



**OKUL SPORLARINA KATILAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN
SPORDA AHLAKTAN UZAKLAŞMA VE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BURCU SEZEN KILINÇ

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ANABİLİM DALI**

**MERSİN
AĞUSTOS -2024**

**OKUL SPORLARINA KATILAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN
SPORDA AHLAKTAN UZAKLAŞMA VE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BURCU SEZEN KILINÇ

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**DANIŞMAN
DOÇ. DR. ELİF NİLAY ADA**

**MERSİN
AĞUSTOS-2024**

ÖZET

OKUL SPORLARINA KATILAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SPORDA AHLAKTAN UZAKLAŞMA VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı okul sporlarına katılan lise öğrencilerinin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığının bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Ayrıca liselerde spor yapan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyet, okul türü, yapılan spor branşı, haftalık antrenman süresi, sosyal medya hesabı olup olmaması, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabı kullanıcıları olduğu ve gizli hesaba sahip olma durumu değişkenleri açısından incelenmesi, bu araştırmanın bir diğer amacıdır. Bu çalışma Mersin ili ve ilçeleri Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet ve özel okullarında lise düzeyindeki sporcu lisansına sahip öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmaya toplam 518 öğrenci ($n_{\text{erkek}}=292$, $n_{\text{kadın}}=226$) katılım sağlamıştır. Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler yüzde ve frekans olarak verilmiştir. Verilerin analizinde Korelasyon analizi, T-testi, ANOVA, Scheffe testleri kullanılmıştır. Ahlaktan uzaklaşma ile Tiktok, Telegram, Facebook, Twitter platformları arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Diğer değişkenlerde ise katılımcıların ahlaktan uzaklaşma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının öğrenci cinsiyeti ve yapılan spor türü açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır. Sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı ortalama puanlarının haftalık antrenman sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Çalışmanın sonucuna göre; Instagram, Tiktok, Telegram, Facebook ve Twitter kullanıcılarının sosyal medya bağımlılık düzeylerinin diğer platformları kullananlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Tiktok, Telegram, Facebook ve Twitter kullanıcılarının ise diğer platformları kullananlara göre sporda ahlaktan uzaklaştıkları gözlemlenmiştir. Erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere göre sporda ahlaktan daha fazla uzaklaştığı tespit edilmiştir. Takım sporlarına katılanların, bireysel spor yapanlara göre daha yüksek ahlaktan uzaklaşma puanlarına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Haftalık antrenman süresi arttıkça, sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin de arttığı gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, yapılan analizler doğrultusunda sosyal medya platformlarının sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi vardır.

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, Okul sporları, Ahlaktan uzaklaşma, Sosyal medya

SUMMARY

AN INVESTIGATION OF MOVING AWAY FROM MORALTY IN SPORTS AND SOCIAL MEDIA ADDICTION OF HIGH SCHOOL STUDENTS PARTICIPATING IN SCHOOL SPORTS ACCORDING TO SOME VARIABLES

The aim of this research is to examine moving away from morality in sports and social media addiction of high school students participating in school sports according to some variables. In addition, examining the scores of high school students from the scales of moving away from morality in sports and social media addiction in terms of gender, school type, sports branch, weekly training time, whether or not they have a social media account, if having an account, which social media account they are using and whether they have a secret account is another aim of this research. This study was applied to students with high school level athlete licenses in public and private schools affiliated with the Ministry of National Education in Mersin province and its districts. A total of 518 students ($n_{\text{male}} = 292$, $n_{\text{female}} = 226$) participated in the research. Descriptive information about the participants is given as percentage and frequency. Correlation analysis, T-test, ANOVA, Scheffe tests were used to analyze the data. There is a negative relationship between moving away from morality and TikTok, Telegram, Facebook and Twitter platforms. In other variables, no significant relationship was found between the participants' scores on moving away from morality. It was found that Social Media Addiction Scale scores did not differ significantly in terms of student gender and type of sport. It was found that the average scores of abandonment of morality in sports and social media addiction differed significantly according to the number of weekly training sessions. According to the results of the study; It has been found that the social media addiction levels of Instagram, Tiktok, Telegram, Facebook and Twitter users are higher than those using other platforms ($p < 0.05$). It has been observed that Tiktok, Telegram, Facebook and Twitter users are farther away from morality in sports than those who use other platforms. It has been determined that male students move away from morality in sports more than female students. It has been concluded that those who participate in team sports have higher scores on moral disengagement than those who do individual sports. It has been observed that as the weekly training duration increases, the tendency to move away from morality in sports also increases. As a result, in line with the analysis, social media platforms have a significant impact on immorality in sports and social media addiction. In conclusion, the analyses indicate that social media platforms have a significant impact on sportsmanship deterioration and social media addiction.

Keywords: High school students, School sports, Moral disengagement, Social media

TEŞEKKÜR

Tez çalıőmam boyunca hiçbir desteği esirgemeyen, kıymetli bilgileriyle ve tecrübesiyle yolumu aydınlatan, bazen hoca, bazen arkadaş olan sevgili danıőmanım Doç. Dr. Elif Nilay Ada'ya teőekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca yapıcı eleőtirileri, önerileri ve desteği bulunan kıymetli hocam Doç. Dr. Fatma Çepikkurt'a, istatistik hesaplar konusunda her saat ve zamanda kendine ulaőabildięim arkadaőım Doç. Dr. Ferhat ifti'ye teőekkürlerimi sunarım.

Bunların yanında; yazım kuralları denetimi ve eőtli aksilikleri çözme konusunda benimle sabahlara kadar uğraşan Deniz Arlı ve Uęur Özkan arkadaşlarıma, çalıőmalarım sırasında ümit ve destek verdikleri için sevgili Elif Güldiken, őuheda Zeliha Özgür ve Yaęmur Bağalı dostlarıma, bana bu süreçte sabır gösterip destek veren canım aileme de teşekkür ederim.



İÇİNDEKİLER

ONAY	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar DİZİNİ	viii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
BÖLÜM 1 GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	2
1.2. Araştırma Problemi	2
1.3. Araştırma Alt Problemi	2
1.4. Araştırmanın Sayıtları	3
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	3
1.6. Araştırmanın Önemi	3
BÖLÜM 2 ARAŞTIRMANIN KURAMSAL TEMELİ VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR.....	7
2.1. Spor	7
2.2. Ahlak	8
2.2.1. Spor ve Ahlak.....	10
2.2.2. Sporda Ahlakdan Uzaklaşma	10
2.2.3. Sosyal Öğrenme Teorisi	10
2.3. Bağımlılık.....	14
2.3.1. Bağımlılık Türleri.....	15
2.4. Sosyal Medya	18
2.5. Yapılan Çalışmalar	18
2.5.1. Yurt İçi Çalışmalar	18
2.5.2. Yurt Dışı Çalışmalar.....	19
BÖLÜM 3 YÖNTEM	21
3.1. Araştırmanın Türü ve Modeli.....	21
3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme	21
3.3. Veri Toplama Araçları.....	21
3.3.1. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	21
3.3.2. Sporda Ahlakdan Uzaklaşma Ölçeği	21
3.3.3. Demografik Bilgi Formu	22
3.3.4. Süreç.....	22
3.3.5. Verilerin Analizi.....	22
BÖLÜM 4 BULGULAR.....	24
BÖLÜM 5 TARTIŞMA	33
BÖLÜM 6 SONUÇ VE ÖNERİLER.....	42
6.1. Sonuç	42
6.2. Öneriler.....	44
KAYNAKÇA	46
EKLER	50
EK-1 ETİK BEYANI	50
EK-2 ORJİNALLİK RAPORU	0
EK-3 ÖZGEÇMİŞ	1
EK-4 KİŞİSEL BİLGİ FORMU	2

EK-5 ERGENLER İÇİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ	3
EK-6 SPORDA AHLAKTAN UZAKLAŞMA ÖLÇEĞİ	4
EK-7 ÖLÇEK İZİNLERİ	6
EK-8 MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI ANKET UYGULAMA İZİNİ	7
EK-9 VELİ ONAY FORMU	8
EK-10 ETİK KURUL ONAYI	9



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1 Katılımcıların SMB ve SAU Ölçeği Puanlarına İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	23
Tablo 2 SAU ve SMB arasındaki İlişkiye yönelik Pearson Korelasyon analizi sonuçları.....	24
Tablo 3 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	24
Tablo 4 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Okul Türü Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	25
Tablo 5 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Takım ya da Bireysel Sporlarla Uğraşma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	25
Tablo 6 Katılımcıların SAU ve SM Ölçek Puanlarının Haftalık Antrenman Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Test Sonuçları.....	26
Tablo 7 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Sosyal Medya Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	26
Tablo 8 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Whatsapp Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	27
Tablo 9 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Instagram Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	27
Tablo 10 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Tiktok Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	28
Tablo 11 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Telegram Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	28
Tablo 12 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Youtube Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	29
Tablo 13 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Facebook Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	29
Tablo 14 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Snapchat Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	30
Tablo 15 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Twitter Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	30
Tablo 16 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Bereal Kullanma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	31
Tablo 17 Katılımcıların SAU ve SMB Ölçek Puanlarının Gizli Hesap Olma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	31

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

SAU: Sporda ahlaktan uzaklaşma

SBM: Sosyal medya bağımlılığı

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences



BÖLÜM 1

GİRİŞ

Spor doğası gereği, kişilerin birbiri ile iletişim kurmasını, etkileşime girmelerini, ilişkiler kurmalarını gerektiren bir ortamdır. Geçmişten günümüze birçok farklı spor tarzları gelişmekte ve gelişmeye devam etmektedir. Bu gelişmeler sonucunda takım sporları ve bireysel sporlar birçok alanda kullanılmaya başlanmıştır. Özellikle eğitimlerde, müsabakalarda oldukça fazla katkısı olan spor birçok çalışmaya konu olmuştur. Spor arkadaşlar ile olumlu duygular geliştirme, bireyleri cesaretlendirme, takım ruhunu tatma, sosyal gelişim gibi yönlerde olumlu sonuçlar ortaya koyarken, bunun yanında yalana başvurma, karşı tarafı kışkırtma, kişilerin kalıcı sakatlanmalarına sebep olunması, ahlaki davranışlardan uzaklaşma gibi olumsuz sonuçlarda ortaya çıkarmaktadır. Takım ve bireysel sporlarda olumsuz sonuçlar doğuran eylemler sergilendiğinde kişilerin motivasyonu düşer, ancak olumlu sonuçlar doğuran eylemler sergilendiğinde ise motivasyon artar. Bu duyguları hisseden kişilerin gelecekteki eylemlerini kontrol edeceklerine inanılıyor. Ayrıca bu duyguların ahlaki eylemleri etkileme potansiyeli olmasına rağmen bireyler istenmeyen davranışları sürdürmeye devam etmektedir (Gürpınar, 2015). Ahlsız eylemlerin gizli doğası nedeniyle, bu tutumları açığa çıkarmak çoğu zaman zordur. Sonuç olarak ahlaki konulara ilişkin araştırmalar kişisel ahlak felsefelerinin incelenmesi kapsamına girmektedir (Kanbur, 2021).

Ahlak kavramının değişmesinde önemli bir unsur ise teknolojinin hızla gelişmesidir. Bulduğumuz zamanda geçmişten gelen ahlak kurallarının gelecek kuşaklara aktarılmasında teknolojinin rolü önem arz etmektedir (Törenli, 2005). Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte sosyal medya platformları hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmiş olup, her yaş grubundan insanın aktif olarak etkileşimde bulunduğu görülmektedir. Görsel medya araçları arasında hala önemli rol oynayan televizyonunun dışında; tablet, akıllı telefon, video oyunu ve dizüstü bilgisayar gibi birçok teknolojik aletin kullanımı özellikle çocuk yaşında ki bireylerin kullanımı dikkat çeker şekilde artmaktadır. Günümüzde kent ortamlarının artışı ile beraberinde çocuk oyun alanlarının azalması, anne babaların sosyal çevreye karşı güvensizlikleri, Covid-19 Pandemisi dolayısıyla uzaktan eğitim sürelerinin artması, çocukların dijital ortamlarda geçirdikleri zamanın çoğalmasına neden olmuştur. Ülkemizde ve uluslararası düzeyde gerçekleştirilen diğer araştırmalar, çocuk yaş grubundaki bireylerin ekran sürelerinin ve kullanım oranlarının sürekli olarak yükseldiğini ortaya koymaktadır (Aybal, 2021).

Teknolojik gelişmelerin gençler arasında hızla yayılması, sosyal medya uygulamalarının iş modellerindeki etkinliğinin artması gibi faktörler, sosyal medyanın ahlak üzerine etkisini arttırmaktadır.

İnternetin yaşamda önemi giderek artarken, sosyal medya kullanıcı sayısı da sürekli olarak yükselmektedir. Sosyal medya, son dönemlerin en popüler uygulamaları arasında yer almaktadır (Kara ve Özgen, 2012). Öğrencilerin sosyal medyayı kullanımının önemi sosyal medyanın olumlu ve olumsuz yönlerine hâkim olmakta yatıyor. Onlar için sosyal medya; bilgiye erişme, bilgiyi kullanma, bilgiyi yayma araçları olması beklenirken sosyalleşme, kendini ve diğerlerini kıyaslama ve değerlendirme alanlarına dönüşmüştür.

Dolayısıyla ahlak kavramı, gelenekten ve kültür aktarımından ziyade, kontrol edilmesi çok zor pek çok faktörden etkilenmeye başlamıştır. Özellikle ergenlik dönemindeki gençlerin, bu hızlı değişimlere hemen ayak uydurabilmesi kuşaklar arasındaki farkın ani ve dramatik şekilde açılmasına neden olarak, karşılıklı iletişimin daha da zorlaştığı bir durum yaratmaktadır. "sosyalleşme" teriminin son 20 yıldaki inanılmaz değişimi, ilişkili tüm kavramların gözden geçirilmesini gerektirmektedir. Bu anlamda spor yapan gençlerin yeni sosyalleşme araçları ile etkileşimlerinin, onların spor ahlakları üzerinde etkili olup olmadığı bu araştırmada incelenmeye değer görülmüştür.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu tez çalışmasında; okul sporlarına katılan lise öğrencilerinin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığının bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2. Araştırma Problemi

Bu tez çalışmasının ana problemi; okul sporlarına katılan lise öğrencilerinin sporda ahlaktan uzaklaşma ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki olarak belirlenmiştir.

1.3. Araştırma Alt Problemi

1) Okul sporlarına katılan lise öğrencilerin Sporda Ahlakdan Uzaklaşma Ölçeğinden elde edilen puanları cinsiyete, okul türüne, yapılan spor branşına, haftalık antrenman süresine, sosyal medya hesabı olup olmamasına, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabına sahip olduğu ve gizli hesabı olup olmadığı durumuna göre değişmekte midir?

2) Okul sporlarına katılan lise öğrencilerinin Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden elde edilen puanları cinsiyete, okul türüne, yapılan spor branşına, haftalık

antrenman süresine, sosyal medya hesabının olup olmaması, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabı kullanıcısı olduğu ve gizli hesaba sahip olup olmama durumuna göre değişmekte midir?

1.4. Araştırmanın Sayıtları

1. Seçilen araştırma yönteminin, bu araştırma amacına, konusuna ve problemin çözümüne uygun olduğu kabul edilmiştir.
2. Araştırmaya katılan bireylerin verdikleri yanıtların içtenlikle ve gerçek görüşlerini yansıttığı kabul edilmiştir.
3. Araştırmaya katılan bireylerin, ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılık durumları belirlemek için kullanılan ölçme araçlarının uygun özellikte ve yeterlikte oldukları kabul edilmiştir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma, Mersin ilinin yer alan Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı lise düzeyinde okullar ile sınırlıdır.
2. Araştırma verilerinin toplanması 2023-2024 eğitim öğretim yılı 1. dönemini kapsamaktadır.
3. Araştırmaya okul sporlarına katılan öğrenciler katılacaktır.

