Problemlerimden bunaldığımda sığındığım en iyi yer sosyal medyadır.					
17)	Sosyal medya kullandığım süre boyunca her şeyi unuturum.					
18)	Sosyal medya kullanımını durdurmaya çalışıp başaramadığım olur.					
19)	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için yoğun bir istek duyarım.					
20)	Sosyal medya kullanımını bırakmak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
21)	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
22)	Sosyal medyada harcadığım zamanı azaltmaya çalışır, başarısız olurum.					

23)	Mesleğime/çalışmalarıma olumsuz bir etki yapmasına rağmen sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
24)	Sosyal medyadan dolayı hobilerime, boş zaman ve dinlenme faaliyetlerime daha az öncelik veririm.					
25)	Eş ve aile üyelerini sosyal medyadan dolayı ihmal ettiğim olur.					
26)	Arkadaşlarımı sosyal medyadan dolayı ihmal ettiğim olur.					
27)	Sosyal medya dolayısıyla başladığım aktiviteleri zamanında bitiremem.					
28)	Sosyal medyada daha fazla zaman geçirmek için okulla veya işle ilgili çalışmaları ihmal ederim.					
29)	Sosyal medyada zaman geçirmeyi, arkadaşlarımla zaman geçirmeye tercih ederim.					
30)	Sosyal medyada geçirdiğim zaman yüzünden okul çalışmalarım ya da işlerim sekteye uğrar.					
31)	Sosyal medya yüzünden üretkenliğim azalır.					
32)	Sosyal medyada zaman geçirmeyi, arkadaşlarımla dışarı çıkmaya tercih ederim.					
33)	İnsanlar sosyal medyada geçirdiğim zamanın miktarı konusunda beni eleştirirler.					
34)	Kendimi sosyal medyada ne kadar süre gezindiğimi saklamaya çalışırken bulurum.					
35)	Sosyal medya yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar olur.					
36)	Sosyal medya kullanımı yüzünden kişisel bakımına daha az vakit ayırdığım olur.					
37)	Sosyal medya kullanımı yüzünden uyku düzenimde değişiklikler/bozukluklar olur.					
38)	Sosyal medya kullanımı yüzünden fiziksel sorunlar (sırt, baş, göz ağrıları vb.) yaşadığım olur.					
39)	Sosyal medya kullanımı benim için önemli olan kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden olur.					
40)	Sosyal medya kullanımım yaşamımda sorunlar oluşturur.					
41)	Yapmam gereken işler çoğaldıkça, sosyal medya kullanma isteğim de o ölçüde artar.					

EK 6: Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Aşağıda gruplar halinde bazı sorular yazılıdır. Her gruptaki cümleleri dikkatle okuyunuz. Bugün dahil, geçen hafta içinde kendinizi nasıl hissettiğinizi en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Seçmiş olduğunuz cümlelerin yanındaki numaranın üzerine (X) işareti koyunuz.

- 1) (a) Kendimi üzgün hissetmiyorum.
(b) Kendimi üzgün hissediyorum.
(c) Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum.
(d) Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum.
- 2) (a) Gelecekte umutsuz değilim.
(b) Geleceğe biraz umutsuz bakıyorum.
(c) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
(d) Benim için bir gelecek yok ve bu durum düzelmeyecek.
- 3) (a) Kendimi başarısız görmüyorum.
(b) Çevremdeki birçok kişiden daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır.
(c) Geriye dönüp baktığımda çok fazla başarısızlığımın olduğunu görüyorum.
(d) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
- 4) (a) Her şeyden eskisi kadar zevk alabiliyorum.
(b) Her şeyden eskisi kadar zevk alamıyorum.
(c) Artık hiçbir şeyden gerçek bir zevk alamıyorum.
(d) Bana zevk veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı.
- 5) (a) Kendimi suçlu hissetmiyorum.
(b) Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor.
(c) Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum.
(d) Kendimi her an için suçlu hissediyorum.
- 6) (a) Cezalandırıldığımı düşünmüyorum.
(b) Bazı şeyler için cezalandırılabilceğimi hissediyorum.
(c) Cezalandırılmayı bekliyorum.
(d) Cezalandırıldığımı hissediyorum.

