



T.C
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Büşra KOCA

COVID-19 SÜRECİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, ÖZKONTROL-ÖZYÖNETİM VE MANEVİ KAYNAKLAR

Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023



T.C
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Büşra KOCA

COVID-19 SÜRECİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, ÖZKONTROL-ÖZYÖNETİM VE MANEVİ KAYNAKLAR

Danışman

Doç. Dr. Sema ERYÜCEL

Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2023

T.C.
Akdeniz Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Büşra KOCA' nın bu çalışması, jürimiz tarafından Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Prof. Dr. Sabri YILMAZ (İmza)

Üye (Danışman) : Doç Dr. Sema ERYÜCEL (İmza)

Üye : Doç Dr. Zeynep ÖZCAN (İmza)

Tez Başlığı: Covid-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı,
Özkontrol-Özyönetim ve Manevi Kaynaklar

Onay: Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi : 04/05/2023

Mezuniyet Tarihi : 01/06/2023

AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum "Covid-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Özkontrol-Özyönetim ve Manevi Kaynaklar " adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımda yazıldığını, yararlandığım tüm eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir, bunu şerefimle doğrularım.

(İmza)

Büşra KOCA





T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU BEYAN BELGESİ

Öğrenci Bilgileri	
Adı-Soyadı	Büşra KOCA
Öğrenci Numarası	20195263012
Anabilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Danışman Öğretim Üyesi Bilgileri	
Unvanı, Adı-Soyadı	Doç. Dr. Sema ERYÜCEL
Yüksek Lisans Tez Başlığı	Covid-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Özkontrol-Özyönetim ve Manevi Kaynaklar
Turnitin Bilgileri	
Ödev Numarası	2101421505
Rapor Tarihi	25.05.2023
Benzerlik Oranı	Alıntılar hariç: %15 Alıntılar dahil: %26
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,	
<p>Yukarıda bilgileri bulunan öğrenciye ait tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 117 sayfalık kısmına ilişkin olarak Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarında belirlenen filtrelemeler uygulanarak yukarıdaki detayları verilen ve ekte sunulan rapor alınmıştır.</p> <p>Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir:</p> <p>() Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylarım.</p> <p>() Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esaslarında öngörülen yüzdelik sınırlarının aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.</p>	
Gerekçe:	
Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlere uygun olarak tarafımca yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim.	
Danışman Öğretim Üyesi Unvanı, Adı-Soyadı	

İÇİNDEKİLER

TABLolar LİSTESİ.....	iv
KISALTMALAR LİSTESİ	vi
ÖZET.....	vii
SUMMARY.....	ix
TEŞEKKÜR.....	xi
ÖNSÖZ.....	xii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1.Koronavirüs (Covid-19) Salgını	4
1.2.Sosyal Medya Bağımlılığı	7
1.3.Özkontrol-Özyönetim.....	11
1.4.Manevi Kaynaklar	14

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM VE BULGULAR

2.1. Yöntem	18
2.1.1. Araştırmanın Modeli.....	18
2.1.2. Çalışma Grubu	18
2.1.3. Veri Toplama Araçları	19
2.1.3.1. Kişisel Bilgi Formu	19
2.1.3.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMBÖ).....	19
2.1.3.3. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği (KKÖ)	20
2.1.3.4. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ (The Self-Control and Self-Management Scale-SCMS).....	20
2.1.3.5. Manevi Kaynaklar Ölçeği (MKÖ)	21
2.1.4. Veri Toplama İşlemi	21
2.1.5. Verilerin Analizi	22
2.1.6. Çalışmanın Etiği	23
2.2.Bulgular	24

2.2.1. Üniversite Öğrencilerine İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler	24
2.2.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular	27
2.2.3. Bağımsız Değişkenlere Göre Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puan Ortalamalarındaki Farka İlişkin Bulgular	28
2.2.4. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular	51
2.3. Tartışma	56
2.3.1. Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol ve Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puan Ortalamalarındaki Farka İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	56
2.3.2. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol ve Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Değerlendirilmesi	76
SONUÇ VE ÖNERİLER	81
KAYNAKÇA.....	88
EKLER	104
EK-1: Kişisel Bilgi Formu.....	104
EK-2: Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	106
EK-3: Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni	107
EK-4: Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği	108
EK-5: Özkontrol-Özyönetim Ölçeği	109
EK-6: Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Kullanım İzni	110
EK-7: Manevi Kaynaklar Ölçeği.....	111
EK-8: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu	112
Ö Z G E Ç M İ Ş	113

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2. 1: Özkontrol-Özyönetim ölçeği-ÖKYÖ alt boyutlar ve ilgili maddeler	20
Tablo 2. 2: Manevi kaynaklar ölçeği alt boyutlar ve ilgili maddeler	21
Tablo 2. 3: Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler	24
Tablo 2. 4: Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler	25
Tablo 2. 5: Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler	26
Tablo 2. 6: Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden ve Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar	27
Tablo 2. 7: Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeğinden aldıkları puanlar	27
Tablo 2. 8: Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar.....	28
Tablo 2. 9: Katılımcıların cinsiyetine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları.	29
Tablo 2. 10: Katılımcıların yaşlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	30
Tablo 2. 11: Katılımcıların sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları.....	31
Tablo 2. 12: Katılımcıların sosyal medyayı kullanma yılına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	32
Tablo 2. 13: Katılımcıların sosyal medya sitelerinde günde harcadıkları zamana göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları	34
Tablo 2. 14: Katılımcıların Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranlarındaki farklılık durumlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları.....	36
Tablo 2. 15: Katılımcıların Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları	37

Tablo 2. 16: Katılımcıların akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	39
Tablo 2. 17: Katılımcıların sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	40
Tablo 2. 18: Katılımcıların çok yoğunken bile sosyal medya hesaplarını kontrol etme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	41
Tablo 2. 19: Katılımcıların internet kullanma becerilerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları.....	43
Tablo 2. 20: Katılımcıların internette dini içerikli video izleme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları.....	45
Tablo 2. 21: Katılımcıların Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları	46
Tablo 2. 22: Katılımcıların internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları	47
Tablo 2. 23: Katılımcıların sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları.....	49
Tablo 2. 24: Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği ortalama puanları arasındaki ilişkiye dair korelasyon analizi sonuçları	51

KISALTMALAR LİSTESİ

Bkz.	: Bakınız
Çev.	: Çeviren
Ed.	: Editör
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
KA.	: Kendini Ayarlama
KD.	: Kendini Değerlendirme
KKÖ.	: Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği
KP.	: Kendini Pekiştirme
MKÖ.	: Manevi Kaynaklar Ölçeği
ÖKYÖ.	: Özkontrol-Özyönetim Ölçeği
SMBÖ.	: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği
Vd.	: ve diğerleri

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre Covid-19 sürecindeki sosyal medya bağımlılık düzeylerini, özkontrol-özyönetim düzeylerini ve manevi kaynaklarını incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Çalışmada genel tarama modellerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın örneklemini yaşları 18-52 arasında olan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya, 355'i (%56.7) kadın, 271'i (%43.3) erkek olmak üzere toplam 626 katılımcının verileri dahil edilmiştir. Çalışmada Andreassen ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş olan ve Demirci (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Ahorsu vd. (2020) tarafından geliştirilmiş olan ve Bakioğlu vd. (2020) tarafından Türkçeye uyarlanan Koronavirüs(Covid-19) Korkusu Ölçeği, Mezo (2009) tarafından geliştirilmiş olan ve Ercoşkun (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Westbrook vd. (2018) tarafından geliştirilmiş olan ve Ekşi vd. (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan Manevi Kaynaklar Ölçeklerinin formları ile sosyo-demografik bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma verileri web tabanlı anket sistemi kullanılarak toplanmıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının yaşa, sosyal medya hesabı kullanma durumuna, çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna, internette dini içerikli video izleme durumuna, covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış durumuna, internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkularının cinsiyete, çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna, internette dini içerikli video izleme durumuna, Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeylerinin cinsiyete, yaşa, çok yoğunken bile sosyal medya hesaplarını kontrol etme durumuna, Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının yaşa, cinsiyete, sosyal medya hesabı kullanma durumuna, internette dini içerikli video izleme durumuna, internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve Covid-19 korkuları arasında düşük derecede, pozitif ve anlamlı bir ilişki, insancıl maneviyatları ile düşük derecede, pozitif ve anlamlı bir ilişki, kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeyleri ile düşük derecede, negatif anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Sosyal Medya Bağımlılığı, Özkontrol, Özyönetim, Manevi Kaynaklar