1.6. Araştırmanın Önemi

Dünya sürekli bir değişim ve ilerleme içindedir. Bu süreçte, teknolojik cihazlar, tabletler, bilgisayarlar ve akıllı telefonlar kritik bir rol üstlenmektedir. Bunların sonucu olarak ta iletişim amaçlı, sosyal medya platformları ortaya çıkmıştır. Günümüzde artık sosyal medya genç ve yaşlı her kesime hitap etmeye başlamıştır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte ergenler arasında en fazla değişim sosyal medya kullanımında artma olarak gözlemlenmektedir. Özellikle pandemi süreci sosyal medya kullanımını ciddi anlamda arttırmış, bu alanda bulunan platformların çoğalmasına da neden olmuştur. Platformlar çoğalırken, bu ortamların da tamamen sağlıklı içerik oluşturduklarını söylemek de mümkün gözükmemektedir.

Doğan ve Karakuş tarafından 2016 yılında gerçekleştirilen çalışmada, 496 öğrenci kullanılmış ve çalışmanın bulgularına göre, duygusal romantik ilişkilerinde ve aile ilişkilerinde yaşanan yalnızlığın, sosyal medyanın kullanımını etkilerken; sosyal ilişkilerde yaşanan yalnızlığın sosyal medyanın kullanımını etkilemediği sonucu elde edilmiştir. Sonuç olarak, çalışmada sosyal ağların kullanımının yalnızlık durumunu etkileyebileceği ve bu etkileşimin

romantik ilişkiler ve aile ilişkileri üzerinde belirgin olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Sosyal medya platformları aynı zamanda insanların hızlı örgütlenebildiği alanlar olarak karşımıza çıkabilmektedir. Toplumsal olayların ve sporun hem olumlu hem olumsuz gelişmelerinin, istenilen ve istenilmeyen yanlarının hızlı yayılabildiği platformlardır. 02.08.2024 tarihinde yaşanan Hamas siyasi liderinin İsmail Haniye'nin İran ziyareti sırasında öldürülmesi sonucu Türkiye Cumhuriyeti Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu yapılan paylaşımların katalog suçlar gerekçesiyle kapatma kararı aldı. Instagram'a erişim engeli gelmesinden dolayı milyonlarca kişi günlük iletişim kurdukları yöntemden mahrum kalırken, işletmeler de müşterilerinden uzak kalmış oldular. Bu olayın üzerine instagram kullanıcıları diğer sosyal medya platformlarına yoğun bir yönelim gösterdiler. Bu durumda kapanan platform ülke gündeminde yoğun bir şekilde yer aldı. 2024 Paris olimpiyatlarında atıcılık dalında yarışan, gümüş madalyalı milli sporcumuz Yusuf Dikeç'in pozu da çok kısa sürede dünya genelinde viral olmuştur. Bu yaşanan örnekler sosyal medyanın ne kadar etkili olduğunu kanıtlar.

Son yıllarda artan ve görünür hale gelen toplumsal hareketlerin odaklandığı alanlar, sosyal medya platformları ve mobil uygulamalardır. Bu mecralar, örgütlenme, kamuoyu oluşturma, iç iletişim, bilgi paylaşımı, sempati toplama, baskı grupları oluşturma ve etki sağlama gibi hedeflere ulaşmada yeni toplumsal hareketlerin en etkili araçları haline gelmiştir (Sözen, 2020). Bu durum, sosyal medya kullanıcılarının, özellikle küçük yaşta bireylerin bakış açılarını etkileyebilir ve benliklerinde olumlu ya da olumsuz izler bırakabilir.

Bu nedenle, benlik saygısı da sosyal medya platformlarından etkilenmektedir. Bireysel bileşenler arasında önemli bir yer tutan benlik saygısı, alışkanlıklar üzerindeki etkisi ve olayları algılama sürecindeki rolü ile günlük yaşam etkileşimlerini şekillendirmektedir. Yüksek benlik saygısı, olumlu yaşam deneyimleri ve psikolojik süreçlerle ilişkilidirken, düşük benlik saygısı olumsuz yaşam deneyimleri ve psikolojik unsurlarla bağlantılıdır. Benlik saygısı, yalnızca bir duygu değil, bireylere rehberlik eden ve motivasyon oluşturan bir işlemdir (Leary & Baumeister, 2000).

Sarıkoç (2021) tarafından gerçekleştirilen tez çalışmasında, sosyal medyada 0-2 saat arasında zaman geçirenlerin, 4 saat ve daha fazla zaman geçirenlere kıyasla benlik saygılarının daha az etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Jan ve arkadaşları (2017) yaptıkları çalışmada sosyal medya kullanım süresi ve benlik saygısı arasında güçlü bir ilişkinin olduğunu ve bu ilişkinin negatif yönde olduğunu ortaya koymuşlardır.

Başka bir deyişle, katılımcıların sosyal medya kullanım sürelerinin artmasıyla benlik saygılarının azaldığını belirlemişlerdir.

Sosyal medya, bireylerin duygu ve düşüncelerini istedikleri şekilde ifade etmelerine olanak tanırken, bunu yaparken sanal kimliklerini kullanmalarına olanak sağlayan bir ortam sunmaktadır. Böylelikle gerçek kimliklerini kullanmak zorunda kalmayacaklardır. Taraftarların eğlenme ve rahatlama gibi duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için maç izledikleri düşünüldüğünde, etik ve sosyal engeller nedeniyle günlük yaşamlarında bu duyguları bastıran bazı bireylerin sanal ortamlarda siber zorbalık davranışlarına yönelerek bu ihtiyaçlarını gidermeye çalıştıkları söylenebilir. Yapılan gözlemlere dayanarak sosyal medya platformlarında pek çok spor izleyicisinin siber zorbalık davranışları sergilediğine dair örnekler mevcut olduğu görülmektedir. Bu örnekler sosyal medyanın özellikleri sebebi ile birçok kullanıcıya anında ulaşabilmektedir (Doğar ve Karaca, 2019, s. 59).

Siber zorbalık ve spor ilişkisi değerlendirildiğinde, sporcular, kulüpler ve federasyonlar tarafından alınacak önlemler önemli olmakla birlikte, tek başına yeterli olmayacaktır. Siber zorbalıkla mücadele sürecinde, sporcuların sorunlarının ahlaki ve yasal boyutlarını etkili bir şekilde ele almak ve bu konuda onlara destek sağlayacak yapılar oluşturmak gerekmektedir. Ayrıca, sosyal medya platformlarının da siber zorbalıkla mücadelede daha duyarlı olması ve bu konuda çaba göstermesi önemlidir.

Toplumları ve kitleleri birleştiren önemli unsurlardan biri hiç şüphesiz spordur. Bu birlikteliği sosyal medya platformları üzerinden sağlamak, günümüzde en pratik yöntemlerden biridir. Ancak bu süreçte, toplumları bölmek ve barış, sevgi ile etik değerler çerçevesinde paylaşımlar yapmak için özel bir dikkat gösterilmelidir.

Dolayısıyla sosyal medya kullanımının bireydeki farklı özelliklere nasıl etki ettiğini görmek önemli olabilir. Bunlardan bir tanesi de sporculuk ahlakı olabilir. Çünkü sporda ahlaki değerler önemlidir. Spora katılan bütün paydaşların (sporcu, antrenör, seyirci vs.) bu ahlaki değerlere uygun anlayışta ve davranışta olması önemlidir. Literatürde spor ve sporcu ahlakı incelenirse, karşımıza çıkan ilk terimin fair play olacağı görülmektedir. Fair play, hakça ve dürüst bir oyun anlayışını ifade eder. Bu, kurallara uymayı, rakibe saygı göstermeyi, haksız avantajları reddetmeyi, rakibin yaşadığı haksız dezavantajlardan yararlanmamayı ve en önemlisi, rakibi yenmekten ziyade oyun sürecinden keyif almayı, rakibin attığı gollerin güzelliğini takdir etmeyi içerir (Pehlivan, 2004). Okul sporlarında da kaybetmeyi kabullenme, kazananı takdir etme, haksızlığın karşısında olabilme, dostça yaklaşım içerisine zevk alabilmek için bu konuda beden eğitimi öğretmenlerine ve bu alanlardaki eğitime ihtiyaç duyulmaktadır. Orhun'un da (1992) ifade ettiği gibi, çocuk ve gençlerde dayanışma ve işbirliği duygusunu

geliştirmek, kural bilinci oluşturmak, paylaşım, adalet, hoşgörü ve yardımseverlik gibi insani değerlerle birlikte, sporun diğer alanlarda örneğin insan, çevre, doğa ve toplumsal alanlardaki etki ve işlevleri konularında bilinçlendirmek de okul sporunun en önemli eğitim amaçları ve ilkeleri arasındadır.

Almalı (2019), sosyal medyanın toplum ahlakı üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında elde edilen sonuca göre katılımcıların %46'sı sosyal medya içeriklerinin ahlaki açıdan olumsuz olduğuna dair görüş bildirmiştir. Akandere ve diğ. (2009)'nin yaptıkları çalışmada ise orta öğretim kurumlarında spora katılımın öğrencilerin ahlaki gelişimine etkisi incelenmiştir. Spor yapan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere göre ahlaki yargı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Yapılan taramalarda liselerde okul sporlarına katılan öğrencilerde sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığının incelendiği herhangi bir araştırmaya rastlanmamış ve bu araştırmanın yapılmasının alana önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Bu tez çalışması, spor yapan öğrencilerin sosyal medya kullanım düzeyleri ile sporda ahlaktan uzaklaşma durumları arasındaki ilişkisinin incelenmesini içermektedir. Yapılan literatür taramasında bu iki konuyu araştıran başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla sporcu öğrencilerin hem sosyal medya bağımlılıkları hem de sporda ahlaktan uzaklaşma durumlarının hangi farklı değişkenlerden etkilendiği tespit edilmeye çalışılacak ve alandaki öğretmen, antrenör, araştırmacı, öğrenci ve velilere bu önemli konularda ışık tutulmaya çalışılacaktır.

BÖLÜM 2

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL TEMELİ VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

2.1. Spor

Spor belirli amaç ve kural çerçevesinde kullanılacak materyalleri olan veya olmayan, takım veya bireysel şekilde yapılan, boş zamanları değerlendirmek ve meslek olarak yapılabilen, sosyal hayata katıcı, fiziksel değişimi sağlayan, rekabet ve dayanışma ortamında yapılan, kültürel veya evrensel bir olgu olarak tanımlanmıştır. Başka bir tanımlamada ise spor, kişi ya da takımların, sağlık, eğlence ya da heyecan yaşamak sebebiyle yaptıkları, kişilerin bilişsel, duygusal ve psiko-motor özelliklerini düzenli olarak geliştirebilmelerine imkân sağlayan, belirli kurallar çerçevesinde gerçekleştirilen, rekabete dayalı olan, fiziksel ve zihinsel katılım gerektiren etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Başka bir tanımda ise yaşamını denge içinde sürdürmek ve çevreye uyum sağlamak olarak ifade etmiştir (Fındık, 2016). Spor belirli kurallar gereği, kişilerin birbiriyle iletişimini ve etkileşimini gerektiren bir olaydır. Spor, rakiplere yardımcı olmak, takım arkadaşlarına destek olmak gibi olumlu davranışlar ortaya çıkarmaktadır. Aynı zamanda bu olumlu davranışların yanında olumsuz davranışlarda ortaya çıkma ihtimali bulunmaktadır (Gürpınar, 2015).

Sporcular, sağlıklı yaşam, rekabet, boş zamanları verimli değerlendirme, sosyal açıdan kuvvetli bağlar geliştirme ve güzel vakit geçirme gibi amaçlarla spor yapmaktadırlar. Sporun rekabetçi ortamı; fiziksel olarak daha iyi olanların seçilmesini ve bunların üst düzeyde yetiştirilmesini amaçlar (Kat, 2009). “Spor gerçekleştiren bireylerin kazanma amaçlı teknik ve fiziki çaba, izleyiciler bakımından estetiğe dayalı süreç, topluma göre ise; o topluma ait çelişkili özellikleri aynen aktaran ve bu süreci yönlendirebilen bir gereç olarak ifade edilebilir.” (Fişek, 1998).

Ateş (2021) spor kavramını bireyler tarafından gerçekleştirilen hareketler bütünüdür plan, program ve düzen içerisinde yapılması olarak tanımlanmıştır. Akçalar (2007), sporu toplumsal, fiziksel ve ruhsal davranışlarının yönlendirilmesinde kullanılan bir yöntem olarak tanımlanmıştır. Bu nedenler ile bir ülke de spor her alanın gelişimi için önem arz etmektedir.

İki veya daha fazla kişilik grupların faaliyet gösterdikleri olaylar takım sporlarını oluşturmaktadır. Takım sporlarında hedef birlikte hareket ederek kazanma koşulunu gerçekleştirmektir. Kazanmaya yönelik yapılan hamlelerin başarısını; takım üyelerinin iletişim kurma, karar alma ve takım çalışması gibi beceriler belirler. Takım sporlarında, taktik ve strateji

bilinci önemli bir unsurdur. Takım sporlarında, kazanma ve kaybetme duygularının psikolojik baskısı bütün takım sporcuları içerisinde bölündüğü için bireysel sporlara göre daha az psikolojik zorluk meydana gelmektedir. Takım sporları ile iş birliği duygusu, ekip çalışması, başarı ve başarısızlık duygularının paylaşılabilmesi gibi bazı özellikler ön plana çıkar (Başer, 1998). Ayrıca, takım sporları yapan sporcuların bireysel sporlar ile uğraşan sporculara göre zihinsel açıdan daha dayanıklı oldukları, daha doğru kararlar aldıkları, verdikleri kararları daha disiplinli bir şekilde uyguladıkları ve performans açısından da istenilen noktalara ulaştıkları bulunmuştur (Kat, 2009).

Takım sporu ile ilgilenen kişilerde strateji bilinci geliştirmesi için önemli bir beceridir. Takım sporlarında kazanma ve kaybetme duygusu bütün takımda olduğundan sporcular için olumsuz yönde etkilenmeler bireysel sporlara göre daha düşük düzeydedir. Başarıya ulaşmada gerekli olan sorumluluk duygusu tüm takım halinde paylaşıldığı için kişisel hatalar daha aza inmektedir. “Takım olabilme, dayanışma, yardımda bulunma, takım arkadaşlarını tanıyabilme, öngörü kabiliyetleri gibi özellikler takım sporu ile uğraşan bireylerde önemlidir. Takım sporları ile iş birliği duygusu, ekip çalışması, başarı ve başarısızlık duygularının paylaşılabilmesi gibi bazı özellikler ön plana çıkar” (Başer, 1998).

2.2. Ahlak

Geçmişten günümüze kadar gelen zamanlarda belirli kurallar olağan şekilde oluşmaktadır. Bununla beraber geçen zamanlarda kabul görmüş, kendiliğinden oluşmuş kurallar mevcuttur. Bu şekilde gelişen kurallarda toplum üyelerinden beklenen görev ve sorumluluklar bulunmaktadır. Bu sorumluluklar yerine getirildiğinde toplumlarda yaşam daha sağlıklı ve uygun hale gelmesi beklenmektedir. Toplumlar refah içinde varlıklarını sürdürebilmeleri için temel ahlak kuralları önemli bir etmendir. Ahlak, bireyler arası iletişim ve davranışları düzenlemek için belirlenmiş kuralların bir bütünüdür. Ahlakın üç boyutundan söz etmek mümkündür.