- 7) (a) Kendimden hoşnutum.
(b) Kendimden pek hoşnut değilim.
(c) Kendimden hiç hoşlanmıyorum.
(d) Kendimden nefret ediyorum.
- 8) (a) Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum.
(b) Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum.
(c) Kendimi hatalarım için çoğu zaman suçluyorum.
(d) Her kötü olayda kendimi suçluyorum.
- 9) (a) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
(b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum, fakat bunu yapmam.
(c) Kendimi öldürmeyi isterdim.
(d) Bir fırsatını bulursam kendimi öldürürdüm.
- 10) (a) Her zamankinden daha fazla ağladığımı sanmıyorum.
(b) Eskisine göre şu sıralarda daha fazla ağlıyorum.
(c) Şu sıralarda her an ağlıyorum
(d) Eskiden ağlayabilirdim ama şu sıralarda istesem de ağlayamıyorum.
- 11) (a) Her zamankinden daha sinirli değilim.
(b) Her zamankinden daha kolayca sinirleniyor ve kızıyorum.
(c) Çoğu zaman sinirliyim.
(d) Eskiden sinirlendiğim şeylere bile artık sinirlenemiyorum.
- 12) (a) Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim.
(b) Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim.
(c) Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim.
(d) Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı.
- 13) (a) Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum.
(b) Şu sıralarda kararlarımı vermeyi erteliyorum.
(c) Kararlarımı vermekte oldukça güçlük çekiyorum.
(d) Artık hiç karar veremiyorum.

- 14)** (a) Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum.
(b) Yaşlandığımı ve çekiciliğimi kaybettiğimi düşünüyorum ve üzülüyorum.
(c) Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan olumsuz değişiklikler olduğunu hissediyorum.
(d) Çok çirkin olduğumu düşünüyorum.
- 15)** (a) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
(b) Bir işe başlayabilmek için eskisine göre kendimi daha fazla zorlamam gerekiyor.
(c) Hangi iş olursa olsun yapabilmek için kendimi çok zorluyorum.
(d) Hiçbir iş yapamıyorum.
- 16)** (a) Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum.
(b) Şu sıralarda eskisi kadar rahat uyuyamıyorum.
(c) Eskisine göre 1 veya 2 saat erken uyanıyor ve tekrar uyumakta zorluk çekiyorum.
(d) Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
- 17)** (a) Eskisine kıyasla daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum.
(b) Eskisinden daha çabuk yoruluyorum.
(c) Şu sıralarda neredeyse her şey beni yoruyor.
(d) Öyle yorgunum ki hiçbir şey yapamıyorum.
- 18)** (a) İştahım eskisinden pek farklı değil.
(b) İştahım eskisi kadar iyi değil.
(c) Şu sıralarda iştahım epey kötü.
(d) Artık hiç iştahım yok.
- 19)** (a) Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum.
(b) Son zamanlarda istemediğim halde üç kilodan fazla kaybettim.
(c) Son zamanlarda istemediğim halde beş kilodan fazla kaybettim.
(d) Son zamanlarda istemediğim halde yedi kilodan fazla kaybettim.
- 20)** (a) Sağlığım beni pek endişelendirmiyor.
(b) Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sorunlarım var.
(c) Ağrı, sızı gibi bu sıkıntılarım beni epey endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zor geliyor.
(d) Bu tür sıkıntılarım beni öylesine endişelendiriyor ki artık başka hiçbir şey düşünemiyorum.

- 21)** (a) Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok.
(b) Eskisine oranla cinsel konularla daha az ilgileniyorum.
(c) şu sıralarda cinsellikle pek ilgili değilim.
(d) Artık cinsellikle hiçbir ilgim kalmadı.