SUMMARY

SOCIAL MEDIA ADDICTION, SELF-CONTROL-SELF-MANAGEMENT AND SPIRITUAL RESOURCES IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE COVID-19 PROCESS

The aim of this research is to examine the social media addiction levels, self-control-self-management levels and spiritual resources of university students in the Covid-19 process according to some variables and to determine the relationship between them. The relational survey model, which is one of the general survey models, was used in the study. The sample of this study consists of university students aged between 18-52. The data of a total of 626 participants, 355 (56.7%) female and 271 (43.3%) male, were included in the study. In the study, Bergen Social Media Addiction Scale developed by Andreassen et al. (2016) and adapted to Turkish by Demirci (2019), Ahorsu et al. (2020) and Bakioğlu et al. (2020) Fear of Coronavirus (Covid-19) Scale, which was developed by Mezo (2009) and adapted into Turkish by Ercoşkun (2016), and Westbrook et al. (2018) and Ekşi et al. (2019) and the socio-demographic information form were used with the forms of the Spiritual Resources Scales adapted into Turkish. Research data were collected using a web-based survey system. Social media addictions of university students to age, using social media accounts, controlling social media even when it is very busy, watching videos with religious content on the internet, the increase in the rate of daily use of social media platforms during the covid-19 process, religious videos watched on the internet and online It has been determined that the programs differ according to their effect on the perception of religion. It has been determined that the covid-19 fears of university students differ according to gender, the status of controlling social media even when it is very busy, the status of watching videos with religious content on the internet, the increase in the rate of daily use of social media platforms during the covid-19 process. It has been determined that the self-control-self-management levels of university students differ according to gender, age, control of social media accounts even when they are very busy, and the increase in the rate of daily use of social media platforms during the covid-19 process. It has been determined that the spiritual resources of university students differ according to age, gender, use of social media accounts, watching videos with religious content on the internet, religious videos watched on the internet and online programs affecting the perception of religion. In addition, a low, positive and significant relationship was found between university students' social media addictions and fears of covid-19, a low positive and significant

relationship with their humanitarian spirituality, and a low negative significant relationship with self-adjustment and self-evaluation levels.

Keywords: Covid-19, Social Media Addiction, Self-control, Self-Management, Spiritual Resources



TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca akademik anlamda desteğini esirgemeyen, bilgisi ve tecrübesi ile bana ışık tutan, tez çalışmamın her aşamasında sabır ve anlayış ile yol gösteren çok değerli danışman hocam Doç. Dr. Sema ERYÜCEL' e teşekkür ederim. Tez savunma jürisinde yer alan, sabır ve titizlikle çalışmamızı değerlendiren değerli hocalarım Doç. Dr. Zeynep ÖZCAN ve Prof. Dr. Sabri YILMAZ' a teşekkür ederim.

Lisansüstü eğitim sürecine birlikte başladığımız, süreç boyunca karşılıklı bilgi paylaşımında bulunduğumuz ve çalışmam boyunca destek ve yardımlarıyla her daim yanımda olan değerli arkadaşım Atike Nur ÖLMEZ'e teşekkür ederim.

Bütün eğitim hayatım süresince maddi ve manevi desteklerini hiç esirgemeyen, tüm hayatım boyunca daima arkamda duran aileme ve kardeşlerime, ayrıca lisansüstü eğitimim sürecimde ve tez çalışmam boyunca benimle deneyimlerini paylaşan ve her daim destek olan ablam Esra KOCA' ya sonsuz teşekkür ederim.

BÜŞRA KOCA

ÖNSÖZ

Güntümüzde internet ve gelişen teknolojilerin beraber kullanılması ile insanlar çeşitli imkân ve fırsatlara sahip olabilmişlerdir. Özellikle akıllı cep telefonlarının daha fazla kullanılmaya başlanması ile internet kullanımını artış göstermiş ve dolayısıyla da internet günlük yaşam için çok daha önemli bir hale gelmiştir. İnternet kullanımındaki bu artışın beraberinde pek çok sorunu da getirdiği bilinmektedir. Bu sorunlardan bir tanesi de sosyal medya bağımlılığıdır. Yapılan araştırmalar kapsamında özellikle Covid-19 sürecinde hastalığın yayılmasını ve yayılma hızını kontrol altına almak amacıyla uygulanan bazı kısıtlamalar, kişilerin gündelik yaşamlarında büyük değişikliklere neden olmuştur. Bu değişikliklerle beraber kişiler boş vakitlerini değerlendirmek için interneti ve sosyal medya platformlarını daha fazla kullanmaya başlamıştır. Özellikle salgın döneminde internet ve sosyal medya platformlarını kullanma oranlarının hem dünya hem de ülke genelinde önemli derecede arttığı ve genel nüfus içerisinde de en fazla öğrencilerin internet ve sosyal medya platformlarını kullandığı söylenebilir. Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanım düzeyinin belirlenmesinde maneviyatın bağımlılıkla, bağımlılığının maneviyatla ve özkontrol-özyönetimin bağımlılıkla ilişkisinin olduğu literatür çalışmalarında yer almaktadır. Ayrıca manevi kaynaklar, özkontrol-özyönetimin birbiriyle dolaylı ve/veya dolaysız ilişkili olduğunu belirten literatür çalışmaları da vardır. Bu çalışmada da uygulanacak olan ölçek sorularıyla üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılık düzeyleri, manevi kaynakları ile özkontrol-özyönetim düzeyleri araştırmak ve Covid-19 sürecindeki değişiklikleri belirlemek amaçlanmıştır. Elde edilen veriler arasındaki ilişkiler üniversite öğrencisi olan katılımcılardan elde edilen güncel bulgularla açıklanmaya çalışılacaktır.

Çalışma giriş ve iki temel bölümden oluşmaktadır. Giriş bölümünde sırasıyla araştırmanın konusu, amacı, önemi ve problemleri açıklanmıştır. İlk bölümde araştırmanın literatür ve kavramsal çerçevesine yer verilmiştir. Çalışmanın konusunu oluşturan başlıklardan Covid-19 salgını, sosyal medya bağımlılığı, özkontrol-özyönetim ve manevi kaynaklar kavramları sırasıyla tanımlanarak, bu konuların manevi kaynaklar ile olan ilişkileri açıklanmıştır. İkinci bölümde araştırmanın yönteminde, elde edilen nicel bulgular paylaşılmış ve bu bulgular ile araştırmanın kapsamını oluşturan kavramlar literatür bağlamında tartışılmıştır.

Büşra KOCA

Antalya 2023

GİRİŞ

1.Araştırmanın Konusu

Günümüzde teknolojinin hızlı gelişimi ile internet kullanımı da hızlı bir şekilde artmaktadır (Kıran vd., 2020: 436). İnternetin kullanımının artmasıyla beraber sunmuş olduğu içerikler de hayatımızın vazgeçilmez unsurları olmaya başlamıştır. Bunlardan biri de sosyal medya olarak adlandırılan platformlardır (İnce vd., 2017: 747). Sosyal medya mecraları farklı bölgelerden ve farklı kişiler tarafından, yakın çevre ile iletişim kurmak, sosyalleşmek ve kendini ifade etmek amaçlarıyla kullanılmaktadır (2020: 436). Bunlarla beraber eğlenme ve hoş zaman geçirme amacıyla da kullanılmaya başlanmıştır. Günümüzde ise sosyal medya olarak adlandırılan bu platformlarda daha fazla zaman harcanmaya başlanmıştır (2017:747). Özellikle belirsizliğin çok fazla olduğu Covid-19 salgını döneminde bireyler, zamanlarının fazla bir kısmını evlerinde geçirmek zorunda kaldıkları için sosyal medyayı daha sık kullanır hale gelmiştir (Kovan vd., 2021:137).

Araştırma 626 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Bu katılımcılar üniversite düzeyinde öğrenim görmekte olan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın konusu ise üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusunun, sosyal medya bağımlılık düzeylerinin, özkontrol-özyönetim düzeylerinin ve manevi kaynaklarının sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Bu bağlamda toplanan veriler doğrultusunda bu kavramların literatürde yer alan tanımları, alt boyutları ve bulgularının birbirleri olan ilişkileri ve ayrıca manevi kaynaklar ile olan ilişkilerinin incelenmesi ve öneriler bağlamında tartışılması çalışmanın konusunu oluşturmaktadır.