Bilişsel boyut; doğru olan ve olmayan davranışları belirten sosyal kuralların anlaşılması ve bunlarla ilgili bilgi topluluğunu kapsamaktadır.

Davranışsal boyut; ahlak kurallarına uyan ya da ters düşen davranışları belirtmektedir.

Duygusal boyut; davranışlarımız hakkındaki duygularımızı belirtmektedir. Ahlak gelişimi, içinde bulunulan toplumun tüm değerlerine uymak ya da uymamak değil, tüm toplum için uyulması gereken kurallar çerçevesidir. Ahlaki gelişim, kişilik gelişiminin en önemli unsurlarından birisinden olup bireyin topluma karışma süreçleri içinde doğru olan veya olmayan konusunda bilinçli davranışlar geliştirmesini sağlamaktadır. Ahlaki gelişim ile birlikte

kişinin toplumun kuralları ve gelenekleri çerçevesinde kendi davranışlarını kontrol etmesi beklenmektedir (Selçuk, 1995).

Ahlak, toplumsal baskılar ve direktme yöntemleri ile kazandırılması mümkün değildir. Kişiler ahlaki öğrenebilir fakat ahlakın kişilere öğretilmesi mümkün değildir. Baskı ve direktmeli ortamlarda ahlak gelişiminin gerilediği, hatta durduğu öngörülmektedir. Spor eylemleri ahlak ile iç içedir. Bu kuramı destekleyici şekilde spor eylemleri özellikle takım sporlarında farklı insanlarla iletişim kurulmaktadır. Ahlak, kişinin içinden geldiği uygun davranma, toplumun onaylamadığı davranışlardan kaçınmaları olarak tanımlanmaktadır. Spor yapma amacı da, kişileri bedensel ve ruhsal yönden doğru bir kişilik yapıları oluşturmalarını sağlamaktır. Kişiler arasında ki ahlaki gelişim farklılıkları aldıkları eğitimden geçmektedir. Eğitimleri kaliteli olan bireylerin ahlaki gelişimleri daha olumlu yönde ilerlemektedir. Toplumsal olarak bakıldığında ise eğitim seviyesi yüksek olan toplumlar toplum için uygun olan kurallar yönünden eğitim görmeleri kişilerin daha uygun ahlaki derecede olmasını sağlamaktadır (Kulaksızoğlu, 1998). Çocuklar ilk olarak ailede eğitim almaya başlamaktadırlar. Dolayısıyla sosyal çevrede ki ahlaki davranışlar önemli bir boyut kazanmaktadır. Toplum ahlak kurallarını da çocuklar sosyal çevreden ve etrafındaki diğer bireylerden öğrenmektedir. Bundan dolayı kişilerin davranışları örnek olmak niteliğinde olmalıdır (Mercin, 2005). Ahlak da bazı kurallar temel alınmaktadır. Bu kurallar ise bireylere farklı yerlerde öğretilmektedir. Bu yapılar aile ve okul tarafından oluşturulmaktadır (Aydın, 1998). Çocukların sosyal hayata katılmalarında en etkili yerlerden olan okul, çocuk ve gençlerin kişisel benlik gelişiminde, ahlaki ve toplumsal kuralların oluşmasında etkili olan önemli bir yer olarak değerlendirilmektedir. Okulun en önemli görevi kişileri topluma adapte etmektir. Okul içi oluşturulan etkinliklerde, okuldaki bir öğrenci oyun kurallarına uyma mecburiyetinden dolayı kendi çıkarına göre davranma veya arkadaşına zarar verme gibi durumlarla karşılaştığı takdirde, ahlaki açıdan önemli bir çatışmaya girmektedir. Bu durumu önlemenin yolu ise iyi bir eğitim ile mümkün olmaktan geçmektedir. Beden eğitimi disiplini kurallara uyma davranışını pekiştiren en etkili disiplinlerden birisidir. Beden eğitimi eğitmenine oldukça kayda değer sorumluluklar yüklenmektedir. Eğitmenin de en önemli sorumluluğu çocuğun kişiliğinin en alt tabakalarında ahlaki bütünleşmeyi sağlamaktır. Okul beden eğitimi disiplini ve okullar arası yarışmalar, Fair Play'e uygun davranışların kazandırılması ve sergilenmesinde uygun bir ortam olarak kullanılmalıdır (Akandere, 2009).

2.2.1. Spor ve Ahlak

Spor ahlakı, evrensel etik ilkelerinin benimsenerek spor alanlarında davranış olarak yansımadır. Spor içerisinde aktif ya da pasif bir şekilde yer alan bireylerin; dürüstlük, açıklık, adalet, hoşgörü, dayanışma, haksız kazançlardan faydalanmamak, ön yargılı davranmamak, objektif olmak ve hakemlere, takım arkadaşlarına ve rakiplerine saygı gösterme gibi evrensel değerler çerçevesinde davranışlarını şekillendirmesi spor ahlakı olarak özetlenebilir (Turan, 2020, Sarıkol, 2022). Sporcular, okullardaki beden eğitimi dersleri sayesinde bu davranışları kazanabilmektedirler (Turan, 2020). Örgün eğitim kapsamında 17 milyondan fazla öğrencinin eğitim alması, sporda ahlak eğitiminin önemini arttırmaktadır. Evrensel etik ilkelerine bağlı sporcuların yetişmesi için okullarda verilen beden eğitimi derslerinde ahlak eğitiminin verilmesi büyük önem taşımaktadır (Şeker, 2020).

2.2.2. Sporda Ahlakdan Uzaklaşma

Spor yapan bireyler, zihinsel ve bedensel fayda sağlamanın yanı sıra aynı zamanda toplumsal çevreleri sayesinde kültürel ve sosyal fayda da sağlamaktadırlar. Sporcuların kötü çevreleri, spor ahlakı eğitimi almamış olmaları ve kazanma hırsları sporcuların ahlaki değerlerden uzaklaşmasına sebep olabilmektedir (Şeker, 2020). Sporcular, “zafere giden yolda her şey mubahtır” felsefesi ile yola çıkarak diğer sporculara karşı negatif tutumlarda bulunabilmektedirler. Kötü performans sergileyen takım arkadaşına ve rakibine moral vermek ve desteklemek yerine yalan söylemek ve kışkırtmak gibi negatif davranışlar sporcuların spor ahlakından uzaklaştıklarının en büyük göstergelerinden birisidir (Eroğlu, 2020).

2.2.3. Sosyal Öğrenme Teorisi

İnsanların etkileşim yoluyla birbirlerinden öğrenmeleri ve başkalarının davranışlarını gözlemleyerek model almalarıyla ilgili ilk açıklamalar, Platon ve Aristoteles'e kadar uzanmaktadır (Gürel, 2014). J. Dewey sonrasında bu alanda sistematik bir ilerleme kaydeden ilk kişi olmuştur. Sosyal öğrenme kavramı ise ilk kez 1947 yılında Julian Rotter tarafından kullanılmıştır. Günümüzde Sosyal Öğrenme Kuramı denildiğinde akla gelen ilk isim ise Albert Bandura'dır.

İnsan davranışlarını anlayabilmek için birçok teori geliştirilmiştir. Albert Bandura'da bu konuda Sosyal Öğrenme Kuramını öne atıp geliştirmiştir. Sosyal öğrenme kuramına göre, birey ne yalnızca içsel güçlerinin ne de sadece çevresel faktörlerin kontrolü altındadır. İnsan, yaşamına etki eden deneyimleri şekillendirme yeteneğine sahip, bilinçli bir varlıktır. Ayrıca, dış uyarıcılar ve pekiştiriciler de insan davranışlarını etkileyen önemli faktörlerdir. İnsan, kendi

davranışlarını oluşturan uyarıcı etkenlerle ve başkalarının sergilediği davranışlardan elde ettiği sonuçlarla belirli bir ölçüde kendi davranışlarını kontrol edebilir ve zamanla bunlara yön verebilir (Bandura, 1971). Bu sebeple insan davranışlarını anlayabilmek için hem bireyi geçmiş öğrenmeleriyle hem de çevresindeki tepki verdiği uyarıcılarla dikkate almak gerekir.

Bandura (1978), öğrenmeyi üç temel kavram çerçevesinde inceler: taklit, gözlem ve model alma. Ayrıca, insanın sosyal öğrenmesinin laboratuvar ortamında denek olarak kullanılan hayvanların öğrenmesiyle aynı düzeyde değerlendirilemeyeceğini belirtir. Çünkü insanlar, hayvanlardan farklı olarak, bilgi ve deneyimlerini birbirlerine doğrudan aktarabilme yeteneğine sahiptir. Thorndike'in laboratuvarında tecrübesiz bir hayvanın problemi çözmek zorunda olduğunu, çünkü tecrübeli hayvanın bildiklerini diğerlerine aktarma şansının bulunmadığını ifade eder. Oysa insan, yaşamı boyunca önceki nesillerin deneyimlerini ve keşiflerini öğrenme kapasitesine sahiptir; bu sayede yeniden keşfetmeye gerek kalmadan bilgi edinir (Arkonaç, 1998).

Bandura ve arkadaşları, model alma yoluyla öğrenmenin saldırgan davranış üzerindeki etkilerine dair birçok çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışmaların en önemlisi ve en bilineni, Bobo Doll Deneyi'dir. Bu deneyde, bir model, patlamayan plastik bir bebek olan Bobo'ya saldırmaktadır. Kavgacı bir hitap sonrasında model, bebeğin başına tokmakla vurur, onu yere fırlatır, üzerine oturur, ardı ardına burnunu yumruklar, bir tekmeyle odanın diğer ucuna savurur, hızla havaya fırlatır ve toplarla bombardımana tutar (Ulusoy, 2008). Deney, çocuklara izletilmiş ve sonrasında Bobo bebek de dahil olmak üzere çeşitli oyuncaklarla oynamalarına izin verilmiştir. Sonuç olarak, modelin çocukların davranışlarını iki şekilde etkilediği gözlemlenmiştir. İlk olarak, model çocuklara yeni saldırı biçimleri öğretmiştir. İkincisi, modelden taklit edilen davranışların yanı sıra, diğer saldırgan davranışların sayısında da artış meydana gelmiştir. Bu deney, gözlem ve taklit yoluyla yalnızca olumlu davranışların değil, aynı zamanda saldırganlığın da öğrenilebileceğini göstermektedir.

Sosyal Öğrenme Teorisi, başkalarının davranışlarının gözlemlenmesine dayanan dolaylı bir öğrenmeyi temel alır. Gözlenen davranış ödül getiriyorsa, bu davranış model alınarak sürdürülür. Bu bağlamda, yeni davranışların kazandırılmasında öğretmenin uygun bir model olması büyük önem taşır. Öğretmenin kullandığı dil ve kelimeler, öğrencilere karşı tutum ve davranışları, öğrenciler tarafından model olarak benimsenir. Bireylerin öğrenme süreci, başkalarını gözlemleyerek ve gözlemledikleri davranışları ceza veya ödülle ilişkilendirerek gerçekleşir. Bu süreçte, gözlemlenen davranışın model alınarak benimsenmesi ya da bireyin kendi deneyimlerine dayanarak bu davranışı devam ettirip ettirmemesi söz konusu olmaktadır (Bayrakçı, 2007).

Sosyal Öğrenme Kuramının Genel Prensipleri

Sosyal öğrenme kuramının genel prensipleri şu şekilde sıralanabilir (Rutledge, 2000):

1. İnsanlar, başkalarının davranışlarını ve bu davranışların sonuçlarını gözlemleyerek öğrenebilirler.
2. Öğrenme, davranışta bir değişiklik olmadan da gerçekleşebilir. Davranışçılar, öğrenmenin mutlaka davranışta kalıcı bir değişiklik yaratması gerektiğini savunurken; sosyal öğrenme kuramcıları, insanların sadece gözlemleyerek öğrenebildiği için, öğrenmenin davranışa yansımalarının zorunlu olmadığını belirtir. Öğrenme, davranışta bir değişiklik meydana getirebilir ya da getirmeyebilir.
3. Algı, öğrenme sürecinde önemli bir rol oynar. Son 30 yılda sosyal öğrenme teorisi, insanın öğrenme sürecinde giderek daha fazla algısal (bilişsel) bir yaklaşım benimsemiştir. Gelecekteki pekiştirici ve cezaların, insan davranışları üzerinde önemli bir etkisi vardır.
4. Sosyal Öğrenme Kuramı, davranışçı ve bilişsel öğrenme kuramları arasında bir köprü veya geçiş noktası olarak kabul edilebilir.

Sosyal Öğrenme Kuramının Dayandığı Temel İlkeler

Sosyal öğrenme kuramının dayandığı temel ilkeler karşılıklı belirleyicilik, sembolleştirme kapasitesi, dolaylı öğrenme kapasitesi, öngörü aktivitesi, kendini düzenleme kapasiteleri ve öz-yeterliği kapsar (Bandura & Kupers, 1964).

Karşılıklı Belirleyicilik

Sosyal Öğrenme Kuramı öğrenmeyi; kişisel faktörler, çevre ve davranışın etkileşimiyle açıklar. Birey-davranış arasında ki etkileşim bir kişinin düşünceleri, hisleri ve biyolojik özellikleri ile bireyin davranışlarını içermektedir.

Sembolleştirme Kapasitesi

Sosyal öğrenme kuramına göre, birçok dışsal etki, davranışı bilişsel süreçler aracılığıyla şekillendirir. Bandura, sembollerin düşünce için bir mekanizma işlevi gördüğünü öne sürer. İnsanlar, imajlar (zihinsel resimler) veya kelimeler gibi semboller kullanarak yaşantılarına anlam, yapı ve süreklilik kazandırır. Ayrıca, sembolleştirme, bireylere gelecekteki deneyimlerinde kullanmak üzere hafızalarında bilgi depolama imkanı sunar. Bu süreç sayesinde insanlar gözlemledikleri davranışları modelleyebilirler.

Dolaylı Öğrenme Kapasitesi

Dolaylı öğrenme, bireylerin doğrudan deneyim yoluyla öğrenmenin yanı sıra gözlemleyerek de öğrenebileceğini gösterir. Bu tür öğrenme, bireylere belirli davranış kalıplarını öğrenme sürecinde kolaylık sağlar ve deneme-yanılma süreçlerinden ve büyük hatalardan kaçınmalarına yardımcı olur (Brown, 1999).

Öngörü Kapasitesi

Sosyal öğrenme kuramına göre, insan davranışı amaca yöneliktir ve öngörüyle düzenlenir. Bir kişinin kendini motive edebilme ve hareketlerini önceden tahmin ederek yönlendirme yeteneğine öngörü denir (Bandura, 1989).

Kendini Düzenleme Kapasitesi

Kendini düzenleme sistemleri, dış faktörleri gözlemleyerek amaca yönelik davranışlar için bir temel oluşturur ve bireylerin kendi duyguları, düşünceleri, motivasyonları ve eylemleri üzerinde kontrol sağlamasına yardımcı olur. Bireyin kendini şekillendirme potansiyeline inanması, sosyal öğrenme kuramının temel ilkelerinden biridir (Brown, 1999).

Öz – Yeterlik

Öz-yeterlik bireylerin düşüncelerini, kendilerini zorluklar karşısında nasıl motive ettikleri, duygusal yaşamlarının kalitesi ve yaşamları sırasında önemli kararlar verecekleri sıradaki tercihlerini etkiler (Bandura, 2002).