EK 7: Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ)

Aşağıda bireylerin kişisel olarak sosyal ilişkilerini anlamaya yönelik cümleler yer almaktadır. Lütfen kısa bir süre için kendi yaşamınızdaki partnerinizle, ailenizle, arkadaşlarınızla olan son bir yıllık ilişkinizi gözden geçirin.

Her bir cümleyi dikkatle okuyarak o ifadeye ne ölçüde katıldığınızı ya da katılmadığınızı belirtin. Mümkün olduğunca boş, cevap verilmemiş madde bırakmamaya, dürüst ve tarafsız olarak yanıtlamaya gayret edin.

SDYÖ		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Tamamıyla katılıyorum
		1	2	3	4	5	6	7
1	Son bir yıl içerisinde ailemle birlikteyken kendimi yalnız hissettim.							
2	Son bir yıl içerisinde arkadaş grubuma ait biri olduğumu hissettim.							
3	Son bir yıl içerisinde benim için özel olan duygu ve düşüncelerimi paylaşabileceğim romantik bir arkadaşım/partnerim oldu.							
4	Son bir yıl içerisinde ailemden destek ve cesaret alabileceğim kimse olmadı ama keşke olsaydı							
5	Son bir yıl içerisinde benim düşünce biçimimi ve niyetimi anlayan arkadaş/arkadaşlara sahip oldum							
6	Son bir yıl içerisinde ihtiyacım olan desteği ve cesareti bana veren romantik bir arkadaşım ya da eşim oldu.							
7	Son bir yıl içerisinde benim görüşlerimi paylaşan bir arkadaşım/arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim.							
8	Son bir yıl içerisinde kendimi aileme yakın hissettim.							
9	Son bir yıl içerisinde yardıma ihtiyacım olduğunda güven duyabileceğim arkadaşım/arkadaşlarım oldu.							
10	Son bir yıl içerisinde keşke beni daha fazla tatmin edecek romantik bir ilişkiye sahip olsaydım.							
11	Son bir yıl içerisinde kendimi ailemin bir parçası olarak hissettim.							
12	Son bir yıl içerisinde ailem beni gerçekten önemsemi.							
13	Son bir yıl içerisinde beni anlayan arkadaşım/arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim.							
14	Son bir yıl içerisinde mutluluğuna katkıda bulunduğum romantik bir ilişkim oldu.							
15	Son bir yıl içerisinde yakın bir duygusal ilişkiye olan ihtiyacım karşılanmadı.							

EK 8: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Sizin de bildiğiniz gibi hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. **Sizin de kendinizle ilişkili bazı kişisel görüşleriniz** mutlaka vardır. Şimdi lütfen aşağıdaki sıfat çiftlerinden hangilerinin sizi daha iyi yansıttığını düşünerek kendinizi değerlendirmeye başlayın.

Her sıfat çiftinde **sizi en iyi yansıtan** sayıyı bularak üzerine **(X)** işareti koyun. Sayılar **küçüldükçe “sol” taraftaki** sıfatların sizi en iyi yansıttığı; **büyüdükçe “sağ” taraftaki** sıfatların **sizi en iyi yansıttığı** anlamına gelmektedir.

Yetersiz	1	2	3	4	5	6	Yeterli/üstün
Beceriksiz	1	2	3	4	5	6	Becerikli
Başarısız	1	2	3	4	5	6	Başarılı
Sevilmeyen biri	1	2	3	4	5	6	Sevilen biri
İçe dönük	1	2	3	4	5	6	Dışa dönük
Yalnız	1	2	3	4	5	6	Yalnız değil
Dışta bırakılmış	1	2	3	4	5	6	Kabul edilmiş
Sabırsız	1	2	3	4	5	6	Sabırlı
Hoşgörüsüz	1	2	3	4	5	6	Hoşgörülü
Söyleneni yapan	1	2	3	4	5	6	İnisiyatif sahibi
Korkak	1	2	3	4	5	6	Cesur
Kendine güvensiz	1	2	3	4	5	6	Kendine güvenli
Çekingen	1	2	3	4	5	6	Atılgan
Dağınık	1	2	3	4	5	6	Düzenli
Pasif	1	2	3	4	5	6	Aktif
Kararsız	1	2	3	4	5	6	Kararlı
Antipatik	1	2	3	4	5	6	Sempatik
Boyun eğici	1	2	3	4	5	6	Hakkını arayıcı