2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre Covid-19 sürecindeki sosyal medya bağımlılık düzeylerini, özkontrol-özyönetim düzeylerini ve manevi kaynaklarını incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Bununla birlikte üniversite öğrencilerindeki sosyal medya bağımlılığı, özkontrol-özyönetim düzeyleri ve manevi kaynakların cinsiyet, yaş, okul türü gibi kategorik değişkenler açısından karşılaştırılması çalışmanın alt amaçlarındandır.

Literatürde üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelendiği çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalar üniversite öğrencilerindeki sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır.

Ancak sosyal medya bağımlılık düzeyini etkilediği düşünülen manevi kaynaklar ve özkontrol-özyönetim konularında doğrudan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bundan dolayı üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, özkontrol-özyönetim ve manevi kaynaklar değişkenlerinin incelenmesi ve elde edilen bulguların Türkçe literatüre katkı sağlaması bu çalışmanın amacını ve önemini oluşturmaktadır.

3. Araştırmanın Problemleri

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılıkları ve özkontrol-özyönetimlerinin manevi kaynaklar ile ilişkisinin olup olmadığı sorusu araştırmanın temel problemidir. Bu bağlamda araştırmanın problem cümlesini “Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılıkları ve özkontrol-özyönetimlerinin manevi kaynaklar ile ilişkisi nedir?” sorusu oluşturmaktadır. Araştırmanın amacı kapsamında şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıkları ile Manevi Kaynakları arasında anlamlı olarak bir ilişki var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıkları ile Covid-19 Korkuları arasında anlamlı olarak bir ilişki var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıkları ile Özkontrol-Özyönetimleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin Manevi Kaynakları ile Covid-19 Korkuları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin Manevi Kaynakları ile Özkontrol-Özyönetim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin Covid-19 Korkuları işle Özkontrol-Özyönetim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin Covid-19 Korkuları, Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyleri, Özkontrol-Özyönetim Düzeyleri ve Manevi Kaynakları;
 - a) Yaşa göre farklılaşmakta mıdır?
 - b) Cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
 - c) Sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
 - d) Sosyal medyayı kullanma yılına göre farklılaşmakta mıdır?
 - e) Sosyal medya sitelerinde günde harcanan zaman göre farklılaşmakta mıdır?
 - f) Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma durumundaki farklılık durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

- g) Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- h) Akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- i) Sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- j) Çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- k) İnternet kullanma becerilerine göre farklılaşmakta mıdır?
- l) İnternette dini içerikli video izleme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- m) Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- n) İnternette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- o) Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

4. Varsayımlar

Araştırmanın varsayımları aşağıdaki gibidir:

- Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin veri toplama sürecinde soruları samimiyetle ve objektif olarak cevap verdikleri varsayılmıştır.
- Yararlanılan kişisel bilgi formu ve ölçeklerin, uygulanan yöntemin ve çalışma grubu büyüklüğünün araştırmanın amacına ulaşmak için uygun olduğu varsayılmıştır.

5. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

- Araştırmanın çalışma grubu, 2021-2022 güz döneminde araştırmaya gönüllü olarak katılan üniversite öğrencileri ile sınırlıdır. Araştırma sonuçları yalnızca araştırmanın çalışma grubuyla sınırlıdır; tüm üniversite öğrencilerine genellenemez.
- Bu çalışma katılımcıların sosyal medya bağımlılığı, koronavirüs korkusu, özkontrol-özyönetim ve manevi kaynaklar ölçeklerine verdikleri cevaplarla ve bireysel görüşleriyle sınırlıdır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1.Koronavirüs (Covid-19) Salgını

Koronavirüs (Covid-19) ilk olarak 2019 Aralığında Çin'in Hubei Eyaleti'ndeki Wuhan kentinde kaynağı belirlenemeyen bir salgın olarak bildirilmiştir. Bu salgının sebep olduğu çok sayıdaki ölümlerden dolayı Dünya Sağlık Örgütü' 12 Mart 2020'de bir pandemi ilan etmiştir. Bugüne kadar, dünya bu salgında kaybedilen insan hayatı, ekonomik yansımalar ve artan yoksulluk açısından çok fazla bedel ödemiştir (Ciotti vd., 2020: 365). Ülkemizde ise ilk Covid-19 vakasına 11 Mart 2020'de rastlanılmıştır. Hastalığın yaygın olan belirtileri solunum yetmezliği, yüksek ateş, öksürük ve nefes darlığı problemleridir. Baş, boğaz, kas ve eklem ağrıları, burun akıntısı, aşırı halsizlik, ishal ile koku ve tat alma kayıpları da belirtiler arasındadır (T.C. Sağlık Bakanlığı, <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/covid-19-nedir-.html>, Erişim tarihi: 29.11.2022). Covid-19' un vaka tespiti yapılırken ilk belirtisi ise zatürre olmuştur (Velavan ve Meyer, 2020: 278).

Hastalığın seyrinden dolayı tüm dünyada alınan önlemler ve kısıtlamalar gibi Türkiye'de de birtakım önlemler alınmıştır. 20 yaş altı ve 65 yaş üzeri bireyler için sokağa çıkma kısıtlamaları, okulların tatil edilmesi ve bazı kurum ve kuruluşlardaki çalışanların dönüşümlü olarak çalışmalarına devam etmesi veya tamamen çalışmalarını durdurması gibi önlemler buna örnek olarak verilebilir (Altundağ, 2021: 500).

Koronavirüs salgını kişilerin hayatında pek çok belirsizlik durumu ve değişiklikler ortaya çıkarmakla beraber bu belirsizlikler ve değişimler kişi üzerinde olumsuz etkilere neden olarak kaygıyı ortaya çıkarmaktadır. Kişilerin üzerinde psikolojik baskıya sebep olan bu kaygı durumu ise psikolojik dayanıklılıkları üzerinde olumsuz etkilere neden olmaktadır (Kasapoğlu, 2020: 608).

Koronavirüsün etkilerinden dolayı İnsanların birçoğunda ortaya çıkan kaygı durumlarının yanında uzun zamanlı olarak hastalığın bireysel ve toplu etkileri ile başa etme konusunda artan bir korku vardır. İnsanlar genellikle yaşanan belirsizlik durumu, enfeksiyon korkusu ve üzüntüden rahatsızdır. Covid-19'a yakalanmak, hastalığa yakalandıktan sonra sağlık sorunları yaşamak ve bu hastalığı başka insanlara da bulaştırmak gibi endişelerden dolayı yüksek düzeyde korku yaşamaktadırlar (Peteet, 2020; Gündoğan: 2021). Covid-19 korkusu insanların ruh sağlığını da etkilemektedir. Çünkü insanlar hastalıkla ilgili endişelere kapılmış

ve ayrıca evde daha uzun süre kapalı kalmak zorunda kalmışlardır. Örneğin, Malezya'da sosyal mesafe uygulandığında, birçok yetişkin kendilerini yalnız hissetmiş ve birçok sosyal medya bilgisinden de etkilenmişlerdir (Fardin, 2020). Ahorsu ve arkadaşları (2020) tarafından geliştirilen Koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği de bütün dünyayı olumsuz olarak etkilemiş olan bu Koronavirüs (Covid-19) sürecinde, kişilerin hastalığın bulaşma riskinden dolayı hissettikleri bu korku duygusunun düzeyini belirleyebilmek üzere geliştirilmiştir.