Bandura'nın ahlaktan uzaklaşma mekanizmaları olarak tanımladığı sekiz durum, ahlaktan uzaklaşan kişilerin vicdani olarak pozitif hissetmelerini, olumsuz davranışlarının baskısını azaltmak için sıklıkla kullandıkları metotları açıklamaktadır (Şeker, 2020).

-Ahlaksızlığı Meşrulaştırma

Bir hedefe ulaşmak için suç olan eylemleri önemli bir eylemiş gibi kabul ederek yapılan olumsuz davranışın olumlu bir davranış olduğu algısı oluşturmaktır. Yalan söylemek, doping kullanmak gibi eylemleri meşrulaştırma çabası buna örnek oluşturmaktadır (Şeker, 2020).

-Örtmeceli Sınıflandırma

Suç olan bir eylemi örtmek için kötü olmayan bir dil kullanılmalıdır. Sporcular bazen bazı kuralların esnetilmesi gerektiğini söyleyerek işledikleri suç eylemlerini örtmeye çalışması buna örnek olarak gösterilebilir (Şeker, 2020).

-Avantajlı Karşılaştırma

Yapılan bir eylemi daha kötü eylemlerle karşılaştırarak kendi suç aktivitelerini hafifletmeye çalışma çabasıdır. Şike yapan bir takımı örnek göstererek kendi işlediği doping suçunu hafif göstermeye çalışmaları buna örnek olarak gösterilebilir (Şeker, 2020).

-Sorumluluğun Yer Değiştirmesi

Gerçekleşen suç eyleminin başkalarının baskısı ve yönlendirmesi sonucu gerçekleştiğini söyleyerek sorumluluğun kendisinde olmadığını gösterme çabasıdır (Şeker, 2020).

-Sorumluluğun Dağılması

Yapılan suç eyleminin grup tarafından alınan karar sonucu ortaya çıktığını iddia ederek sporcuların kendilerini sorumlu tutmamasıdır (Şeker, 2020).

-Sonuçların Saptırılması

Yapılan eylemin sonuçlarının daha aza indirilmesidir. Sporcuların suç olan bir eylemin suç olduğunu bilmediklerini iddia ederek sonuçlarını saptırması buna örnek olarak gösterilebilir (Şeker, 2020).

-İnsani Özelliklerden Uzaklaşma

Sporcular, başka sporculara karşı gerçekleştirdikleri eylemlerde rakipleri ile kendileri arasında ortak bir nokta bulunmadığını iddia ederek olumsuz eylemlerde bulunabilmektedirler. Şiddet içerikli eylemlerin bazıları buna örnek olarak verilebilir (Şeker, 2020).

-Suça Dayanak Oluşturma

Sporcunun kendisini suçsuz görüp, kendisine karşı yapılan olumsuz eylemin kendisini kışkırttığını ifade ederek, kendisini ahlak dışı davranışlar yapmaya zorladıklarını düşünmelerini bu mekanizmaya örnek olarak verilebilir (Şeker, 2020).

2.3. Bağımlılık

Günümüz dünyasında insanlar, gelişimlerin, firmaların ve kişilerin ortaya çıkardıkları ürünleri kullanmak zorunda bırakılmaktadır. Buna rağmen eğitim, kültürel, güvenlik, sağlık ve teknoloji alanındaki gelişmeler pek çok sorunun üstesinden gelmemizde olumlu katkı sağlamıştır. Bunun yanında günümüzün gençleri geçmişe oranla çok daha zenginleşmiş ortamlar ile karşılaşmaktadır. Toplumlar her alanda gelişimini sürdürürken, son asırlarda ki süreçte sürekli yeni oluşumlar ortaya çıkmaktadır. Bu süreçte özellikle yarış halinde yaşamı sürdürmek için kişiler zorlandırılmıştır. Yarışmacı yapıların etkisiyle insanlar iş birliğinden uzaklaşmış ve kıskançlık duygularıyla başa çıkmak zorunda kalmışlardır. Modern dünya, bireylerin birbirlerine ve kendilerine yabancılaşmalarına yol açmıştır. Bu süreçte, insanlar kişisel streslerini azaltmak amacıyla farklı başa çıkma yöntemlerine başvurmuşlardır. Bu yöntemlerden bazıları etkili ve faydalı olurken, diğerleri ise işlevsel olmayan stratejiler olarak kendini göstermektedir. Bağımlılık davranışları incelendiğinde, bu davranışların tekrarlayıcı bir niteliğe sahip olduğu ve birçok hastalık açısından riskler taşıdığı, ayrıca kişisel ve toplumsal

sorunlara yol açtığı anlaşılmaktadır. Bu davranışlar bireylere haz verse de, aynı zamanda bireylerin kontrol kaybına uğramalarına neden olmaktadır. Uzun süre doyurulmadıklarında, bireylerin gerginlik hissetmelerine de yol açmaktadır. Dahası, bağımlılık davranışları tedavi edilse bile, tedavi sürecinin yeniden bozulması ve bireylerin tekrar bağımlılığa yönelmeleri sıkça karşılaşılan bir durumdur.

Yaşanılan zamanın bilgi ve teknoloji dönemi olmasından dolayı fiziksel bağımlılığının dışında telefon, ekran, oyun ve internet gibi teknolojik bağımlılıklarda ortaya çıkmaktadır. Günümüzde oldukça fazla karşımıza gelen sosyal medya araçları, ekranlar fiziksel, psikolojik ve toplumsal yaşamdaki ilişkileri olumsuz etkileme boyutuna geldiğinden dolayı teknoloji bağımlılığının ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Şirin, 2007). Özellikle akıllı cep telefonların ve internetin sanal olmasından dolayı yer ve mekân değişikliklerine yol açıp topluma yönelik olumsuz yönlerin oluşmasına neden olmaktadır (Bal, 2014). Böylelikle telefon iletişimden çok internet kullanmak ve sosyal medya araçlarını kullanmaya kadar birçok imkânı sağlayan araç haline gelmesi ve günlük yaşamına hızlı nüfuz etmesi gibi etkiler ekran ve telefon bağımlılığının ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Ayhan, 2019).

2.3.1. Bağımlılık Türleri

Oyun bağımlılığı; oyunlar kişisel gelişim yönünden ve diğer yönlerin gelişiminde önemli bir role sahiptirler. Fakat bilgisayar ve internet gelişimi, toplum-teknoloji ilişkisini yeniden oluşturmuştur. Standart kullanıcı, sosyal içerikleri inceleyen, izleyen, takipte kalan konumundayken; teknolojinin gelişimi, takipçilere göreceli özgür alan tanımış, iletişimde öğeleri arasındaki ilişki yeniden oluşturulmuştur. Bu süreçte kişilerin beğenilmeleri ve kişisel ihtiyaçlarının sosyal içeriklerinin oluşturulmasındaki rolü arttırılmış, kişiler kendi davranışlarından sorumlu tutularak, medyanın işlevi en az etkisi olduğu gösterilmiştir. İletişim hızının artması, kişilerin birbirini hızlı takip etmesi kurgulanmış olayların ortaya çıkması ile kişiler gitgide teknolojinin ağlarını düşmeye devam etmektedir. Aynı zamanda bilgiye hızla ulaşılması ile birçok meslek alanlarının değişmesi de gerçekleşmiştir. Sınırsız ortam vaatleri ile teknoloji toplumlar ve kişiler üzerinde ağlarını örmeye devam etmektedir. Hemen haberdar olma ve anında yapılan işlemler, yüksek görselli ve gerçekçi oyunlar teknolojik bağımlılığın oluşmasında da oldukça etkili rol oynamaktadır. Fakat her geçen gün artan medya içerikleri, azalan denetim mekanizmaları, oyun yapımcılarının piyasaya sürdüğü içerikler teknoloji gelişimi ile güçlenmekte ve sosyal çevreyi saran içerikler oluşturulmaktadır. Sosyal hayatı etkileyen olumsuz davranışlar, şiddet yönelimli oyun ve içerikler kişileri psikolojik, ruhsal ve bedensel olarak oyunlar olumsuz yönde oldukça fazla etkilemektedir. Aynı zamanda oyunlarda

geçirilen zaman arttıkça yıkıcı şekilde olan sonuçların da arttığı gözlemlenmektedir (Çavuş ve diğ. 2016). Son zamanlarda ortaya çıkan oyun ve teknolojik gelişmeler popüler sinema kültürünü aşarak insanları daha çok içine çekmektedir. Bilgisayar ve internetin devreye girmesiyle, bireysel ya da birlikte oynamak mümkün olmuştur. Bu durum oyunların daha da yaygınlaşmasını sağlamıştır.

İnternet bağımlılığının, görülmesinde sanal ortam oyunları bağımlılığı önemli rol oynamaktadır. Özellikle bu alanlardaki kişiler sanal oyun aracılığıyla başka kişilerle iletişime geçmesinin yanı sıra ekonomik, psikolojik, kültürel ve sosyal alanlarda fazlaca kullanılması bağımlılıklarını artırmaktadırlar (Horzum, 2011). Kişilerin oyun içerisinde yer alan aşamalara heyecan duyarak sürekli dâhil olmasının internet, sanal oyun ve bağımlılık kişilerin kurduğu sosyal ilişkiyle de alakalı olmaktadır. Bu durumu daha iyi analiz edebilmek için öncelikle kavramsal olarak teknoloji kavramına bakmamız gerekmektedir (Ayhan, 2019).

Ekran bağımlılığı; bilgi ve iletişim teknolojilerinin gelişmesi birçok alanı olumlu ve olumsuz yönde etkilemiştir. Son zamanlarda sıkça karşımıza çıkan ekran bağımlılığı bu olumsuz etkilerden sadece birisi olarak yer almaktadır. Televizyon ile başlayıp akıllı telefon, tablet, bilgisayar gibi giderek artan çeşitliliği ile dijital ekranlar kullanım alanlarının genişlemesiyle yaşamımızın önemli bir sorunu olarak karşımıza gelmektedir. Bu yoğun kullanım ekran bağımlılığı konusunu güncel olan gündemde oldukça yer kaplamıştır. Ekran bağımlılığının önemli unsurlarından biri, ekran kullanım süresidir. Amerikan Pediatri Akademisi, çocukların ekran kullanım süreleriyle ilgili çeşitli önerilerde bulunmaktadır. Buna göre, 18-24 aylıktan küçük çocuklar yalnızca akraba veya tanıdıklarla görüntülü sohbet amacıyla ekran kullanabilir; aksi halde dijital medyadan kaçınılması önerilmektedir. 18-24 ay arasındaki çocuklar için, eğer ekran kullanılacaksa, mutlaka ebeveyn veya bakıcı eşliğinde eğitim programları veya yüksek kaliteli içerikler sunan medya araçları tercih edilmelidir. "2-5 yaş arasındaki çocuklar için günlük ekran süresi maksimum 1 saat olmalıdır." Türkiye Halk Sağlığı Kurumu'nun Bebek, Çocuk ve Ergen İzleme Protokolü de benzer şekilde 2 yaşından küçük çocuklar için sıfır ekran süresi, 2-5 yaşındakiler için günde 1 saatten az ve 5-11 yaş grubu için ise günde maksimum 2 saat ekran kullanım süresi önermektedir (Aybal, 2021).

Sosyal medya bağımlılığı; her geçen gün etkisini artırarak gelişen sosyal ağlar birçok alanda yüksek ilgi görmektedir. Bu ilgi sonucunda kişiler sosyal ağları arkadaşlık kurmak, ticaret, araştırmalar yapmak ve sosyal alanda aktif olmak duygusu fazlaca görülmektedir. Bu durumda sosyal medya bilgi ve iletişim teknolojilerinin yaygınlaşmasıyla birlikte hızla yaşamımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmektedir. Bunun sebebi ise kişilerin kendi

içeriklerini özgürce oluşturabilmesi, sanal ortamda rahat davranışlar sergileyebilmeleri gibi birçok faktör sıralamak mümkündür. Bu anlamda kullandığı teknolojiyi göz önüne alarak bir tanım yapmak gerekirse sosyal medya web 2.0 teknolojisini kullanan ve kullanıcıların kendi içeriklerini oluşturmasına ve paylaşmasına olanak sağlayan bir dizi internet tabanlı araçlardır. Bunun sonucunda toplumsal bozulma, internet kullanımına ilişkin yalan söyleme, interneti sorun ve olumsuz duygulardan kaçış olarak kullanmayı sosyal medya bağımlılığının ölçütleri olarak gösterilmesi mümkündür. “Bağımlılık sadece madde bağımlılığı çerçevesinden çıkarılarak, çekilme ve tolerans kavramları ile daha davranışsal değerlendirilmeye başlamıştır. Bağımlılık riskine yönelik olarak yayıncıda internet ve sosyal medya kullanımı için aşırı kullanım, patolojik kullanım ve problemlili kullanım gibi tanımlamalar söz konusudur. Özellikle çocukların sosyal medya ve internet erişim olanaklarının artması ve henüz psikolojik olgunluğa erişmemiş olmaları nedeniyle bir bağımlılığı geliştirmeleri açısından önemli bir risk grubu olarak değerlendirilmektedir.” (Uzun ve diğ. 2016). Özellikle internet ve sosyal medya kullanım yaşının düşmesi ile sosyal medya bağımlılığını internet bağımlılığıyla beraber düşünecek olursak ergenlerde internet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalar göstermektedir ki internet bağımlısı ergenlerin yarısından fazlasında eşlik eden başka psikiyatrik hastalıkların olduğu belirtilmiştir. Bu bağımlılık türü gençlerde ruhsal, sosyal, ailesel, akademik ve fiziksel sorunları da beraberinde getirmektedir. Özellikle dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun internet bağımlılığına oldukça sık eşlik ettiği ve ilişkili olduğunu ortaya koyan pek çok çalışma vardır.

İnternet bağımlılığı; internet denildiği zaman akla ilk olarak her bilginin ve kişilerin olduğu büyük bir kütüphane olduğu akla gelmektedir. Bu durumda bu kütüphanede her türlü bilgi ve eğlence merkezlerinin bulunduğu göze çarpmaktadır. Bu durumun sonucunda sanal bir kütüphane olan internet aşırı kullanımlar sonucunda bağımlılıkları ortaya çıkarmaktadır. İnternet bağımlılığının oluşmasına birçok neden yer almaktadır. Bu unsurları ise çevrimiçi oyun, sohbet, alışveriş, eğlence gibi davranışlar ortaya çıkarmaktadır. İnsanlık tarihi kadar eski olan oyun kavramı yeni sosyal medya sayesinde çevrimiçi biçimde oynanabilmektedir. Aynı zamanda geçmişte ki iletişim biçimlerinin değişmesi de söz konusudur. Günümüz sosyal ortamların geçmişte ki sosyal ortamlardan ayrılan yönü ise çok sayıda kullanıcının teknolojik aygıtlar vasıtasıyla internete bağlanarak sosyal ortamlara dâhil olması içindeki kurgulanmış karakterlerle mücadele ettikleri ve iş birliği içine girerek gerçekleştirdiği görülmektedir. Bu iletişim teknolojilerinde aktif olma davranışı süreklilik göstererek tıpkı sosyal medya ve

teknoloji bağımlılarında olduğu gibi patolojik etkiler bırakması sonucunda internet bağımlılığının ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Akarslan, 2022).