EK 9: Doğrulayıcı Faktör Analizleri

Faktör yapısının veriye uygunluğu bir dizi Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılarak test edilmiştir. Doğrulayıcı Faktör Analizleri LISREL 9.3 (Jöreskog ve Sorbom, 2006) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. DFA'nın değerlendirilmesinde yol (path) diyagramı, uyum iyiliği ölçütleri ve düzeltme önerileri dikkate alınmıştır. Model parametrelerinin tahmini için en yüksek olabilirlik kestirim yöntemi kullanılmıştır. Model uyumunu değerlendirmek için Ki-Kare Testi (χ^2), χ^2/sd , Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), İyilik Uyum İndeksi (GFI), Düzenlenmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI) ve Yaklaşık Hataların Ortalamalarının Karekökü (RMSEA) ölçütleri kullanılmıştır. Manidar olmayan χ^2 istatistiği, $\chi^2/sd \leq 5$, CFI $\geq .90$, GFI $\geq .85$, AGFI $\geq .85$, ve RMSEA $\leq .08$ iyi uyumun ölçütleri olarak ele alınmıştır (Bollen, 1989; Hu ve Bentler, 1999; Kelloway, 1998; Marsh ve Hocevar, 1988; Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003; Sümer, 2000; Şimşek, 2007). Modifikasyon önerileri doğrultusunda maddelerin hata varyansları ilişkilendirilmiştir. Her hata ilişkilendirmesini takiben ki-kare fark testi (χ^2 difference test) yapılmıştır (Tabachnik ve Fidell, 2001).

Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE) Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

PNE, Pincus ve arkadaşları tarafından 2009'da geliştirilmiş, narsisizmin büyülenmeci ve kırılgan özelliklerini ölçmeyi hedefleyen yedi faktörden oluşan bir ölçektir. Bu faktör yapısı, “Koşula Bağlı Özsaygı”, “Bağımlılığı Ret”, “Büyülenmeci Fantezi”, “Hak görücü Öfke”, “Fedakarlık”, “Kendini Yüceltme” kırılgan narsisizmin altı alt boyutuna ve “Sömürücülük” alt boyutu da büyülenmeci narsisizmin tek alt boyutuna işaret etmektedir. PNE'nin faktör yapısının veriye uygunluğu Doğrulayıcı Faktör Analizleri ile Büyükgüngör (2016) tarafından önerilen faktör yapısı kullanılarak test edilmiştir.

Aşağıdaki tabloda görüldüğü gibi, uyum indeksleri açısından ilk model ve beş hatanın ilişkilendirildiği son model arasında farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu indeksler, son modelde kabul edilebilir düzeye gelmiştir.

Tablo Patolojik Narsisizm Envanteri'ne İlişkin Doğrulatoryıcı Faktör Analizleri

	χ^2	sd	χ^2/sd	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
1. Model (DFA Modeli)	1943.58	719	2.70	.88	.83	.80	.06
2. Model (5 Hata ilişkilendirme)	1751.87	714	2.45	.90	.84	.82	.05

CFI: Comparative Fit Index, GFI: Goodness of Fit Index, AGFI: Adjusted Goodness Of Fit Index, RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) Doğrulatoryıcı Faktör Analizi Sonuçları