Koronavirüs hastalığı pandemiyle ilişkili korku ve maneviyat nedeniyle başta ruh sağlığı olmak üzere bireylerin hayatlarının tüm yönleri üzerinde etkilidir. COVID-19 için birçok baş etme tekniği ve prosedürü geliştirilmiş olsa da geçmiş araştırmalar manevi değerlerinin insanların refahını iyileştirdiğini kanıtlamıştır (Rathakrishnan vd., 2022). Maneviyat, insanların yaşamı tehdit eden durumlarını yönetmek için bir strateji olarak hizmet eder (Panzini vd., 2007). Bireylerin belirsizlik yaşadığı koronavirüs salgını döneminde manevi kaynaklarını kullanarak psikolojik dayanıklılıklarını koruyabilecekleri, bu belirsizlik durumunun ortaya çıkardığı stresle ve endişe ile daha kolay başa çıkabilecekleri, artan kaygı ve korku düzeylerini de azaltabilecekleri söylenebilir (Kasapoğlu, 2020: 608). Covid-19 salgını sırasında maneviyatın, zihinsel rahatlama yaratmanın uygun yöntemlerinden biri olabileceği, insanların endişe ve stres içinde yaşadığı mevcut küresel durumda maneviyatın insanların ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkilerinin olduğu ortaya koyulmuştur. Özellikle kriz ve akut hastalık zamanlarında, insanlarda ruh sağlığını iyileştirmek ve maneviyatlarını artırmak için sanal ibadetlerin etkili olduğu belirtilmektedir (Fardin, 2020).

Manevi değerlerin, insanların korku ve akıl sağlığı sorunuyla başa çıkmalarına yardımcı olabileceği, insanların sosyal mesafeyi deneyimleyerek daha az sosyal bağlantıya sahip olsalar bile manevi olarak inanç ve umut sahibi olabilecekleri ve bu maneviyatın onların hastalık korkusunu azaltacağı belirtilmektedir. Maneviyatın bireyleri korku ve ruh sağlığı ile olan ilişkilerinde daha güçlü kıldığı ortaya koyulmuştur (Bonelli vd., 2012). Çünkü maneviyat bireylerin yaşamdaki aksaklıklarla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olmakta ve hayata daha olumlu bakmalarını sağlamaktadır (Fardin, 2020).

Covid-19 hastalığı ve maneviyatın araştırıldığı çalışmaların sonuçlarına göre kendilerini dindar olarak tanımlayan veya tanımlamayan hastalarının çoğunluğunun manevi kaygılar yaşadıklarını göstermiştir (Alcorn vd., 2010). Tanrı ile barışık olmanın ölümle karşı karşıya kalan hastalar için en yüksek motivasyonları arasında olduğu ve sağlık ekipleri tarafından sağlanan manevi bakımın, kişiler için daha iyi yaşam kalitesine neden olduğu ortaya konulmuştur (Steinhauser vd., 2000:2476; Balboni vd., 2010).

Yapılmış olan bir başka çalışmanın sonuçlarına göre kaydedilen her yeni koronavirüs vakasıyla birlikte, Google'da 'dua' terimi aramalarında bir artış olduğu aynı şekilde Muhammed, Allah ve Tanrı anahtar kelimelerinin aranmasında da muazzam bir artış olduğu, kısacası Dindarlığın/maneviyatın Covid-19 hastalığı ile baş etmede önemli bir etken olduğu ortaya konulmuştur (Olonade vd., 2021)

Covid-19 ile ilgili yapılmış diğer çalışmalara bakıldığında, pandemi sürecinde yetişkin bireyler ile yapılmış olan bir araştırmada katılımcıların kaygı düzeyleri, maneviyatları, psikolojik dayanıklılıkları ve belirsizliğe karşı tahammülsüz olma durumları incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre maneviyat ile kaygı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve Covid-19 pandemisinde kişilerin maneviyatları kuvvetli olduğu zaman psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de yüksek olduğu ve belirsizliğe katlanabilme düzeylerinin arttığı bu nedenle de kaygı düzeylerinin azalacağı tespit edilmiştir (Kasapoğlu, 2020: 608).

Covid-19 pandemisinde sağlık çalışanlarının dini baş etme ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmiş olduğu çalışmada pozitif dini baş etme yöntemlerini kullanma ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı derecede bir ilişkinin olduğu ortaya konulmuştur (Angın, 2021).

Covid-19 salgını sürecinde bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelendiği, 18 yaş üstü bireylerle yapılmış olan çalışmada din ve maneviyatın psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu, din ve maneviyatın bireyler için zor zamanlarında bir destek ve güç kaynağı olduğu ifade edilmiştir (Kımtır, 2020: 596).

Covid-19 hastalığına yakalanan kişiler üzerinde yapılmış olan nitel bir çalışmadan elde edilen sonuçlara göre salgın sürecinde insanlarda dine bir yönelim olduğu görülmüş ve Covid-19 hastalığına yakalanan bireylerin salgın nedeniyle yaşamış oldukları psikolojik sorunlarla baş edebilmek için dua, namaz, Kur'an ve meal okuma gibi dinî ibadetlere daha fazla önem verdikleri tespit edilmiştir (Kalgı, 2021: 147).

Salgın sürecinde çok fazla zorlukla mücadele eden ve normalden daha fazla ölüm vakaları işe karşılaşmış olan sağlık çalışanları ile yapılmış nitel bir çalışmada bireylerin salgına dair düşüncelerinde, yaşamış oldukları zorluklar ile baş etme yöntemlerine, mesleğe devam etme konusundaki düşüncelerinde ve ölümlle ilgili olan düşüncelerinde dinin ve uygulanan dini ibadetlerin etkin bir rol aldığı ifade edilmiştir (Karagöz, 2022: 611).

Üniversite öğrencileri üzerinde uygulanmış olan bir başka çalışmada Covid-19 salgınının katılımcıların inançlarını, tahmin ve düşüncelerini etkilediği görülmüştür. Covid-19

salgını sürecinde kişilerin bireysel olarak yapmış oldukları dini ibadetlerinde, dini hassasiyetlerinde, hastalığa karşı olan korunma ve iyileşme inançlarında fazlaca bir artış olduğu ortaya konulmuştur (Bulut ve Koç, 2022:303).

Literatürde yer alan koronavirüs korkusunu ele alan araştırmaların genelinde Covid-19 hastalığı ve beraberinde getirmiş olduğu pandemi sürecinin bireyin hayatında birçok belirsizlik durumu ortaya çıkardığı aynı zaman da pek çok değişikliğe de neden olduğu görülmektedir. Kişiler hayatlarında oluşan bu değişiklikler ve belirsizlikler nedeniyle psikolojik olarak yüksek düzeyde kaygı ve korku yaşamaktadır. Hastalığın getirmiş olduğu bu zorluklar karşısında manevi kaynaklar kişiler için bir baş etme ve güç kaynağı olduğu düşünülmektedir.

1.2.Sosyal Medya Bağımlılığı

İnternet kullanımı teknolojinin gelişmesi ile daha fazla yaygınlaşmıştır. Kişiler arasındaki iletişimi, etkileşimi ve erişilebilirliği kolaylaştırması, bilgiyi daha hızlı daha güncel ve daha kolay olarak sunması, kullanıcılara içerik oluşturabilme gibi pek çok olanak vermesi gibi önemli özellikleri ile günümüzde kişilerin yaşamını kolaylaştırmış ve yaygın kullanılan teknolojilerinden biri haline gelmiştir. Dünyada ve ülkemiz genelinde internet sistemlerini gelişmesi, kullanımının yaygınlaşması ve artması, internetin artık hayatımızda daha fazla yer aldığını ve almaya da devam edeceğini göstermektedir (İnce ve Koçak, 2017:737,747; Aydın, 2016: 382).

İnternet kullanımının giderek artması ile bilgisayarlar, akıllı telefonlar ve başka iletişim cihazları hızlanmış ve gelişmiş bu sayede de bireyler birbirlerine istedikleri zamanda ve istedikleri yerde ulaşabilir olmuşlardır. Bu kullanımlardaki artışla beraber bireylerin birbirleri ile iletişim kurma ve sosyalleşme şekilleri de farklılaşmıştır. Bu değişim ve artışın beraberinde sosyal medya kullanımı da artmış ve çeşitli sosyal medya platformları farklı bireyler tarafından iletişim ve etkileşim kurma ve kendini ifade edebilmek amaçlarıyla kullanılmaya başlanmıştır (Kıran vd., 2020: 436).