2.4. Sosyal Medya

Günümüzde internet ve sosyal ağlar hızla gelişmektedir. İnternet kullanıcı sayısının artmasıyla birlikte, kullanılan sosyal ağların sayısı da hızla çoğalmaktadır. Bu durum, son zamanlarda "sosyal medya" olarak adlandırılan internet tabanlı uygulamaların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu yeni uygulamalar, kullanıcıların memnuniyetlerini paylaştıkları kişiler aracılığıyla giderek artan bir etkileşim sağlamaktadır. İçerikler, fotoğraf, video, metin ve medya açısından çeşitlilik göstermektedir. Sosyal medya, zaman ve mekân algısını ortadan kaldırarak kullanıcıların paylaşımında bulunmalarına ve tartışmalara olanak tanıyan bir iletişim biçimidir. Zaman ve mekân kavramlarının bulunmaması, bireylerin iletişim ağlarını güçlendirir ve etki alanını genişletir. Sosyal medya, sosyal ağları ve internet tabanlı grupları da kapsamaktadır. Bu durum, bireylerin firmaların tanıtımlarını yapmalarına, farklı yerlerdeki kişilerle iletişim kurarak arkadaşlık ilişkileri geliştirmelerine ve çeşitli ürünler hakkında fikir alışverişinde bulunmalarına olanak tanır. Sosyal medya, sınırsız paylaşım imkânı sunan ve en yeni fikirlerle birlikte yeni fırsatlar yaratan bir medya biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır (Almalı, 2019).

2.5. Yapılan Çalışmalar

2.5.1. Yurt İçi Çalışmalar

Akarslan (2022) yılında yaptığı “Dijitalleşmeyle Değişen Spor Kültürünün Yansımaları: Spor Haberciliği ve E-Spor Gazeteciliği” çalışmasında Sporun dijitalleşmesiyle beraber geleneksel anlamda yapılan spor gazeteciliği de dönüşüme uğramıştır sonucuna ulaşmıştır.

Sarıkol (2021) yaptığı çalışmada, çeşitli branşlardaki sporcuların sporda ahlaktan uzaklaşmalarında antrenörlerin etik dışı davranışlarının etkisini incelemiştir. Elde edilen sonuçlar, anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermektedir.

Akbuğa (2018) tarafından gerçekleştirilen “Ortaöğretimde Okul Takımlarında Oynayan Öğrencilerin Ahlaki Karar Alma Tutumlarının Araştırılması” başlıklı çalışmada, sporcu öğrencilerin genel ahlaki karar alma düzeyinin orta seviyede olduğu belirlenmiştir.

Gürel (2014)’de “Sosyal Pekiştiricilerin ve Model Davranışlarının, Çocukların Ahlaki Yargılarının Şekillenmesindeki Etkisi (Bandura Örneği)” konu başlıklı çalışmasında “Bireyler

her şeyi kendiliğinden öğrenmesine gerek yoktur. Sosyal çevreden de birçok kural ve durumları öğrenmesi mümkündür” sonucuna ulaşmıştır.

Yıldız (2019), “Sporcularda Sportmenlik Yönelimi: Hedef Bağlılığı ve Sporda Ahlaktan Uzaklaşmanın Rolü” adlı çalışmasında hedeflerine bağlı sporcuların daha yüksek seviyede sportmenlik eğilimi gösteren sporcuların ahlaktan uzaklaşma eğiliminin azaldığı görülmüştür.

Yapan (1992), “Spor ahlakı-beden eğitimi dersinde ahlaki eğitim“ adlı çalışmasında yaş, cinsiyet gibi değişkenlerin spor ahlakını etkileyen önemli etkenler olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Gül (2019)’da yaptığı “Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Tutumları ile Ahlaki Olgunluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmasında elde edilen sonuçların internete daha çok girilen yer değişkenine göre bakıldığında, cep telefonundan bağlananların sayısının daha fazla olduğunu bulmuştur. Lise öğrencilerinin sosyal medya tutumları ile ahlaki olgunluk düzeyleri arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır.

Can (2018)’ de “Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi” adlı çalışmasında bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet, internet kullanım süresi, sosyal medya üyeliği durumu, öğrenim düzeyi, aile yapıları, spor yapma durumu ve haftalık spor yapma sürelerinde anlamlı farklılıklar görüldüğü sonucuna varılmıştır.

Deniz ve Uslu (2021)’de “Tüm Yönleriyle Bağımlılık” adlı oluşturdukları kitapta internet, oyun, sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı ve diğer bağımlılık türlerini konu edinmişlerdir.

Uras (2022)’ de yaptığı “Pandemi Sürecinde Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Teknoloji Bağımlılığı ve Ekran Maruziyetinin Davranışları Üzerinde Etkisi” adlı çalışmada çocuğun online eğitim alma durumuna göre okul öncesi davranış bozukluğu duygusal boyut açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar sonucuna ulaşılmıştır.

2.5.2. Yurt Dışı Çalışmalar

Radha, Fieldler ve arkadaşları (2023)’de “Ergen Sporcularda Dijital Redya ve Ruh Sağlığı” adlı çalışmalarında ergen sporculardan oluşan bir örnekleme dijital medya kullanımı ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi nicel olarak inceleyerek çalışma sonucunda hem dijital medyaya bağımlılığın hem de sosyal medyada geçirilen zamanın ergen sporcularda ruh sağlığı ile ilişkili olduğunu gösteriyor. Aşırı medya kullanımı ile uyku arasındaki ilişkinin olumsuz olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mei ve ark. (2024)’de ‘Cep telefonu bağımlılığının atletik performansa etkileri ve Mekanizmaları’ adlı çalışmasında, cep telefonu bağımlılığını (internet bağımlılığı, MPD olarak

da bilinir), aşırı kullanımını veya sıklıkla cep telefonu kullanma isteğini sorunlu bir davranış olarak tanımlar ve günlük yaşamda çeşitli sosyal, davranışsal ve duygusal sorunlara yol açtığını belirtir. Sporcularda internet bağımlılığı, sporcuların fiziksel ve ruhsal sağlığı ve spor performansıyla doğrudan ilişkili olduğu sonucuna varmıştır.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

Bu kısımda bu tez çalışmasının modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, işlem/süreç ve verilerin analizi hakkında bilgi verilecektir.

3.1. Araştırmanın Türü ve Modeli

Bu çalışmada; liselerde öğrenim gören sporcu öğrencilerin, sosyal medya kullanımı ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasındaki ilişki değerlendirilirken betimsel tarama modelinde ilişkisel tarama yöntemi kullanılacaktır. İlişkisel tarama yöntemi modelleri; iki ve daha fazla değişken arasındaki birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modellerine uygun olması sebebiyle tercih edilmiştir (Karasar,2005).

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Bu çalışmanın evrenini Mersin ili merkez ilçelerinde okuyan ve okul sporlarında spor yapan lise öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise Mersin ili ve ilçelerinden, tesadüfi örnekleme yoluyla seçilen 518 öğrenci oluşturmuştur.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ), Eijnden, Lemmens ve Valkenburg (2016) tarafından geliştirilen bu ölçeğin kısa Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek formu 5'li Likert olarak derecelendirilmiştir (Hiçbir zaman-1, Nadiren-2, Bazen-3, Çoğunlukla-4, Her zaman-5) ve ölçekte ters puanlanan madde bulunmadığı bildirilmiştir. Ölçek 9 maddeden oluştuğu için bir katılımcı ölçekten en az 9 puan, en fazla 45 puan alınabilmektedir. Bu ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0.87'dir. Bu tez çalışması için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı ise 0.83'tür.

3.3.2. Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği

Boardley ve Kavussanu (2008) tarafından geliştirilen Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlamasını Gürpınar (2015) yapmıştır. Veriler ortalama yaşları 13 ile 22 olan 152 kadın, 198 erkek toplam 350 sporcudan elde edilmiştir. Ölçek 8 sorulu, tek boyutlu, 7'li Likert tipi bir ölçektir ve katılımcılar; hiç katılmıyorum (1) ile tamamen

katılıyorum (7) yanıtlarını vererek ölçeği yanıtlamaktadırlar. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0.78'dir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, ahlaktan uzaklaşmanın olduğunu göstermektedir. Bu tez çalışması için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı ise 0.73'tür.

3.3.3. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu çalışmaya katılan sporcu öğrencilerin demografik verilerine ulaşmak için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Demografik bilgi formunda bireylerin cinsiyet, okul türü, yapılan spor branşı, haftalık antrenman süresi, sosyal medya hesabı olup olmaması, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabı kullanıcısı olduğu ve gizli hesaba sahip olma durumuna ilişkin sorular bulunmaktadır.

3.3.4. Süreç

Veri toplama işlemi başlamadan önce; Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Etik Kuruludan etik onay elde edilmiştir (onay kodu:02/10/2023-048). Ardından İl Milli Eğitimden araştırma uygulama izni elde edilmiş ve belirlenen okullarda uygulama yapılmaya gidilmiştir. Veriler, bizzat araştırmacı tarafından yüz yüze toplanmıştır. Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylere ve velilerine çalışmanın amacını içeren bilgilendirilme yapılarak, bunun ardından ölçekler uygulanmıştır. Araştırma kapsamında katılımcıların kimliklerine ilişkin bilgiler istenmeyip, gizlilik ilkesine bağlı kalınmıştır. Ölçekler basit kalem kâğıt testleri olup, toplam 5-7 dk. içerisinde doldurulmaktadır.

3.3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilecek verilerin analizinde öncelikle betimsel istatistikler yapılmıştır. Devamında verilerin normal dağılıp dağılmadığı çarpıklık ve basıklık değerleri ile incelenmiştir (Tablo 1). Verilerin normal dağılması nedeniyle ikili karşılaştırmalar için bağımsız gruplar için t-testi çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü ANOVA testlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada, hata payı 0.05 olarak kabul edilmiştir.

Tablo 1 Katılımcıların SMB ve SAU ölçeği puanlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri

Değişken	Gruplar	N	SMB Ölçeği		SAU Ölçeği	
			Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık
Cinsiyet	Kadın	226	0.741	0.651	0.242	-0.063
	Erkek	292	0.465	-0.567	0.271	-0.621
Okul Türü	Devlet	484	0.584	-0.053	0.293	-0.433
	Özel	34	0.462	-0.591	0.762	0.616
Sınıf Düzeyi	9. Sınıf	86	0.462	-0.546	0.350	-0.695
	10. Sınıf	150	0.649	0.166	0.269	-0.454
	11. Sınıf	168	0.495	-0.384	0.322	-0.091
	12. sınıf	114	0.490	-0.238	0.145	-0.592
Spor geçmişi	1-3 yıl	356	0.681	0.117	0.245	-0.388
	4-6 yıl	95	0.417	-0.339	0.451	-0.040
	7 yıl ve üzeri	67	0.260	-0.528	0.108	-0.963
Haftalık Antrenman Süresi	1-2 gün	280	0.551	-0.322	0.465	-0.180
	3-4 gün	176	0.543	-0.176	0.242	-0.521
	5-7 gün	62	0.831	0.926	0.015	-0.551
Sosyal Medya Kullanma Durumu	Evet	500	0.596	-0.029	0.317	-0.353
	Hayır	18	0.730	-1.002	0.428	-0.097
Gizli hesap						
Yapılan spor türü						

BÖLÜM 4

BULGULAR

Bu bölümde, liselerde okul sporlarına katılan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya kullanımları incelenmiştir. Liselerde, okul sporlarına katılan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma (SAU) ölçeğinden ve sosyal medya bağımlılığı (SMB) ölçeğinden elde edilen puanların cinsiyete, okul türüne, yapılan spor branşına, haftalık antrenman süresine, sosyal medya hesabı olup olmamasına, hangi sosyal medya hesabı kullanıcısı olduğu ve gizli hesaba sahip olup olmama durumuna göre yapılan analizlerde elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 2 SAU ve SMB arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon analizi sonuçları

Değişken	Ahlaktan Uzaklaşma	
	r	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	0.419**	0.000

**P<0.01

Araştırmada katılımcıların ahlaktan uzaklaşma puanları ile sosyal medya bağımlılığı puanları arasındaki ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Katılımcıların Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanları ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasındaki orta düzeyde pozitif bir ilişki ($r=0.42$, $p<0.05$) mevcuttur.

Ahlaktan uzaklaşma ile Tiktok, Telegram, Facebook, Twitter platformları arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki vardır. Diğer değişkenlerle ise katılımcıların ahlaktan uzaklaşma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Tablo 3 Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Kadın	226	23.56	8.19	3.236	0.001*
	Erkek	292	26.15	9.63		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Kadın	226	20.50	6.97	-0.026	0.980
	Erkek	292	20.48	7.26		

Tablo 3’de öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının cinsiyet açısından farklılaşma durumunu belirlemek için bağımsız gruplar için t-testi analiz sonuçları verilmiştir. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin cinsiyetine göre

sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeği puanlarının erkek katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur ($t=3.236$; $p=0,001<0.05$). Ancak, sosyal medya bağımlılığı ölçeği puanlarının öğrenci cinsiyeti açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ($t=-.026$; $p=0,980>0.05$).

Tablo 4 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının okul türü değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Devlet	484	24.88	9.10	-1.370	0.171
	Özel	34	27.09	9.17		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Devlet	484	20.48	7.14	-0.086	0.931
	Özel	34	20.59	7.08		

Tablo 4’de öğrencilerin devlet ve özel okulda öğrenim görme durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin okul türüne göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t=-1,370$; $p=0,171>0.05$). Yine, araştırma bulguları devlet ve özel okulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğunu ortaya koymuştur ($t=-0.086$; $p=0,931>0.05$).

Tablo 5 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının takım ya da bireysel sporlarla uğraşma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	N	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Takım	410	25.83	9.11	4.014	0.000**
	Bireysel	108	21.94	8.45		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Takım	410	20.79	7.18	1.864	0.063
	Bireysel	108	19.35	6.85		

Tablo 5’de liselerde okul sporları yapan sporcu öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının takım sporu ve bireysel spor yapma durumlarına göre farklılaşma durumu incelenmiş ve anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($t = 4.014$; $p=0,000<0.05$). Takım sporu yapanların ahlaktan uzaklaşma ortalama puanının ($\bar{X}=25.83$), bireysel spor yapanların ortalama puanından ($\bar{X}=21.94$) daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuç, takım sporlarında sporda ahlaktan uzaklaşma eğiliminin bireysel sporlara göre daha fazla olduğunu göstermektedir. Ancak, takım ve bireysel spor yapma durumuna göre sporcu öğrencilerin sosyal

medya bağımlılığı puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t=1.864$; $p=0,063>0.05$).

Tablo 6 *Katılımcıların SAU ve SM ölçek puanlarının haftalık antrenman sayısı değişkenine göre ANOVA test sonuçları*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	F	p	Scheffe
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	1-2 gün	280	25,44	8,938	4,214	0,015	2<3
	3-4 gün	176	23,60	9,140			
	5-7 gün	62	27,16	9,332			
Sosyal Medya Bağımlılığı	1-2 gün	280	21,39	7,058	5,067	0,007	1<3
	3-4 gün	176	19,32	6,821			
	5-7 gün	62	19,69	7,808			

Tablo 6’te öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının haftalık antrenman sayısına göre farklılaşma durumu tek yönlü ANOVA analizi ile test edilmiştir. Bulgulara göre sporda ahlaktan uzaklaşma ($F=4.224$; $p=0,015<0.05$) ve sosyal medya bağımlılığı ortalama puanlarının ($F=5.067$; $p=0,007<0.05$) haftalık antrenman sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için post hoc yapılmıştır. Yapılan teste göre 5-7 gün antrenman yapan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının 3-4 gün antrenman yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yine öğrenciler 5-7 gün antrenman yapan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının 1-2 gün antrenman yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Yapılan analizde, gruplar arası farklılığın kaynağını bulmak için Scheffe Post-hoc yapılmıştır. Scheffe Testi ise varyansların eşit olması ve gruplardaki katılımcı sayısının eşit olmaması dolayısıyla tercih edilmiştir.