SMBÖ, bireylerin sosyal medya bağımlılıklarını ölçmek üzere Tutgun-Ünal tarafından geliştirilmiş 42 maddeden oluşan bir ölçektir. SMBÖ'nün faktör yapısının veriye uygunluğu Doğrulatoryıcı Faktör Analizleri ile Tutgun-Ünal (2015) tarafından önerilen faktör yapısı kullanılarak test edilmiştir. Bu faktör yapısı sosyal medya bağımlılığının “Meşguliyet”, “Duygudurum Düzenleme”, “Tekrarlama” ve “Çatışma” olmak üzere dört farklı boyutu olarak sıralanmıştır. Faktör yapısı önerilen şekilde test edildiğinde bütün maddelerin ilgili faktörlere yüklendiği görülmüştür. Doğrulatoryıcı faktör analizi ile hesaplanan χ^2/sd oranı 4.29 olarak bulunmuştur. CFI değerinin.84, GFI değerinin.74, AGFI değerinin.71ve RMSEA değerinin de.08 bulunmuş olması sebebiyle önerilen uyum indeksleri doğrultusunda düzeltmeler yapılmış ve χ^2/sd oranı 3.06, CFI değeri.90, GFI değeri.80, AGFI değeri.78 ve RMSEA değeri de.067 olarak bulunmuştur. Bazı madde çiftleri için önerilen düzeltmelerin ardından χ^2/sd oranı 2.74, CFI değeri.92, GFI değeri.82, AGFI değeri.80 ve RMSEA değeri de.061 olarak bulunmuştur. İndekslerin son modelde kabul edilebilir düzeylere ulaştığı görülmektedir.

DFA Modeli ve Alternatif Modele ilişkin uyum indeksi değerleri aşağıdaki tabloda incelenebilir.

Tablo Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizleri

	χ^2	Sd	χ^2/sd	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
1. Model (DFA Modeli)	3314.18	773	4.29	.84	.74	.71	.08
2. Model (13 Hata İlişkilendirme)	2082.54	760	2.74	.92	.82	.80	.06

Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ) Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

SDYÖ, SDYÖ'nün faktör yapısının veriye uygunluğu Doğrulayıcı Faktör Analizleri ile Çeçen-Eroğul (2007) tarafından önerilen faktör yapısı kullanılarak test edilmiştir. Bu faktör yapısı sosyal duygusal yalnızlığın romantik, sosyal ve ailevi ilişkiler olarak adlandırılan üç farklı boyutu şeklinde sıralanmıştır. Faktör yapısı önerilen şekilde test edildiğinde bütün maddelerin ilgili faktörlere yüklendiği görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi ile hesaplanan χ^2/sd oranı 15.03 olarak bulunmuştur. CFI değerinin.82, GFI değerinin.73 AGFI değerinin.62 ve RMSEA değerinin de.17 olduğu görülmüştür. Düzeltme önerileri doğrultusunda düzeltmeler yapılmış ve düzeltmelerin ardından χ^2/sd oranı 5.69, CFI değeri.93, GFI değeri.88, AGFI değeri.83 ve RMSEA değeri de.10 olarak bulunmuştur.

SDYÖ'nün orijinal faktör yapısı sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık olmak üzere iki faktörden oluşan alternatif yapıya karşı test edilmiştir. Buna göre χ^2/sd oranı 25.44 olarak, CFI değeri.52, GFI değeri.57 AGFI değeri.41 ve RMSEA değeri de.25 olarak bulunmuştur. İlk düzeltme önerilerinin ardından χ^2/sd oranı 6.85, CFI değeri.90, GFI değeri.86 AGFI değeri.80 ve RMSEA değeri de.11 olarak bulunmuştur. Son düzeltme önerileri gerçekleştirildikten sonra χ^2/sd oranı 5.89, CFI değeri.91, GFI değeri.88 AGFI değeri.82 ve RMSEA değeri de.10 olarak hesaplanmıştır. Orijinal faktör yapısı ve iki faktörlü yapıya dair ki-kare fark testine göre orijinal faktör yapısının iki faktörlü alternatif yapıdan daha uygun olduğu tespit edilmiştir $\Delta\chi^2 (1, N = 464) = 8.1, p < .01$