Sosyal medya "bireylerin mevcut ilişkilerini sürdürmeleri, yeni ilişkiler kurmaları, kendi içeriklerini oluşturmaları ve paylaşmaları ve bir dereceye kadar kendi sosyal ağlarını başkaları tarafından gözlemlenebilir hale getirmeleri için çeşitli yollar sunan bir platformdur" (Treem vd., 2016: 770). Kaplan ve Haenlein (2010: 61)'e göre ise sosyal medya "İnternet hizmetlerinin teknolojik temelleri üzerine kurulan ve kullanıcılar tarafından bazı içeriklerin oluşturulabilmesine imkân sağlayan internet tabanlı birtakım uygulamalar" olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal medya platformları kişilere duygu ve düşüncelerini daha rahat bir şekilde paylaşabilecekleri daha geniş bir alan ve imkân sağlamaktadır. Bununla beraber sosyal medya platformlarını kişiler için güncel haberler hakkında bilgi alabilecekleri, yakın çevresi ile iletişim kurabilecekleri ve boş vakitlerini daha eğlenceli ve keyifli bir şekilde geçirebilecekleri oyun, film, alışveriş vb. gibi çeşitli aktiviteler açısından geniş imkanlar sunmaktadır (Baz, 2018). Fakat kişilerin herhangi bir konu, olay ya da nesneye gerektiğinden daha fazla vakit ayırması, diğer kişilerle olan iletişimine ve günlük yaşamına fazlaca etkisi olması, o konu ya da nesneye karşı bağıllık göstermesi bir tür bağıllık olarak kabul edilebilir. Bundan dolayı internet ve sosyal medyanın bu şekilde gereğinden fazla kullanılması da bir tür bağıllık olarak nitelendirilebilir (Aktan, 2018:407).

İnternet bağıllığı geniş çapta kabul görmüş ve dikkat çekmiş olsa da henüz açıkça bir tanımı yapılamamıştır. Bazıları tanımlamaya çalışmış, bazıları da "yaşamdaki eylemleri üzerindeki kontrolünü kaybeden ve genel olarak haftada 38 saatten fazla vaktini çevrimiçi geçirenler" gibi belirli kriterler kullanarak bazı kişileri internet bağıllığına sahip olarak kabul etmiştir (Liu ve Kuo, 2007:801). Genel olarak internet bağıllığı, İnternet kullanımının zorunlu hale geldiği durumdur. Kullanıcı, psikolojik iyilik hali için internete bağıllık geliştirmeye başlar ve kullanıcının internetten mahrum kaldığında hoş olmayan duygular yaşadığını söyler. Bu da kullanıcının günlük yaşamlarını geçirebilmeleri için internete ihtiyaç duyduklarını hissettiği bir durum meydana getirir (Longstreet ve Brooks, 2017:74).

Sosyal medya bağıllığı ise sosyal ağlarla ilgili olan internet bağıllığının bir grubudur. Bu türden olan bir bağıllık, güncel ortamda internet teknolojilerinin her an ve her yerde bulunması ve kullanılması ile yaygın hale gelmiştir. İnternetin kullanılması da en çok sosyal medya alanında olmaktadır (Chen ve Kim,20013; Baz,2018). Sosyal medya bağıllığı genel olarak üç ana niteliği kapsar: sosyal medya hakkında aşırı endişe duymak, sosyal medyayı kullanmak için kuvvetli bir motivasyona sahip olmak ve sosyal medyada sosyal aktiviteler, iş, okul, ilişkiler gibi yaşamın diğer yönlerini bozacak kadar çok zaman harcamak (Andreassen ve Pallesen, 2014). Sonuç olarak sosyal medyanın bağıllığına neden olan tarafı günün belirli bir zamanında değil de her anda ve her yerde bulunma ve kullanılma özelliğine sahip olmasıdır (Babacan, 2016:19).

Günümüzde sosyal medya bireylerin psikolojik ve duygusal olarak ihtiyaçlarını karşılayabildikleri, kendini daha bireysel ve daha özgür olarak ifade edebildikleri geleneksel iletişim ve medya türlerinden çok daha geniş imkanlar sunan yeni bir platform haline gelmiştir. Birey ve toplum açısından sosyal medyanın bir tür alışkanlık haline gelmesinden dolayı

toplumsal açıdan kullanımı giderek yaygınlaşarak devam etmektedir. Bireyin ve dolayısıyla da toplumun yaşamında kendine yeni bir yer edinen bu yeni platformlar ve bu platformların sebep olmuş olduğu sosyal medya bağımlılığı hem bireysel hem de toplumsal alanda yeni bir sorun haline gelmiştir. Bireylerin sosyalleşmek adı altında gerçek hayattan ve ilişkilerden giderek koparak sanal ortamda yeni bir kişilik geliştirmeleri onları giderek sosyalleşmekten ve gerçek hayattan uzaklaştırmıştır (Baz, 2016: 18; Cheng vd., 2021; Babacan vd., 2011: 74).

Sosyal medyayı eğitim, iletişim ve eğlence gibi amaçlar ile en aktif kullanan kitleyi gençler oluşturmaktadır (2018; Aydan, 2018: 367). Sosyal medyanın gençlerin yaşamında fazlaca yer alıyor olması ve aşırı kullanımı ise gençlerin fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimleri üzerinde olumsuz etkilere sebep olabilmektedir. Bu durum da sosyal medya bağımlılığı ve yaygınlığı hakkındaki araştırmalar için önemli olmaktadır. (Demir ve Kumcağız, 2019: 26). Sonuç olarak toplumsal alanda oluşmuş olan internet ve sosyal medya bağımlılığı kültürün her ögesiyle ilişkili olarak küresel bir endişe sorunu olarak ortaya çıkmıştır ve dünyanın dört bir yanındaki araştırmacılar, sorunun ne kadar yaygın olduğunu araştırmak için çalışmalar yürütmektedir. Literatürde bildirilen sosyal medya bağımlılığı ile ilgili araştırmalar genellikle internet bağımlılığıyla beraber ele alınmıştır ve yaygınlık oranları ise önemli ölçüde değişkenlik göstermektedir (Cheng vd.,2021; Özdemir, 2019: 93; Oyman, 2016:127).

Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılmış olan çalışmalarda şu sonuçlara ulaşılmıştır: Üniversite öğrencilerine uygulanmış olan bir çalışmada katılımcıların tamamının kendisini internet kullanıma konusunda çok iyi bulduğu ve gençler arasında internet ve sosyal medyanın daha çok bilgi edinme ve iletişim kurma gibi sebeplerle çok sık kullanıldığı ve internet ve sosyal medyaya karşı aşırı bir ilginin olduğu ortaya koyulmuştur (Aydın, 2016: 376)

Sosyal medya platformları bireyler için haber takibi, bilgi paylaşımı, iletişim, eğitim, eğlence, alışveriş, yeni arkadaşlıklar kurma, boş zamanlarını değerlendirme gibi pek çok farklı kullanım alanı sunmaktadır. Özellikle belirsizliğin fazla olduğu Covid-19 salgını süreci zamanlarının çoğunu evlerinde geçiren bireyler için sosyal medya platformlarını daha sık kullanma ihtiyacını ortaya çıkarmıştır (Baz, 2018; Kovan ve Ormancı, 2021: 137).

Covid-19 döneminde üniversite öğrencilerinin yaşamış oldukları depresyonun sosyal medya bağımlılıklarına olan etkisinin incelendiği bir çalışmada, öğrencilerin Covid-19 sürecinde yaşamış oldukları depresyon ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Bu sonuca göre pandemi zamanında fiziksel mesafe ve temas dikkat etmek için konulan birtakım kısıtlamalar bireylerin birbirleri ile iletişim kurma ve sosyalleşmelerini engellemiştir. Bu durumda kişilerin depresyon düzeylerinin artırmış ve kişiler

engellenen iletişim ve sosyalleşme ihtiyaçlarını karşılayabilmek için sosyal medya ile daha fazla ilgilenmeye başlamıştır. Bundan dolayı da bağımlılık düzeylerinin arttığı düşünülmektedir (Dikmen, 2021: 28).

Covid-19 sürecinde üniversite öğrencilerindeki sosyal medya bağımlılığının incelendiği nicel çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik açıdan ihtiyaçlarının karşılanması ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı olarak bir ilişkinin olduğu, psikolojik olarak ihtiyacı karşılanmış olan bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin düştüğü fakat psikolojik olarak ihtiyaçları karşılanmayan bireylerin sosyal medya bağımlılıklarının daha yüksek olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca salgın döneminde genel olarak sekiz saat ve üzerinde sosyal medya kullanımlarının arttığını söyleyen öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin diğer öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bozkurt ve Bozkurt, 2021: 189).