Tablo 7 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının sosyal medya kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	500	25.02	9.12	-0.016	0.987
	Hayır	18	25.06	9.00		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	500	20.60	7.06	1.919	0.056
	Hayır	18	17.33	8.40		

Tablo 7’ye göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden alınan ortalama puanların öğrencilerin sosyal medya kullanma durumuna göre farklılaşp

farklılaşmadığı incelenmiştir. Bulgulara göre sosyal medya kullanıp kullanmama durumuna göre hem sporda ahlaktan uzaklaşma ($t=-0.016$; $p=0,987>0.05$) hem sosyal medya bağımlılığı ($t=1.919$; $p=0,056>0.05$) ortalama puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 8 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Whatsapp kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	480	25,07	9,11		
	Hayır	38	24,37	9,23	0,459	0,647
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	480	20,61	7,05		
	Hayır	38	18,87	7,92	1,455	0,146

Tablo 8'e göre katılımcıların Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Whatsapp kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmıştır. Her iki ölçekte de Whatsapp kullanımı ile anlamlı bir fark bulunamamıştır. ($t=0,459$; $p=0,647>0,05$), ($t=1.455$; $p=0,146>0,05$). Bu, Whatsapp kullanımı ile sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir.

Tablo 9 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Instagram kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	459	25,09	9,22		
	Hayır	59	24,51	8,25	0,459	0,646
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	459	20,80	7,07		
	Hayır	59	18,05	7,16	2,807	0,005*

Tablo 9'da öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Instagram kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmıştır. Sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının Instagram kullanıp kullanmama durumuna göre farklılaşmadığı bulunurken ($t=0.459$; $p=0,646>0.05$); Instagram kullanıp kullanmama durumuna göre öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçek ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur ($t=2.807$; $p=0,005<0.05$). Instagram kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Tiktok kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	285	26,51	9,40	4,165	0,000*
	Hayır	233	23,21	8,41		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	285	22,15	7,17	6,092	0,000*
	Hayır	233	18,45	6,53		

Tablo 10’da öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Tiktok kullanma durumuna göre karşılaştırılmasını göstermektedir. Tiktok kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($t=4.165$; $p=0,000<0.05$). Tiktok kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Ayrıca Tiktok kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($t=6.092$; $p=0,000<0.05$). Bu da Tiktok kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösterir.

Tablo 11 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Telegram kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	173	26,93	9,29	3,412	0,001*
	Hayır	345	24,06	8,88		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	173	21,43	6,66	2,149	0,032*
	Hayır	345	20,01	7,32		

Tablo 11’de öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Telegram kullanma durumuna göre karşılaştırılmasını göstermektedir. Telegram kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($t=3.412$; $p=0,001<0.05$). Telegram kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Ayrıca, Telegram kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($t=2.149$; $p=0,032<0.05$). Bu da Telegram kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösterir.

Tablo 12 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Youtube kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	352	25,24	9,27	0,811	0,418
	Hayır	166	24,55	8,77		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	352	20,59	7,03	0,464	0,643
	Hayır	166	20,27	7,35		

Tablo 12’de öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Youtube kullanma durumuna göre karşılaştırılmasını göstermektedir. Youtube kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ($t=0.811$; $p=0,418>0.05$) ve sosyal medya bağımlılığı ölçek ($t=0.464$; $p=0,643>0.05$) ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Yani, Youtube kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılık puanları benzerdir.

Tablo 13 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Facebook kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	143	27,32	9,61	3,589	0,000*
	Hayır	375	24,14	8,77		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	143	23,03	7,52	5,147	0,000*
	Hayır	375	19,51	6,73		

Tablo 13’de öğrencilerin Facebook kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Facebook kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaştığı tespit edilmiştir ($t=3.589$; $p=0,000<0.05$). Facebook kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin Facebook kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaştığı belirlenmiştir ($t=5.147$; $p=0,000<0.05$). Facebook kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 14 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Snapchat kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	354	25,00	9,44	-0,068	0,946
	Hayır	164	25,06	8,34		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	354	20,50	6,98	0,063	0,950
	Hayır	164	20,46	7,45		

Tablo 14’de öğrencilerin Snapchat kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Snapchat kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t=-0.068$; $p=0,946>0.05$). Snapchat kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin Snapchat kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir ($t=0.063$; $p=0,950>0.05$). Snapchat kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, Snapchat kullanımının sporda ahlaktan uzaklaşma veya sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını gösterir.

Tablo 15 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Twitter kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{x}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	141	26,64	9,98	2,483	0,013*
	Hayır	377	24,42	8,70		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	141	22,08	4,84	3,134	0,002*
	Hayır	377	19,89	7,15		

Tablo 15’de öğrencilerin Twitter kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile bakılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin Twitter kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaştığı tespit edilmiştir ($t=2,483$; $p=0,013<0.05$). Twitter kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin Twitter kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaştığı belirlenmiştir ($t=3,134$; $p=0,002<0.05$). Twitter

kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 16 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının Bereal kullanma değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	22	25,41	8,03	0,204	0,839
	Hayır	496	25,00	9,16		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	22	21,45	6,53	0,651	0,516
	Hayır	496	20,44	7,16		

Tablo 16’da öğrencilerin Bereal kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Bereal kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t=0.204$; $p=0,839>0.05$). Bereal kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin Bereal kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir ($t=0.651$; $p=0,516>0.05$). Bereal kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, Bereal kullanımının sporda ahlaktan uzaklaşma veya sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını göstermektedir.

Tablo 17 *Katılımcıların SAU ve SMB ölçek puanlarının gizli hesap olma durumu değişkenine göre karşılaştırılması*

Ölçekler	Grup	n	\bar{X}	SS	t	p
Sporda Ahlaktan Uzaklaşma	Evet	255	25,62	8,67	1,483	0,139
	Hayır	263	24,44	9,50		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	255	20,86	6,71	1,183	0,237
	Hayır	263	20,12	7,51		

Tablo 17’de öğrencilerin gizli hesap kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin gizli hesap kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t=1.483$; $p=0,139$). Yani gizli hesap

kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin gizli hesap kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının da istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir ($t=1.183$; $p=0,237$). Gizli hesap kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur.



BÖLÜM 5

TARTIŞMA

Bu çalışmada, liselerde okul sporlarına katılan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular, belirli değişkenler açısından dikkate değer farklılıklar ve ilişkiler ortaya koymuştur. Bu bölümde, bulguların literatürle karşılaştırılması, sonuçların değerlendirilmesi ve çalışma ile ilgili genel yorumlar yapılacaktır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi liselerde spor yapan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=0.42$). Hayati ve ark. (2023) yaptıkları çalışmada teknolojik bağımlılıkların öğrencilerin okula bağlılıklarını ve akademik erteleme durumlarını etkileyebileceğini, lisanslı olarak spor yapan öğrencileri spor yapmayan öğrencilere göre daha az etkileyebileceği sonucuna varmıştır.

Bu tez çalışmasında, sosyal medya bağımlılığı ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasında pozitif bir ilişki ortaya çıkarken, Hayati ve ark. (2023) yaptıkları çalışmada lisanslı sporcuların teknolojik bağımlılıklarının okula bağlılıklarını ve akademik erteleme durumlarını daha az etkilediği görülmüştür.

Alt probleme ait tartışma: Liselerde, okul sporlarına katılan öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeğinden elde edilen puanları cinsiyete, okul türüne, yapılan spor branşına, haftalık antrenman süresine, sosyal medya hesabı olup olmaması, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabı kullanıcısı olduğu ve gizli hesaba sahip olup olmama durumuna göre değişmekte midir?

Yapılan analizler sonucu tablolardaki değişkenlerde anlamlı farklılık bulunma ve bulunmama durumlarına göre tartışılmıştır.

Tablo 2’de görüldüğü gibi bulgular, cinsiyetin sporda ahlaktan uzaklaşma üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere göre sporda ahlaktan daha fazla uzaklaştığı tespit edilmiştir. Bu durum, erkek öğrencilerin spor aktivitelerinde daha rekabetçi ve kazanma odaklı bir yaklaşım sergileyebileceklerini ve bu nedenle ahlaki sınırları daha sık ihlal edebileceklerini düşündürmektedir. Gürpınar (2015) da benzer şekilde erkek sporcuların ahlaki değerlerden uzaklaşma eğilimlerinin daha yüksek olduğunu vurgulamaktadır.

Takım sporları ile bireysel sporlar arasında sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimleri açısından farklılıklar bulunmuştur (Tablo 4). Takım sporlarına katılan öğrencilerin, bireysel spor yapan öğrencilere göre daha yüksek ahlaktan uzaklaşma puanlarına sahip olduğu tespit edilmiştir. Takım sporlarındaki rekabet ve grup dinamiklerinin, bireylerin ahlaki sınırları daha sık ihlal etmelerine neden olabileceği düşünülmektedir (Ateş, 2022).

Tablo 5'e göre ise haftalık antrenman süresi arttıkça, sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin de arttığı gözlemlenmiştir. Bu bulgu, yoğun antrenman programlarının öğrencilerin üzerindeki baskıyı artırarak ahlaki değerlere olan bağlılıklarını azaltabileceğini göstermektedir. Akandere ve arkadaşları (2009) ise ortaöğretim kurumlarında spora katılımın öğrencilerin ahlaki gelişimine olumlu etkilerini vurgulamaktadır. Gözlemlenen bu farkın iki çalışma arasında yaklaşık 15 yıl gibi uzun bir zaman diliminin olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Visek ve Watson (2005)'a göre "spora katılım düzeyi arttıkça ahlaki olmayan davranışlar meşrulaştırılabilmektedir". Genç sporcular genelde oyun ve kendini geliştirme odaklı spor yaparken, daha profesyonel olan sporcular daha çok kazanma odaklıdır. Genç ve spora yeni başlayan sporcular daha çok eğlence ve dürüstlüğü önemserken, profesyonel sporcular kazanma ve kaybetme durumlarına bağlı olarak finansal karşılıkları göz önünde bulundurmaktadır. Yani araştırma antrenman süresi ve yılı arttıkça sporda ahlaktan uzaklaşıldığı sonucunu desteklemektedir.

Kullanılan sosyal medya hesaplarının hangilerinin sporda ahlaktan uzaklaşmaya sebep olduğunu incelediğimizde, bazı sosyal medya platformlarının diğerlerine göre oldukça farklılaştığı gözlemlenmiştir. Örneğin Tablo 9'a göre öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanları, Tiktok kullanma durumuna göre karşılaştırılmıştır. Buna göre; Tiktok kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Tiktok kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Bunun sebebi Tiktok platformunun çok farklı içeriğe sahip olması ve anlık yenileme hızının çok yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Her yaştan her kullanıcının ilgisi dışında ya da yaşına uygun olmayan içeriğe maruz kalmasından dolayı kullanıcıya kötü örnek olabilecek içerikler ile karşılaşması, kullanan sporcunun sporda ahlaktan uzaklaşmasına sebep olabilir. Sosyal medya kullanımında hangi platformların sporcuları olumsuz yönde etkilediğine bakacak olursak, Tiktok'un yanı sıra Telegram, Facebook ve Twitter ön plana çıkmaktadır.

Yapılan tez çalışmasında Öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının, Telegram kullanma durumuna göre karşılaştırılması yapılmıştır. Telegram kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ortalama puanları arasında anlamlı bir

fark bulunmuştur (Tablo 10). Telegram kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Telegram uygulamasının herhangi bir filtre olmaksızın kullanılabilmesi ve sansürsüz içeriğe izin vermesinden kaynaklı sporcu öğrencilerin motivasyonlarını düşürebilecek veya psikolojik olarak olumsuz etkileyecek içerikle karşılaşma ihtimalleri epey yüksektir.

Öğrencilerin Facebook kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Facebook kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaştığı tespit edilmiştir (Tablo 12). Facebook kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Facebook uygulamasının bu farka sebep olmasındaki faktörler düşünüldüğünde, genel itibariyle sporcunun gelişimiyle alakalı olmayan dikkat dağıtıcı içeriklerin sporcuyla olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülmüştür.

Kullanıldığı takdirde sporcuyla ahlaktan uzaklaştırdığı tespit edilen bir diğer platform ise Twitter olarak dikkat çekmiştir. Öğrencilerin Twitter kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile bakılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin Twitter kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaştığı tespit edilmiştir. Twitter kullanan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 14). Twitter tıpkı Tiktok gibi anlık yenilemesi çok yüksek bir platformdur ve bu dikkat dağıtıcı olabilir. Ayrıca Telegram uygulamasında bahsettiğimiz sansürsüz içerik paylaşımının had safhada olduğu ve sansürün yetersiz kaldığı düşünüldüğünde sporcuyla birçok yönden olumsuz etkileyebilir.

Öte yandan anlamlı farklılık elde edilmeyen bulgulara bakıldığında değişkenlere baktığımızda, elde edilen bulgulara göre okul türü sporcunun ahlaktan uzaklaşmasını etkilemediği gözlemlenmiştir. Okul türü açısından, devlet okullarında ve özel okullarda okuyan öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Tablo 3). Kanbur (2021)'da yaptığı çalışmada; okul türünün öğrencilerin ahlaki gelişiminde belirleyici bir faktör olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Her ne kadar sosyo-ekonomik farklılıkların fark yaratacağı ön yargısı oluşsa da sonuçlar herhangi bir farkın oluşmadığı yönündedir. Bunun sebebi sporun yapıldığı yer, koşullar ve diğer değişkenlerden ziyade her iki okul türünde de sporcuların spora bakış açısından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeğinden alınan ortalama puanların öğrencilerin sosyal medya kullanma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir (Tablo 6). Bulgulara

göre sosyal medya kullanıp kullanmama durumuna göre sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Kullanılan sosyal medya platformlarının hangilerinin sporcuyu sporda ahlaktan uzaklaştırma açısından etkilemediğini ortaya çıkarmak istediğimiz bu tez çalışmasında, Whatsapp, Instagram, Youtube, Snapchat, Bereal ve sporcunun gizli hesap kullanıp kullanmamasının herhangi bir etkisi olmadığı gözlemlenmiştir. Katılımcıların Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının, Whatsapp kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmıştır. Elde edilen verilere göre Whatsapp kullanımı ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Tablo 7). Bu, Whatsapp kullanımı ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu bulgular eşliğinde öğrencilerin Whatsapp uygulamasını genel olarak sadece iletişim kurmak için kullandığı dolayısıyla sporcuya negatif bir etkisi olmadığı gözlemlenmiştir.

Diğer bir uygulama olan Instagram ele alındığında ise öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının, Instagram kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmıştır ve sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının Instagram kullanıp kullanmama durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 8). Bu sonuçta, Instagram kullanımı ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Sporcuların geneli Instagram'ı dikkat dağıtıcı unsur yerine yeri geldiğinde motivasyonlarını yükseltmek için bir araç ya da boş zamanlarında vakit geçirmek için kullandığı öngörülebilir.

Öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının, Youtube kullanma durumuna göre karşılaştırılması yapılmıştır (Tablo 11). Youtube kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı ölçek ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Youtube diğer platformlardan farklı olarak tek yönlü etkileşimin daha ön planda olduğu bir uygulamadır. Kullanıcılar bu platformu bilgi ve becerilerini geliştirmeye yönelik kullanabilir ve bu uygulama kesinlikle daha sıkı bir sansür prosedürüne sahiptir. Bu koşullar göze alındığında sporcuların negatif yönde etkilenmemesi daha anlamlı gelmektedir.