Tablo Sosyal Duygusal Yalnızlık Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizleri

	χ^2	Sd	χ^2/sd	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
1. Model (DFA Modeli)	455.69	80	15.03	.82	.73	.62	.17
2. Model (Alternatif Model)	463.79	79	5.89	.91	.88	.82	.10

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Tek faktörden oluşan Sosyal Karşılaştırma Ölçeği'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre tüm maddelerin tek faktör yapısına uygun bir şekilde yüklendiği görülmüştür. Buna göre χ^2/sd oranı 15.49, CFI değerinin.81, GFI değerinin.67 AGFI değerinin.58 ve RMSEA değerinin de.18 olduğu görülmüştür. Önerilen düzeltmeler yapıldığında χ^2/sd oranının 7.35, CFI değeri.91, GFI değeri.82 AGFI değeri.75 ve son olarak RMSEA değeri.01 olmuştur.

Tabloda DFA Modeline ilişkin uyum indeksleri incelenebilir.

Tablo Sosyal Karşılaştırma Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	χ^2	Sd	χ^2/sd	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
(DFA Modeli)	912.11	124	7.35	.91	.82	.75	.01

Beck Depresyon Envanteri Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Tek faktörden oluşan Beck Depresyon Envanteri'nin (BDE) Doğrulayıcı Faktör Analizi'nden elde edilen sonuçlarda χ^2/sd oranı 4.28, CFI değerinin.81, GFI değerinin.86 AGFI değerinin.83 ve RMSEA değerinin de.08 olarak bulunduğu görülmüştür. Modifikasyon önerilerinden sonra χ^2/sd oranı 2.77, CFI değeri.89, GFI değeri.91 AGFI değeri.88 ve RMSEA değeri.08 olmuştur.

Tabloda DFA Modeline ilişkin uyum indeksleri incelenebilir

	χ^2	Sd	χ^2/sd	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
(DFA Modeli)	506.97	183	2.77	.89	.91	.88	.08

Tablo Beck Depresyon Envanteri'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

ÖZET

Sosyal Medya Kullanımı:

Kırılğan Narsisizm Temelinde Psikolojik Belirtiler Açısından Bir İnceleme

Angın, Esra

Doktora, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

Ocak 2023, 152 sayfa

Bu çalışmanın temel amacı kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılık belirtileri arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırma, algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve depresif belirtilerin aracı etkisini incelemektir. Mevcut çalışma kapsamında öncelikle yaş ve cinsiyet açısından sosyal medya bağımlılık belirtilerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş ardından kırılğan narsisizm, sosyal medya bağımlılık belirtileri, sosyal karşılaştırma, algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. En son olarak da kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılık belirtileri arasındaki ilişkide sosyal karşılaştırma, algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve depresif belirtilerin aracı etkisi incelenmiştir. Örneklem, sosyal medya kullandığını belirten, yaşları 18 ila 64 arasında değişen ($Ort. = 31.83$, $SS = 13.15$) 446 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Katılımcılara Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ), Beck Depresyon Envanteri (BDE), Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ) ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) uygulanmıştır. Önerilen model test edildiğinde sonuçların model ile kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Önerilen modeldeki doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı belirtileri, sosyal-duygusal yalnızlık ve depresif belirtiler üzerinde olumlu yönde; sosyal karşılaştırma üzerinde olumsuz yönde doğrudan etkiye sahip olduğu görülmüştür. Aracı değişkenlerden sosyal karşılaştırma, sosyal medya bağımlılık belirtileri üzerinde olumsuz yönde doğrudan etkiye sahipken; depresif belirtiler üzerinde doğrudan etkiye sahip değildir. Algılanan sosyal-duygusal yalnızlık ve depresyon belirtilerinin sosyal medya bağımlılık belirtileri üzerinde anlamlı doğrudan etkilere sahip değilken algılanan sosyal-duygusal yalnızlık değişkeninin depresyon üzerinde olumlu yönde doğrudan etkisi bulunmaktadır.