Üniversite öğrencileri ile yapılmış olan sosyal medya bağımlılıklarının çeşitli değişkenlere göre incelendiği çalışmada öğrencilerin sosyal medya platformlarını kaç yıldır kullandıkları ve günlük olarak sosyal medyada harcadıkları zaman ve sosyal medya bağımlılıkları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve sosyal medyayı yıllık ve günlük olarak kullanma oranları arttıkça bağımlılık düzeylerinin de yükseldiği ifade edilmiştir (Aktan, 2018: 419).

Yine üniversite öğrencileri üzerinde uygulanmış olan nicel bir çalışmada, sosyal medya kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı araştırılmış ve gençlerin sosyal medya sitelerinde aktif oldukları sürenin artış gösterdikçe sosyal medya bağımlılık puanlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Bilgili, 2018: 367).

Malaney (2004) Öğrencilerin internet kullanımı üzerine yapmış olduğu çalışmasında internet kullanımının lisans öğrencileri arasında her zaman ve her yerde olduğunu, çevrimiçi zamanlarının çoğunu ise Instagram Messenger ve e-posta kullanarak, internette gezinerek, ödevlerini yaparak ve bir şeyler indirerek geçirdiklerini ortaya koymuştur.

Eğitim fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yapılmış olan nicel bir çalışmada katılımcıların sosyal medyayı günlük olarak kullanma zamanı ve sosyal medyayı kullanma amaçlarının sosyal medya bağımlılıkları ile ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur (Demir ve Kumcağız, 2019: 34).

Günümüzde sosyal medya bağımlılığı ile maneviyat arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelendiği pek çok çalışma vardır. Şimdiye kadar yapılmış olan bu çalışmalar din ve maneviyatın internet ve sosyal medya bağımlılığını azalttığını ve sosyal

medya platformlarını yoğun olarak kullananların din ve maneviyatla daha az ilgilenebileceğini kısacası sosyal medya bağımlılığının maneviyat üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Karslı, 2019; Wood vd.,2016:973). Oyman'ın (2016) “Sosyal Medya Dindarlığı” isimli çalışmasında dinin sosyal medyada kendine geniş bir yer edindiğini ve buna bağlı olarak da sosyal medya dindarlığının gelişim gösterdiği saptanmıştır.

Gençlerde internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisinin incelendiği nicel bir çalışmada içsel bir motivasyon olan dini değer ve şuurun artmasının internet bağımlılığını azaltacağı ve internet bağımlılığından korunmada dinin önemli katkı sağlayabileceği ortaya koyulmuştur (Karslı, 2019: 254).

Özkontrol-özyönetim düzeyi ve sosyal medya bağımlılığının arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda genellikle yüksek özkontrol ve özyönetim düzeyinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Eğitim fakültesi öğrencileri ile yapılmış olan, üniversite öğrencilerinin özkontrol düzeyleri ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada özkontrol ve sosyal medya bağımlılığının birbiri ile ilişkili olduğu ve düşük özkontrole sahip olanların sosyal medya bağımlılıklarının daha yüksek olacağı ortaya koyulmuştur (Ekşi vd., 2019: 731).

Literatürde yer alan internet ve sosyal medya bağımlılığını ele alan araştırmaların geneline göre artan teknoloji ile birlikte internetin ve sosyal medyanın insanların günlük hayatında artık daha fazla yer aldığı görülmektedir. Yaşamımızda daha fazla yer alması ve kullanılmasından dolayı birçok problemi beraberinde getirmekte, kişilerde internet ve sosyal medya bağımlılıkları gelişmektedir. Yapılmış olan çalışmaların ağırlıklı bir kısmında maneviyat ve dindarlığın kişilerin hayatında daha fazla yer edinmiş olan internet ve sosyal medya bağımlılığı üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olduğu, maneviyatın sosyal medya bağımlılığı üzerinde pozitif etkide bulunduğu saptanmıştır. Bundan dolayı bireylerin maneviyatlarını geliştirmenin sosyal medya bağımlılığını azaltmada oldukça etkili olduğu anlaşılmaktadır.

1.3.Özkontrol-Özyönetim

Özdenetim bireyin sahip olduğu potansiyellerinin farkında olması, kendine en uygun sınırı bilmesi ve ihtiyaçlarının giderilmesi konusunda, sınırsızlığın ortadan kaldırılarak kontrol edilebilir bir yol inşa etmesi sürecidir (Yakut, 2019: 1409). Özdenetimi tanımlarken iki özelliğinden bahsetmek gerekirse; ilk olarak, özdenetim, daha çabuk ödüllendirici bir seçenek karşısında uzun vadede en iyi olduğunu bildiğimiz şeyi yapmayı gerektirir. İkinci özellik ise,

bireyin özdenetimi kendisinin başlatmış olmasıdır. "Kontrol" teriminin öneki olarak "öz" terimi, düzenleme sürecini başlatanın bir otorite figüründen ziyade birey olduğunu belirtir (Duckworth, Gendler, & Gross, 2014: 200). Kendini kontrol etme ve kendini yönetme becerileri tedaviye başarıyla uygulanan bir bilişsel-davranışsal başa çıkma becerileri modelini temsil eder. Bu model her tekrarda değişiklik sağlayan bir davranış döngüsü oluşturan üç bileşenli bir modeldir. Bunlar; kendini izleme, kendini değerlendirme ve kendini güçlendirme. Kendini izleme aşamasında, kişi bazı hedef davranışların (yani bir eylem, düşünce veya duygu) durumunu ve bağlamını izler. Kendini değerlendirme aşamasında, kişi hedef olan davranışı o davranışın benimsenmiş bir standardı ile kıyaslar ve tutarsızlıklar tanımlanır. Son olarak, bu karşılaştırmanın ışığında, birey, kendini ödüllendirmeyi veya cezalandırmayı içerebilen ve açık veya gizli olabilen kendi kendini güçlendirme aşamasına geçer. Bu aşamaların sonucu, döngünün tekrarlanıp tekrarlanmayacağı etkiler. Bu yinelemeli geri bildirim döngüsüne bir örnek olarak, yeni insanlarla tanışmak isteyen utangaç bir kadını düşünün. Utangaçlığına rağmen, yeni bir sosyal etkileşimin nispeten zararsız olduğunu (Kendi kendini izleme), bu sosyal durumdaki performansının felaket olmadığını (Kendi kendini değerlendirme) fark etmek için çaba sarf eder ve bu nedenle sosyal davranışlarından (kendi kendini güçlendirme) dolayı kendini takdir eder. Utangaçlığının üstesinden kesinlikle birdenbire gelmiyor, ancak her yinelemeli döngüde gelecekteki yeni sosyal etkileşimlere yönelik cesaret verici düşünce ve duyguları deneyimlemenin sonucunda yeni insanlarla tanışma kapasitesi artıyor ve böylece kendini kontrol etme ve kendini yönetme becerilerinin tekrar tekrar uygulanmasıyla daha az utangaç oluyor (Mezo, 2009: 84).

Özdenetim insanın psikososyal dünyasında önemli bir rolü olan ve bireyselliğini ön plana çıkararak özne olarak var olmasını sağlayan duygu durumlarından birisidir. Özdenetimi yüksek olan bireyler öz denetimi düşük olan bireylere nazaran psikososyal sorunlar ile daha az karşılaşmaktadırlar ve karşılaşılan sorunlar ile baş etme yeterlilikleri de daha yüksektir (Yakut, 2019: 1415).

Özdenetim başarısızlığına genellikle obezite, madde kullanımı, şiddet, güvenli olmayan cinsel uygulamalar ve kötü mali tasarruflar gibi olumsuz sonuçlar eşlik eder. Özdenetimin eksikliği insanların isteklerini ve saldırgan dürtülerini kontrol edememelerini yansıtır. Tüm bu sorunların hem bireyler hem de toplum için oldukça büyük maliyetleri vardır (Albets, Martijn, & De Vries, 2011; Fujita, 2008).

Literatürde özyönetim örgütsel, sağlık ve klinik psikolojide farklı bağlamlarda ele alınmaktadır. Örgütsel psikolojide öz liderlik, sağlık psikolojisinde öz düzenleme ve klinik

psikolojide ise farkındalık olarak kullanılmaktadır (Yaka, 2011: 63). Bu çalışma öz düzenleme bağlamında ele alınmaktadır.