Diğer bir uygulamaya baktığımızda, öğrencilerin Snapchat kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçekleri puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Snapchat kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 13). Snapchat kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani,

Snapchat kullanımının sporda ahlaktan uzaklaşma üzerinde etkili olmadığını gösterir. Diğer uygulamalara göre farklılıklar içeren bu platform, içerik bakımından daha zayıf diye nitelendirilebilir. Tek seferlik görüntüleme ve genel olarak sadece yakın arkadaş grubunun içerikleri görebildiğin ve kısa sürede bütün içerikleri tüketebildiğin bir uygulama olmasından dolayı çok fazla vakit harcanmadığı yönünde bir çıkarım yapılabilir. Tiktok ve Twitter gibi anlık yenilemesi çok yüksek olan platformlar ile karşılaştırıldığında bu fark mantıklı bir zemine oturmaktadır. Benzer bir uygulama olan Bereal incelendiğinde ise yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Bereal kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 15). Bereal kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, Bereal kullanımının sporda ahlaktan uzaklaşma üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Etkili olmamasının sebebi Snapchat uygulamasındaki maddelerle paralellik gösterdiğine yönelik düşüncelerden ibarettir.

Öğrencilerin gizli hesap kullanma ve kullanmama durumları açısından Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir (Tablo 16). Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin gizli hesap kullanma durumuna göre Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Gizli hesap kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, gizli hesap kullanımının sporda ahlaktan uzaklaşma üzerinde etkili olmadığını göstermektedir.

Alt probleme ilişkin tartışma: Liselerde okul sporlarına katılan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden elde edilen puanları cinsiyete, okul türüne, yapılan spor branşına, haftalık antrenman süresine, sosyal medya hesabının olup olmaması, kullanıyorsa hangi sosyal medya hesabı kullanıcısı olduğu ve gizli hesaba sahip olup olmama durumuna göre değişmekte midir?

Yapılan analizler sonucu tablolardaki değişkenlerde anlamlı farklılık bulunma ve bulunmama durumlarına göre tartışılmıştır.

Öğrencilerin sportif uygulamaları ve kullanmış oldukları sosyal medya platformlarının Sosyal medya bağımlılıkları ile arasında bir bağlantı olup olmadığı araştırıldığında, elde edilen bulgular göz önüne alındığında, öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek puanlarının haftalık antrenman sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Post-hoc yapılmıştır (Tablo 5). Yapılan teste göre 5-7 gün antrenman yapan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı

puanlarının 1-2 gün antrenman yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan literatür çalışması sonucu bu iki değişkenle ilgili bize sağlıklı veri sunabilen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Daha yoğun bir antrenman temposuna sahip sporcuların sosyal medya bağımlılığının daha yüksek çıkması, yoğun çalışmalardan ötürü sporcunun sosyal aktivitelere daha az vakit ayırmak zoruna kaldığından sadece sosyal medya ile sosyallik ihtiyacını gidermeye çalışmasından kaynaklanabileceği düşünülmüştür.

Kullanılan sosyal medya platformunun sporcunun sosyal medya bağımlılığını etkilemesi yönünden ön plana çıkan uygulamalar vardır. Bunların başında Instagram, Tiktok, Telegram, Facebook ve Twitter gelir. Tek tek incelemesi yapılan bu uygulamaların sporcularda sosyal medya bağımlılığını arttırdığı gözlemlenmiştir. İlk olarak öğrencilerin en aktif şekilde kullandığı uygulama olan Instagram ele alındığında, bu uygulamayı kullanıp kullanmama durumuna göre öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçek ortalama puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur (Tablo 8). Instagram kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Instagram uygulaması sporcunun çevresinde olan insanların anlık olarak nerede ne yaptıklarını görebilmesine olanak sağlar. Etrafında neler olup bittiğini merak eden bir birey için ekranı yenileme arzusu ön plandadır. Bu durum bağımlılık olarak nitelendirilebilir. Ayrıca daha önce yaptığınız aramalar ve beğendiğiniz içerikler sizin kişisel verileriniz ve hareketleriniz göz önüne alınarak sizin sevebileceğiniz ve izleyebileceğiniz içerikler olarak tekrar karşınıza çıkar. Bu durumda birey hoş vakit geçirdiğini düşünürken kaybettiği zamanın farkında olamayabilir. Kırcaburun ve Griffiths (2018) yaptığı araştırmada gençlerde kişilik ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisini araştırmış ve Instagram'ın bağımlılık yarattığı sonucuna ulaşmıştır. Bireylerin kendini beğenmesine Instagram 'ın katkısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı durum Tiktok uygulaması için de geçerlidir. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Tiktok kullanma durumuna göre karşılaştırılması ele alındığında ise Tiktok kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu da Tiktok kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösterir (Tablo 9). Tıpkı Instagram gibi anlık yenilemesi çok yüksek olan bu uygulama, sporcunun vaktini doğru kullanmasına engel olabilir.

Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Telegram kullanma durumuna göre karşılaştırılmasını göstermektedir. Ayrıca, Telegram kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir (Tablo 10). Bu da Telegram kullanımı ile sosyal medya

bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösterir. Literatürde özellikle Telegram uygulaması ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki üzerine yapılmış bir çalışma olmadığından dolayı Telegram uygulamasının tam olarak hangi yönlerinin bağımlılığa yol açtığını açıklamak çok zor. Fakat sürekli bilgi akışının yoğun olduğu bir uygulama olduğundan dolayı sporunun kişisel hobileri veya yaptığı spor ile alakalı sürekli takipte olması ihtimali bu uygulamanın bağımlılık seviyesinde açıklanmasına olanak sağlar.

Katılımcıların Facebook kullanma ve kullanmama durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Öğrencilerin Facebook kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaştığı belirlenmiştir (Tablo 12). Facebook kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Facebook uygulaması insanlarla birebir iletişim ile beraber toplulukla da aktif bir şekilde etkileşim elde edilebilen bir uygulamadır. Bunun yanında uygulama içinde oyun oynama ve film izleme gibi seçenekler de vardır. Bütün bu değişkenler ele alındığında sporcu için mükemmel bir dikkat dağıtıcı unsur olması muhtemeldir ve bağımlılık için uygundur. Facebook kullanım özellikleri üzerinde yapılan bir araştırmada 994 Nijeryalı üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin Facebook'a ne girme sıklıkları araştırılmıştır. 43 Sonuçta; % 22,3'ü iki saat arayla, %22'si hergün ve %31'i doksan sekiz saat içinde kontrol ettiklerini belirtmişlerdir (Folaranmi, 2013).

Öte yandan, Twitter kullanma ve kullanmama durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile bakılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin Twitter kullanma durumuna göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Twitter kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 14). Birçok özelliği içerisinde barındıran bir uygulama olan Twitter, anlık yenileme, neredeyse sınırsız erişim ve sansür prosedürünün daha az olmasından dolayı kullanan sporcularda bağımlılık yapma olasılığının yüksek olduğu düşünülmektedir.

Yapılan tez çalışmasında, sosyal medya bağımlılığı ile arasında olumlu veya olumsuz bir ilişkinin olmadığı gözlemlenen değişkenlere bakıldığında öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 2). Yapılan literatür çalışmasında Yüksekşahin ve Öztoprak (2019), ergenler ve sosyal medya bağımlılığı üzerine yaptığı çalışmada kız ergenlerin sosyal medya bağımlılığı puan ortalamasının, erkek ergenlerin sosyal medya bağımlılığı puan ortalamasından daha yüksek olduğunu ortaya çıkarmıştır. İki çalışma arasındaki farkın coğrafi farktan ve

yapılan çalışmaların yapıldığı tarihler arasındaki zaman farkından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Öğrencilerin devlet ve özel okulda öğrenim görme durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir (Tablo 3). Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin okul türüne göre devlet ve özel okulda öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğunu ortaya koymuştur. Bir fark olmamasının sebebi sosyal medyaya artık her yaştan her kesimin kesintisiz bir şekilde erişiminin olduğu, bu yüzden okul türündeki farklılığın bir anlam ifade etmediği söylenebilir. Sosyal medya bağımlılığı her yaştan her mevkide çalışan insanlarda görülebilir. Karşıt bir araştırma sonucu da Folaranmi (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma da vakıf üniversitesinde okuyan öğrencilerin, devlet üniversitesinde okuyan öğrencilere göre bağımlılık seviyelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş grubu ilerledikçe ya da günümüze yaklaştıkça tercih edilen platformlar değişmiş olabilir.

Liselerde okul sporları yapan sporcu öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının takım sporu ve bireysel spor yapma durumlarına göre farklılaşma durumu incelenmiş ve takım ve bireysel spor yapma durumuna göre sporcu öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4). Sosyal medya bağımlılığı fazlasıyla kişisel bir problemdir. Yukarıda bahsedilen durum bu veri için de geçerlidir.

Öte yandan katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının, Whatsapp kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmış ve Whatsapp kullanımı ile anlamlı bir fark bulunamamıştır (Tablo 7). Bu, Whatsapp kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Uygulamalar ve sosyal medya bağımlılığı baz alındığında, bağımlılık ile arasında bir ilişki olmadığı gözlemlenen uygulamaların başında Whatsapp gelir. Youtube, Snapchat, Bereal ve gizli hesap kullanılıp kullanılmaması sosyal medya bağımlılığında etken bir faktör değildir. Whatsapp ele alındığında, sadece iletişim için kullanıldığı ve alternatifleri olduğu göz önünde bulundurulursa bağımlılık yapması söz konusu değildir. Youtube açısından bakıldığında öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 11). Daha çok kullanıcıların bilgi edinme veya boş vaktini değerlendirdiği bir izleme aracı olarak değerlendirildiğinde bağımlılık yapmadığı düşünülmektedir.

Öte yandan Snapchat kullanma ve kullanmama durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi

ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Snapchat kullanma durumuna göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir (Tablo 13). Snapchat kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, Snapchat kullanımının sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını gösterir. Veriler ışığında sporda ahlaktan uzaklaşmaya neden olmayan bu uygulama aynı sebeplerden ötürü sosyal medya bağımlılığına da yol açmamaktadır.

Diğer yandan öğrencilerin Bereal kullanma ve kullanmama durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir. Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin Bereal kullanma durumuna göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir (Tablo 15). Bereal kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Yani, Bereal kullanımının sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Bereal uygulaması da temelde Snapchat uygulamasına olan benzerliği sebebiyle ve yine aynı gerekçeler ele alındığında sosyal medya bağımlılığına yol açmadığı düşünülmektedir.

Son olarak öğrencilerin gizli hesap kullanma ve kullanmama durumları açısından Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçekleri puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi analizi ile incelenmiştir (Tablo 16). Yapılan t-testi analizi sonucunda öğrencilerin gizli hesap kullanma durumlarına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Gizli hesap kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Kullanan sporcuların ihtiyaç duyduğu özel alanı bu şekilde elde etmesinden kaynaklanan herhangi bir bağımlılık bulgusuna rastlanılmamıştır. Konuyla alakalı yapılan literatür araştırmasında benzer bir çalışma olmadığı tespit edilmiştir.

Genel itibarıyla sosyal medya bağımlılığı açısından, Instagram, Tiktok, Telegram, Facebook ve Twitter kullanıcılarının bağımlılık düzeylerinin diğer platformları kullananlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu platformların, kullanıcılarına sunduğu sürekli etkileşim ve içerik tüketimi, bağımlılık eğilimlerini artırabilmektedir (Almalı, 2019). Özellikle Tiktok'un kısa ve sürekli yenilenen içerikleri, kullanıcıların dikkatini sürekli olarak çekmekte ve bağımlılık oluşturma potansiyelini artırmaktadır. Can (2018), üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin sosyal medya kullanım süresine bağlı olarak değiştiğini belirtmektedir.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

1. Liselerde okul sporlarına katılan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiş olup orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=0.42$). Bu sonuç bize lisede okul sporlarına katılan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşmaya sosyal medya bağımlılığının etkisi olduğunu göstermiştir.
2. Araştırma bulguları, cinsiyetin sporda ahlaktan uzaklaşma üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere göre sporda ahlaktan daha fazla uzaklaştığı görülmüştür. Erkeklerin daha rekabetçi, daha geleneksel, daha agresif olduğu düşünülürse erkeklerin daha çok ahlaktan uzaklaşma eğiliminde oldukları görülmektedir.
3. Okul türü açısından ise, devlet okullarında ve özel okullarda okuyan öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu da gösteriyor ki, devlet okulunda okuyanla, özel okul okuyan lisanslı öğrenciler sporda ahlaktan uzaklaşma konusunda aynı gelişimden bahsedebiliriz.
4. Takım sporları ile bireysel sporlar arasında sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimleri açısından belirgin farklılıklar bulunmuştur. Takım sporlarına katılan öğrencilerin daha çok etkileşim içerisinde olduklarından, diğer takım arkadaşlarını da bahane gösterebilmelerinden dolayı bireysel spor yapan öğrencilere göre daha yüksek ahlaktan uzaklaşmaya sahip olduğu gözlemlenebilir.
5. Haftalık antrenman süresi arttıkça, sporda ahlaktan uzaklaşma eğilimlerinin de arttığı gözlemlenmiştir. Antrenman sayısı artışı sporcu gençler arasında samimiyeti artırabileceği, kişisel sınırların ihlal edilebileceği, tahammül sınırlarının zorlanması gibi sebeplerden dolayı, öğrencilerin üzerindeki baskıyı artırarak ahlaki değerlere olan bağlılıklarını azaltabileceğini düşünülmektedir.
6. Sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeğinden alınan ortalama puanların sosyal medya kullanıp kullanmama durumuna göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Sosyal medya kullanmanın sporda ahlaktan uzaklaşmaya olumsuz etkisi beklenirken herhangi bir etkisi olmadığıyla sonuçlanmıştır. Hâlbuki sosyal medyanın böyle bir etkisi olabileceği düşünülür.

7. Katılımcıların Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanlarının; Whatsapp, Instagram, You Tube, Snapchat, Bereal, Gizli hesap kullanma durumuna göre karşılaştırılmasına bakılmıştır. Anlamli fark bulunmamıştır. Elde edilen verilere göre bu platformları kullanan sporcu gençlerin maç ve antrenmanlara yansıyan olumsuz ahlaki durumlardan etkilenmediğini söyleyebiliriz. Bu platformların belki de daha özel içerikler için kullanılıyor olmasından kaynaklanmaktadır.
8. Öğrencilerin Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçek puanları, Tiktok, Telegram, Facebook, Twitter kullanma durumuna göre karşılaştırılmıştır. Buna göre; bu platformları kullanan ve kullanmayan öğrencilerin sporda ahlaktan uzaklaşma ortalama puanları arasında, kullananlar lehine anlamli bir fark bulunmuştur. Sonuca göre kullanılan bu platformların etkileşimlerinin daha yüksek olduğu olumlu ve olumsuz olayların daha çok yayıldığı platformlar olduğunu düşündürmüştür.
9. Yapılan çalışmada öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı ölçek puanlarının cinsiyet açısından anlamli düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır. Hem erkek hem de kadın sporcu öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin aynı olduğu gözlenmiştir.
10. Öğrencilerin devlet ve özel okulda öğrenim görme durumları açısından sosyal medya bağımlılık puanları arasında anlamli bir fark bulunmamıştır. Bu durum, sosyal medya kullanmak için gereken araçların tüm sosyoekonomik kademeler için erişilebilir olmasından kaynaklanabilir.
11. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek puanlarının haftalık 5-7 gün antrenman yapan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının 1-2 gün antrenman yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin birbirleriyle etkileşimleri arttıkça sosyal medya da etkileşimlerinin arttığı görülmüştür. Antrenmanda, maçta ya da okulda daha fazla zaman geçirip daha fazla birbirlerine anlatacak olaylar yaşamalarından olduğu düşünülmüştür.
12. Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek puanları, Whatsapp, You Tube, Snapchat, Bereal, Gizli hesap kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamli bir ilişki olmadığını göstermektedir. Bu platformların sosyal medya bağımlılığına etkisi olmaması; öğrencilerin bu hesapları özel görüşme, ders paylaşımı, bilgi aktarımı, müzik dinleme yani devamı heyecan içeren paylaşımların yapılmadığı içerikler için kullanıldığından olduğu düşünülüyor.
13. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek puanları, Instagram, Tiktok, Telegram, Facebook, Twitter (X) kullananların sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamli derecede yüksek olduğu

görülmektedir. Özellikle Instagram ve Tiktok un öğrenciler arasında popüler kullanıma sahip platformlar olduğu gözlemlenmiştir. İçerik üreticilerin her gün yeni içerik paylaşımları bu platformlara ilgiyi artırmaktadır. Telegram ve Twitter (X) ise öğrencilerin daha çok gündem takibi için kullandıkları düşünülmektedir. Bu platformlarda ki paylaşımların sürekli bir akış içerisinde olması gençlerin sosyal medya bağımlılığında etkin rol oynadığını düşündürmüştür.