Dolaylı etkiler incelendiğinde kırılğan narsisizmin depresyon aracılığıyla sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görölmüştür. Ancak kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılık belirtileri üzerindeki dolaylı etkisi anlamlı değildir. Aracı değışkenlerin sosyal medya bağımlılık belirtileri üzerindeki dolaylı etkileri incelendiğinde sosyal karşılaştırma ve algılanan sosyal-duygusal yalnızlığın dolaylı etkileri anlamsızdır. Depresif belirtiler sosyal medya bağımlılığı belirtileri üzerinde doğrudan etkili olmasa da kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı belirtileri üzerinde dolaylı etkisinin varlığı dikkat çekicidir. Çalışma bulgularının klinik psikoloji ve dijital bağımlılık alanyazınına katkıları olduğu düşünölmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya kullanımı, sosyal medya bağımlılık belirtileri, psikolojik belirtiler, narsisizm, kırılğan narsisizm, sosyal karşılaştırma, yalnızlık, depresif belirtiler.

ABSTRACT

Social Media Usage: An Examination from the Perspective of Psychological Symptoms Based on Vulnerable Narcissism

Angın, Esra

Ph.D., Ankara University Institute of Social Sciences

Department of Clinical Psychology

Advisor: Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

January 2023, 152 pages

The main aim of this study is to examine the mediating effect of social comparison, perceived social-emotional loneliness, and depressive symptoms in the relationship between vulnerable narcissism and social media addiction symptoms. Within the scope of the current study, firstly, it was examined whether social media addiction symptoms differ according to age and gender, and then the relationships between vulnerable narcissism, social media addiction symptoms, social comparison, perceived social-emotional loneliness, and depressive symptoms were examined. Lastly, the mediating effect of social comparison, perceived social-emotional loneliness, and depressive symptoms in the relationship between vulnerable narcissism and social media addiction symptoms was examined. The sample consisted of 446 adult individuals aged between 18 and 64 years ($M = 31.83$, $SD = 13.15$) who reported that they are using social media. Pathological Narcissism Inventory (PNI), Social Media Addiction Scale (SMAS), Beck Depression Inventory (BDI), Social and Emotional Loneliness Scale (SELSA), and Social Comparison Scale (SCS) were applied to the participants. When the proposed model was tested, it was found that the results were at an acceptable level. The direct and indirect effects in the proposed model were examined. It was found that vulnerable narcissism has a positive direct effect on social media addiction symptoms, social-emotional loneliness, and depressive symptoms and has a negative direct effect on social comparison. Among the mediator variables, social comparison has a negative direct effect on social media addiction symptoms, while it has

no direct effect on depressive symptoms. Perceived social-emotional loneliness and depressive symptoms do not have significant direct effects on social media addiction symptoms, but perceived social-emotional loneliness has a positive direct effect on depressive symptoms. When the indirect effects were examined, it was found that the indirect effect of vulnerable narcissism on social media addiction through depression is significant, but the indirect effect of vulnerable narcissism on social media addiction symptoms is not significant. When the indirect effects of mediator variables on social media addiction symptoms were examined, it was found that the indirect effects of social comparison and perceived social-emotional loneliness were not significant. Although depressive symptoms do not have a direct effect on social media addiction symptoms, its indirect effect on vulnerable narcissism and social media addiction symptoms is remarkable. It is thought that the findings of the study will contribute to the literature on clinical psychology and digital addiction.

Keywords: Social media usage, social media addiction symptoms, vulnerable narcissism, social comparison, perceived social-emotional loneliness, depressive symptoms.