Dini ve manevi inançlar inançlı insanların özgür irade ile ilgili olan düşünce inançlarını şekillendirebilir. Dinlerin kendi inanırlarına sunmuş olduğu yaşam şekli ve bazı dini vecibeler, insanlara bazı davranışları yapmayı zorunlu kıldığı gibi bazılarını da yapmamayı telkin eder. Bundan dolayı inanırların dini hayatlarının gerektirdiğini yapabilmeleri özdenetim ile mümkün olur (Hodge vd., 2020: 105; Shroff vd., 2021; Doğan, 2022:498). Örneğin, dini inanç gereği olan Allah'ın her şeyi bilmesi, her şeyden haberdar olması, ahiret inancı, cennet-cehennem inancı gibi inanç boyutundaki hususlar ve ibadet hayatındaki zorunluluk hali, belirli sınırlara riayet etme durumu, disiplin gibi bazı durumlar inançlı insanlar için öz denetim aracı olarak işlev görebilir (Ergül, 2021: 3).

Özdenetim insanlar için sadece dini yaşamın değil dini gelişimin sağlanabilmesi için de önemli olan araçlardandır. Öyle ki dini yaşam için büyük öneme sahip olan dini emirlere uyup emredilene uygulayıp yasaklananlardan sakınmak özdenetim için hem gerekli hem de geliştirici önem taşımaktadır. Kısacası özdenetim sadece dini yaşam için değil bireysel gelişim için de katkı sağlayan bir araçtır (Doğan, 2022: 524).

Özkontrol ve özyönetim ile ilgili yapılmış olan çalışmalara bakıldığında, ergenler üzerinde uygulanmış olan bir çalışmada dini yönden daha aktif olan kişilerin, sapkın davranışlarda düşüş yaşadıklarını çünkü öz kontrol konusunda daha büyük bir yeteneğe sahip oldukları öne sürülmüştür (Rocheleau, 2021).

Üniversite öğrencilerinin öz denetimlerini inceleyen araştırmada, katılımcıların genel olarak öz denetim düzeylerinin orta düzeyde olduğu; Özdenetimin iletişim araçları ile günlük olarak meşgul olma, zaman geçirme üzerinde negatif yönlü anlamlı ilişki olduğunu ve yaşamı manalı bulma ve yaşantıda dini kaynak olarak alma ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur (Yakut, 2019: 1416).

Hodge ve arkadaşlarının (2020) “Din ve Maneviyat, Özgür İrade ve Etkili Özdenetim” isimli çalışmada din ve maneviyatın kendini kontrol etme, rasyonel düşünceyi kullanma, gelecekteki olaylar için planlama yapma ve sorumluluk alma gibi güdülenmiş davranış değişikliği ile olumlu bir şekilde ilişkili olduğu öne sürülmüştür.

Shroff ve arkadaşlarının (2021) ergenler üzerinde uygulanmış “Batılı Olmayan İki Ülkedeki Ergenlerde Maneviyat ve Zihinsel Sağlık Sonuçları Arasındaki İlişkiyi Anlamak: Potansiyel Bir Arabulucu Olarak Kendini Kontrol Etmeyi Keşfetmek” isimli çalışmada

özkontrolün maneviyat-zihinsel sağlık bağlantısında bir arabulucu olarak işlev görebileceğini ortaya koymuştur.

Üniversite öğrencileri üzerinde uygulanmış olan “Özkontrol Yönetimi ve İnternet Bağımlılığı” isimli çalışmada internet bağımlılığının öz kontrolü ve özyönetimi doğrudan etkilediğini ve internet bağımlılığı yüksek olan öğrencilerin özkontrol ve özyönetim düzeylerinin düşük olma olasılığının daha yüksek olacağı ortaya koyulmuştur (Akin vd., 2015).

Üniversite öğrencileri ile yapılmış olan nicel bir çalışmada, sosyal medya bağımlılığı üzerinde özkontrolün doğrudan olarak yüksek etkisinin olduğu, özkontrol düzeyi düşük olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyi ve genel olarak erteleme davranışları gösterme eğiliminin olduğu kısacası düşük özkontrol düzeyine sahip olan ve genel olarak erteleme davranışları gösteren öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin daha fazla olduğu ortaya konulmuştur (Ekşi vd., 2019: 731).

Ergenler üzerinde uygulanmış akıllı telefon bağımlılığının özdenetim açısından incelendiği bir çalışmada, ergenlerin akıllı telefon bağımlılıkları ile özdenetimleri arasında negatif bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur (Mazılı ve Gültekin, 2020: 725).

Ergenlerle çalışılmış olan öz düzenleme ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada sorunlu internet kullanımının psikolojik zayıflıklar ile ilişkili olduğu, kişisel sorunlarını kontrol edemeyen kişilerin internet bağımlılık düzeyinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç düşük öz düzenleme ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi göstermektedir (Debberma ve Umadebi, 2021: 104).

Literatürde özkontrol-özyönetim ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların genelinde özkontrol ve özyönetim düzeyinin yüksek olması sosyal medya bağımlılık düzeyi üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olmuştur. Bu yüzden bireylerin kendi hedef ve davranışlarındaki tutarsızlıkların farkına varıp, onları kontrol edip düzenleyerek kendilerindeki sosyal medya bağımlılığını azaltabilecekleri görülmektedir.

1.4.Manevi Kaynaklar

Manevi kaynaklar kavramını açıklayabilmek için ilk olarak manevi ve maneviyat kavramlarına bakmak gerekmektedir. Türk Dil Kurumu Sözlüğünde maneviyat “görülmeyen, maddi olmayan, duygularla hissedilebilen, muhayyel” kavramlarıyla ifade edilmiştir (TDK, <https://sozluk.gov.tr> , Erişim tarihi: 22.11.2022). Manevi kavramı, Latin kökenli bir kelimedir (spiritus) ve nefes anlamına gelmektedir (Delgada, 2005: 158). Daha geniş ve kapsayıcı bir yapı olan maneviyat ise, aşkın inançlara ve günlük yaşamda ve ilişkilerde yaşanan uygulamalara

aktif bir kişisel yatırımı içerir. Maneviyat, dinin “kalbi ve ruhudur ve resmi olan dinin dışında, kişisel inançta ve dindar olmayan kişiler tarafından da ifade edilebilir (Hill ve Pargament,2003: 65). Maneviyatı açıklamak amacıyla çeşitli tanımlar yapılmıştır. Frame (2002)’a göre maneviyat; inançla, ruhla ve benlikle ilişkili olanın ötesini ve içsel bütünlüğü, bağlanmayı ve sonu olmayana benliğini açmayı ifade etmektedir. Pargament (2007) ise maneviyatı insan tecrübesinin bir uzanımı olan olağanüstü inançlar ve eylemler olarak tanımlamaktadır ve maneviyat olmadan inanç olamayacağını, maneviyatın inancın ruhunu teşkil ettiğini belirtmektedir. Kısacası maneviyat, inançlar, sahip olunan değerler, gelenekler ve eylemler aracılığıyla ortaya koyulan bir kavramdır (Puchalski vd., 2014).

Maneviyat ile ilgili alan yazında açıklık getirilmesi gereken hususlardan biri de din/dindarlık ve maneviyat kavramlarının müşterek kullanılmasıdır. Maneviyat ve din/dindarlık kavramları arasındaki benzerlikler ve farklılıklar uzun zaman tartışılmalıdır. Bu iki kavram, bazen birbirlerinin yerine kullanılmış bazen de zıt anlamlarda kullanılmıştır. Ancak bu iki kavram temelde birbirinden oldukça farklıdır (Köse ve Ayten, 2015:126; Tunç,2021: 78). Genel olarak din ile maneviyatın birbirinden ayrılan yönleri ise şu şekilde açıklanabilir;