6.2. Öneriler

1. Literatürde sporda ahlaktan uzaklaşma ve sosyal medya bağımlılığının birlikte kullanıldığı çalışmalara rastlanılmamıştır. Bu ölçeklerin birlikte kullanımıyla yapılan bu çalışma literatüre katkıda bulunabilir.
2. Araştırma sadece Mersin ilini ve ilçelerini kapsayan sınırlı bir örneklem grubuyla yapıldığından dolayı, çalışmanın daha büyük bir örneklem grubuyla yapılması çalışmanın hata payını düşürecektir.
3. Beden eğitimi öğretmenleri, antrenörler, okul idaresi ve diğer branş öğretmenleri tarafından öğrencilere fair play konusunda eğitim verilmesi, holiganizm ve sporda şiddet konularında bilgilendirme yapılmasıyla, sporcuların sosyal medyada maruz kaldığı bu olumsuz etkenlere karşı sempati duymasının önüne geçilebilir.
4. Okullarda ailelere ve sporcu gençlere sosyal medya okuryazarlığı eğitiminin verilmesi, bazı sosyal medya platformlarının muhtemel zararları hakkında bilinçlenmelerine olanak sağlayacaktır. Gerekliğinde bu zararlı sosyal medya platformlarının sınırlandırılmasına yönelik atılacak olan adımların, sporcuların negatif yönde etkilenmesinin önüne geçecektir.
5. Yapılan antrenman saati artışlarında sporcunun antrenman öncesi veya sonrasındaki zamanını verimsiz kullanabilme ihtimaline karşı veli, antrenör ve beden eğitimi öğretmeni arasındaki verimli iletişim, bu olumsuzlukların önüne geçecektir. Ayrıca antrenman sıklığının artmasıyla sporcu gençlerden beklentilerin arttığı baskısı yaratılmamalıdır.
6. Takım sporu yapan gençlerin sporda ahlaktan uzaklaşma ihtimali daha yüksek olduğu için, beden eğitimi öğretmenleri ve antrenörler'in antrenman ve müsabakalarda daha dikkatli davranmaları ve her sporcusuna kişisel çizelge oluşturarak sporcuların daha sağlıklı ortamda spor yapmalarını sağlayabilir.
7. Antrenör ve beden eğitimi öğretmenlerinin gerektiğinde sporcuları kendi branşlarında üstün başarılarla sahip ve örnek teşkil edecek sporcuları sosyal medyada takip etmeye

teşvik etmesi sporculara sosyal medyanın olumlu yanlarını yansıtabilir. Sporcu gençlerin, sportmenlik konusunda rol model alabilecekleri başarılı sporcular veya antrenörlerle iletişime geçilip etkileşimde bulunmaları sağlanmalıdır.

8. Sporcu gençlere, ahlaki değerlerin önemi ve sportmenlik içeren davranışların gerekliliği konusunda eğitim programları hazırlanmalı ve uygulanmalıdır. Bu eğitim programları, sporcuların ahlaki farkındalıklarını artırıcı ve etik değerlere uygun olarak teşvik etmeye yönelik olmalıdır.
9. Sporda ahlaktan uzaklaşma davranışlarının önlenmesi için uygun ceza ve ödüllendirme yöntemleri uygulanmalıdır. Sportmenlik davranışlarını sergileyen sporcular ödüllendirilmeli, ahlaktan uzaklaşıldığı düşünülen davranışlar cezalandırılmalıdır.
10. Beden eğitimi öğretmenleri ve antrenörler sporcu gençlere kazanma odaklı telkinler vermeyip daha süreç odaklı, eylemlerine teşvik edici ve sportmence yarışmaları konusunda yaklaşımları ve konuşmaları gerekir.

KAYNAKÇA

- Akandere, M. (2009). Orta öğretim kurumlarında spora katılımın çocuğun ahlaki gelişimine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 59-66.
- Akarşlan, G. (2022). *Dijitalleşmeyle değişen spor kültürünün yansımaları: Spor haberciliği ve e-spor gazeteciliği* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Akbuğa, T. (2018). *Ortaöğretimde okul takımlarında oynayan öğrencilerin ahlaki karar alma tutumlarının araştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Akça, H. (2018). *İstanbul ili Maltepe ilçesindeki ilkököl çağı çocuklarında ekran bağımlılığı eğiliminin nicel olarak incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Akçalar, S. Ö. (2007). *Ortopedik engellilerin sosyalleşmesine sporun etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Akıncı, M. A. (2022). *Takım sporu ve bireysel spor yapan elit sporcuların yürütücü işlevlerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi.
- Almalı, A. (2019). Bir toplumun ahlaksal metaforu olarak sosyal medya ve modern zamanda ahlakın evrimleşmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 1-9.
- Arşlan, H., Kuyulu, İ., Yıldız, Ö., & Beltekin, E. (2023). Lise öğrencilerinde spor yapmanın teknoloji bağımlılığı, okula bağlılık ve akademik erteleme üzerindeki rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 12(3), 408-416.
- Arkonaç, S.A. (1998). *Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi*. Alfa.
- Atalay, A. (2016). Türkiye’de üniversitelerde eğitim gören öğrenci-sporcuların ahlaki karar alma tutumları. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(31), 53-66. <https://doi.org/10.16992/ASOS.1331>
- Ateş, E. (2022). *Bireysel ve takım sporu yapan bireylerde zihinsel antrenmanın zihinsel dayanıklılığa etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Siirt Üniversitesi.
- Aybal Çom, N. (2021). *4-11 yaş çocuklarda ekran bağımlılığı eğiliminin incelenmesi ve ebeveynlerin ekran bağımlılığını önlemeye yönelik tutumlarının değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi
- Aydın, G. (1988). Çocuğun kişilik gelişiminde öğretmenin rolü. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, (129), 15-17.
- Ayhan, B., & Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1-30.
- Bal, E. (2014). *Teknoloji, gençlik ve mobil yaşam, gündelik yaşamda cep telefonu kullanım alışkanlıkları* (1. Baskı). Literatürk Yayınları
- Bandura, A. (1971). *Psychological modeling: Conflicting theories*. Aldine-Atherton Inc.
- Bandura, A., (1978). On Paradims and Recyled Ideologies. *Cognitive Theory and Research*, 2, 79-103.
- Bandura, A & Kupers, C.J. (1964). Transmission of Patterns of Self-Reinforcement Through Modeling. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 69, 1-9.
- Bandura, A. (1989). Social Cognitive Theory. IN: *Annals of Child Development*, 6, 1-60. Jai Press LTD

- Başer, E. (1998). *Uygulamalı spor psikolojisi*. Remzi Kitabevi.
- Bandura, A. (2002). Social Cognitive Theory in Cultural Context. *Applied Psychology: An International Review*, 51(2), 269-290.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitime uygulanışı. *Sakarya Üniversitesi*, 17, 198-210.
- Boardley, I.D., & Kavussanu, M. (2009). The influence of social variables and moral disengagement on prosocial and antisocial behaviours in field hockey and netball. *Journal of Sports Sciences*, 27, 843-854
- Böyükkelhan, E., Özdilek, Ç., Kaya, T., & Öztürk, Y. (2019). Bazı değişkenlere göre öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(4), 172-180. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.579557>
- Brown, K. M. (1999). *Social Cognitive Theory Overview*.
- Can, H. C. (2018). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Çağrı, M. (1981). *Ahlakımız*. Er-tu Matbaası.
- Çavuş, S., & Ayhan, B. (2016). *Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması*. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 267-285.
- Doğan, A. (2024). Sosyal Medya Bağımlılığı, Benlik Saygısı İlişkisinde Beden Memnuniyetinin Aracılık Rolü Analizi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 11(1), 135-13. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.1343524>.
- Deniz, M. E., & Uslu, M. (2021). *Tüm yönleriyle bağımlılık, sigara bağımlılığı*. Pegem Akademi.
- Doğan, U., & Karakuş, Y. (2016). Lise Öğrencilerinin Sosyal Ağ Siteleri Kullanımının Yordayıcısı Olarak Çok Boyutlu Yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 57-71.
- Dogar, Y., & Karaca, Y. (2019). *Spor seyircilerinin zorbalık davranışlarının incelenmesi* [Unpublished phd thesis]. Inonu University.
- Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior*, 61, 478-487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.038>
- Gürel, R., (2014). Sosyal pekiştiricilerin ve model davranışlarının, çocukların ahlaki yargılarının şekillenmesindeki etkisi (Bandura örneği). *Değerler Eğitimi Dergisi*, 12(28), 101-119
- Fındık, M. (2016). *Takım sporu yapanlarla bireysel spor yapanların sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Fiedler, R., Heidar, J., Birnkraut, T., & Kellmann, M. (2023). Digital media and mental health in adolescent athletes. *Psychology of sport and exercise*, 67(2), doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102421.
- Fişek, K. (1998). *Türkiye'de ve dünyada spor yönetimi*. Bağırhan Yayınevi.
- Folaranmi, A. O. (2013). A survey of facebook addiction level among selected Nigerian university undergraduates. *New Media and Mass Communication*, 10, 70-80.
- Garashlı, Z. (2020). *Takım sporu ile bireysel spor yapan sporcularda konuşma kaygısının psikolojik kırılma etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

- Gül, G. (2019). *Lise öğrencilerinin sosyal medya tutumları ile ahlaki olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Gürel, R. (2014). Sosyal pekiştireçlerin ve model davranışlarının, çocukların ahlaki yargılarının şekillenmesindeki etkisi (Bandura örneği). *Değerler Eğitimi Dergisi*, 101-119.
- Gürpınar, B. (2015). Sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeği kısa formunun Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 57-64.
- Hayati,A., Kuyulu,İ., Yıldız,Ö., & Beltekin, E. (2023). Lise öğrencilerinde spor yapmanın, teknoloji bağımlılığı, okula bağlılık ve akademik erteleme üzerindeki rolü. *The Online Journal Of Recreation And Sports*, 12(3), 408-416.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 57-66.
- Jan, M., Soomro, S. A., & Ahmad, N. (2017). Impact of Social Media on Self-Esteem. *European Scientific Journal, ESJ*, 13(23), 329. <https://doi.org/10.19044/esj.2017.v13n23p329>
- Kara, T. & Özgen, E. (2012). *Sosyal Medya/Akademi*. Beta Yayınları.
- Kanbur, H. (2021). *Kişisel ahlak ve kurum ahlakının muhasebecilerin ahlaki karar almalarındaki rolü* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi.
- Karakuş, M., & Tarhan, A. (2023). Yükseköğretim Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. *İletişim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 209-232. doi:10.59534/jcss.1300658.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi* (15. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Kat, H. (2009). *Bireysel sporcularla takım sporcularının stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Erciyes Üniversitesi.
- Kırcaburun, K. & Griffiths, M.D. (2018). Instagram addiction and the big five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, in press. <https://doi.org/10155620067201815>
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik psikolojisi* (4. bs.). Remzi Kitabevi.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem. *Sociometer Theory: Advances in Experimental Psychology*, 32, 1-62. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9)
- Mei, Z., Zhang, Y., Fan, Q., Luo, S., & Luo, S.(2024). The effects of mobile phone dependence on athletic performance and its mechanisms. *Frontiers in Psychology*, 15(5), 1391-1258.
- Mercin, L. (2005). Piaget ve Kohlberg'in ahlak (moral) gelişim kuramları. *D.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5, 73-86.
- Orhun, A. (1992). "Fair Play Okul Sporunda Bir Eğitim İlkesidir", *Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri "20-22 Kasım 1992"*. H.Ü. Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Yayın No:3.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö. & Ekşi, H. (2019). Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 629-662.
- Pehlivan, Z., & Konukman F. (2004). Fairplay kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. *SPORMETRE, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 49-53.

- Rutledge, K. (2000). *Social Learning Theory – Notes on Ormond's Psychology of Learning*.
- Sarıkoç, F. (2021). *Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları, benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Biruni Üniversitesi.
- Sarıkol, E. (2021). *Farklı branş sporcularının sporda ahlaktan uzaklaşmalarında antrenörlerin etik dışı davranışlarının etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kırıkkale Üniversitesi.
- Sarıkol, C., & Öçalan, M. (2022). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Spor, Sağlık ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 18–28.
- Selçuk, Z. (1995). *Eğitim psikolojisi*. Pegem Yayınları.
- Sözen, E. (2020). Toplumsal hareketlerin sosyal medya ile dönüşümü. *Bilişim Teknolojileri ve İletişim: Birey ve Toplum Güvenliği*, 47-54.
- Şeker, İ. & Uslu, T. (2020). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri, Saldırganlık ve Spor Ahlakı Düzeylerinin İncelenmesi: Harran Üniversitesi Örneği. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 172-189.
- Şirin, M. (2007). *Televizyon çocuk ve aile*. İz Yayıncılık.
- Turan, S. (2020). Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin sporda ahlaktan uzaklaşma durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 08-19.
- Törenli, N. (2005). *Bilişim Teknolojileri Temelinde Haber Medyasının Yeniden Biçimlenişi: Yeni Medya, Yeni İletişim Ortamı*. Bilim ve Sanat.
- Ulusoy, O. (2008). *Ergenlerde bilişim teknolojisi kullanımı ve saldırganlıkla ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi
- Uras, N. (2022). *Pandemi sürecinde okul öncesi dönemdeki çocukların teknoloji bağımlılığı ve ekran maruziyetinin davranışları üzerinde etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Uzun, Ö. & Yıldırım, V. U. (2016). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan ergenlerde sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve sosyal medya bağımlılığı, benlik saygısı ve algılanan sosyal destek ilişkisi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 3(2), 57-69.
- Visek, A. & Watson, J. (2005). Ice hockey players' legitimacy of aggression and professionalization of attitudes. *The Sport Psychologist*, 19, 178-192.
- Yapan, H. T. (1992). *Spor ahlakı-beden eğitimi dersinde ahlaki eğitim* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Marmara Üniversitesi.
- Yıldız, M. (2019). *Sporcularda sportmenlik yönelimi: Hedef bağlılığı ve sporda ahlaktan uzaklaşmanın rolü* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- Yıldız, S. M. (2009). Spor ve fiziksel etkinlik hizmetleri: Geniş bir sınıflama. *Balikesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(21), 75-90.
- Yüksek-sahin, F. & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 363-377.