Dinin maneviyattan farkı daha zengin bir geleneksel yönü olan, toplumsal görevler yükleyen, çerçeveleri ve yöntemleri belirli olan özgül bir öğreti olmasıdır. (Hodge, 2005: 6). Maneviyat ise dini oluşturan bileşenlerden biridir. Fakat sadece dini inanç ve uygulamalarla sınırlanamaz. Manevi inanışlar ve değerler herhangi bir din ile ilişkilendirilebilir veya ilişkilendirilemez veya birey herhangi bir dine mensup olduğunu hissetmeden de manevi değerlere sahip olabilir (Hiçdurmaz ve Öz, 2013: 12; Ergül ve Bayık,2004: 16). Din, düzenli bir şekilde oluşmuş olan inanç düzeni ve bir inanç grubu, maneviyat ise biyo-psiko-sosyal-manevi tüm etkileşimleri kapsayacak şekilde olan insan deneyiminin bir boyutudur (Walsh, 2009: 464). Maneviyat, insanların yaşamlarındaki anlam arayışını içerirken, din, daha yüksek bir güç hakkında ibadetler ve uygulamaları içeren düzenli bir varlığı içerir. Maneviyat, yaşamın anlamı ve amacı için bir arayıştır, bu arayış da dinle ilgili olabilir veya olmayabilir. Kişinin hayatına anlam katan kendi seçmiş olduğu dini inançlarla, değerlerle ve uygulamalarla bağlantı kurmayı gerektirir. Bu bağlantı kişiler için inanç, umut, iyileşme sağlar (Tanyi, 2002: 509). Maneviyat, hayatın fiziksel, psikolojik veya sosyal boyutlarının dışında daha öznel bir ilişkiyi ifade eder. Dindarlık, önceden açıklanmış olan tutum ve eylemlerle ifade edilen, dinle ilişkili düşünce ve eylemleri de kapsayan geniş bir kavramdır. Bundan dolayı, din, açıklanabilir bir topluluktan onay ve güç alan gözlemlenebilir uygulama ve davranışları ifade eder. Bu ayrıma göre, insanlar kendilerini manevi olarak görebilirler fakat mutlak anlamda dindar değillerdir (Horozcu, 2010: 211; Tiliouine vd., 2009: 60). Din, "insana bedeninin ölümünden sonra da var

olmaya devam eden manevi bir doğa veren, Evrenin yaratıcısı ve denetleyicisi olan doğaüstü bir gücün varlığına olan inançtır". Maneviyat ve din arasında örtüşme olsa da din, bir grupla paylaşılan belirli bir ibadet/doktrin sistemi olması ile farklılık gösterir (Panzini vd., 2007). Kısacası maneviyat, bireyin kişiliğinin ve yaratılışının ötesinde var olan güçtür. Bireyin kendini, hayatın anlamını, diğer insanlarla olan bağlarını ve dünyadaki konumunu kavrama ve içselleştirme gayretidir (Boztilki ve Ardiç, 2017: 40). Din ise organize, örgütlenmiş bir inanç sistemi, eylemler dizini ve inançlar topluluğudur (Walsh, 2009 ve McMahon ve Biggs, 2012: 4).

Maneviyat, inançlarına ve değerlerine sıkı sıkıya bağlı olan kişiler için önemli bir ihtiyaç ve kaynaktır. Hem zihinsel hem de fiziksel sağlık ile olumlu ilişkilidir. Bunlara ek olarak iç huzurun ve iç barışın sağlanmasında etkilidir. İnsanlar hayatlarını derinden etkileyen olaylar sırasında çoğunlukla rahatlık duymak, umut etmek ve stresten kurtulabilmek için maneviyata yönelirler. Hastalık durumunda veya ölümlle sonuçlanabilme olasılığı olan zor durumlarda kişinin duygularıyla başa çıkmasında önemli bir etki sağlar (Uğurlu, 2014:188).

Manevi kaynaklar ise kutsalla etkileşimden türetilen kişisel kaynakların bir kategorisi olarak tanımlanan kutsalla ilgili kişisel inançları, uygulamaları ve deneyimleri içeren şeylerdir. Kişisel kaynaklar ile manevi kaynaklar arasındaki fark ise kişisel kaynakların (örneğin, öz-yeterlik, kişisel amaç uyumu) ana referans olarak benliği, manevi kaynakların ise ana referans olarak kutsalı almasıdır (Meek vd,2003: 342). Manevi kaynaklar bu nedenle maneviyatın çok boyutlu olan yapısından ayrılmaktadır (Zinnbauer ve Pargament, 2005).

Sandage ve Harden (2011) insanların ilişkilerini ve ruhsal tecrübelerini biçimlendiren ilişkiyel bir maneviyat modeli geliştirmişlerdir. Bu modele göre maneviyatın "kişisel inanç, doğa, insanlık, aşkın/yüce olarak dört ana kaynağı vardır. Bunlar, insanlara karşılaştıkları güç durumlarla ve sorunlarla başa çıkma gücü veren kaynaklardır (Elkins vd., 1988).

Dindarlık maneviyatı, genellikle Tanrı ile yakınlık duygusunu içeren dini maneviyat kapsamında ortaya çıkar. Örneğin, bir Müslüman ibadetlerini yaptığı esnada Allah ile arasında canlı bir bağ hissedebilir (Worthington, 2012). *Doğa maneviyatı*, doğa ile bir birlik ve bütünlük içerir. Yürüyüş yapmak, gökyüzünü seyretmek, bahçe işleri ile uğraşmak, günbatımını izlemek, yüzmek veya hayvanlara ve diğer canlılara karşı bir yakınlık hissetmek gibi bazı uygulama ve davranışlarla doğa ile bir bağ kurulabilir. *İnsanlık maneviyatı* kapsamında kişi yoksullara yardım etmek, yardım kuruluşlarında çalışmak gibi sosyal adalet kapsamındaki bazı eylemlere katılım göstererek ve insanları ziyaret etmek ve onlarla sohbet etmek, iletişim kurmak ve vakit geçirmek gibi davranışlarda bulunarak insanlıkla birlik ve yakınlık duygusu geliştirebilir

(Elkins vd., 1988: 12). *Aşkın/yüce maneviyatında*, kişi maddesel olan çevreden daha farklı olan bir şeyle bağ kurar (Piedmont, 1999).

Manevi kaynaklar kişinin kutsalla farklı şekillerde ilişki kurma veya ona karşı bir yakınlık duygusu kurma eğilimidir. Mesela, bir Hıristiyan doğada kendine ruhsal bir yakınlık bulabilir ve bunları Tanrı'nın yansımaları olarak görür. Bir Budist aşkın kavramını somutlaştırarak doğayı bir manevi kaynak olarak görebilir. Kısacası bu kaynakların her biri potansiyel olarak insanlar tarafından manevi olan her şeyin kaynağı olarak görülebilir. Bundan dolayı sadece kutsal açıdan değil, bireyin maneviyatı deneyimleyebileceği alanlar olarak da düşünülmelidir (Westbrook vd., 2018: 126).

İnsanlar modern yaşamın neden olduğu stres, mutsuzluk, boşluk hissinden dolayı bu olumsuzlukları ortadan kaldırmak için manevi kaynaklara başvururlar. İnsan hayatının normal seyrini değiştiren hastalık, kriz ve travma gibi durumlar, insanlarda belirsizlik ve kaygı durumlarına sebep olurlar. Bu belirsizlik ve kaygı ile karşılaşan kişiler, anlam, teselli ve güç arayışına girerek manevi kaynaklara yönelirler (Tunç, 2021:79).

Larson ve Larson (2003)'in yapmış olduğu bir çalışmaya göre; manevi yaşamın karşılaşılan sorunlarla başa çıkmada bireye güç verdiği ve bireyin içsel huzurunu artırdığı bilinmekle birlikte; öfkenin kontrolünde ve depresyona yakalanma eğilimde engelleyici ve koruyucu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda maneviyat kavramının, özkontrol-özyönetim düzeylerinde özellikle de sosyal medya bağımlılığında önemli ve olumlu sonuçları olması beklenmektedir.

Covid-19 pandemi döneminde, öğretmenler ile yapılmış olan nicel bir çalışmada öğretmenlerin karşılaştıkları stres ile başa çıkmada yararlandıkları manevi kaynaklar ile zihinsel iyi olmaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın sonuçlarına göre öğretmenlerin zihinsel iyi olma düzeylerinin yükseltilmesinde manevi kaynakların etkisinin olacağı söylenebilir (Tunç, 2021).

Literatürde yer alan maneviyatı ve sosyal medya bağımlılığının ele alan araştırmaların genelinde manevi kaynakların kişiler için karşılaştıkları stres, kaygı ve sorunlarla bir baş etme aracı ve güç kaynağı olarak kullanıldığı görülmektedir. Bu çalışmaların ağırlıklı bir kısmında bireyin hayatında karşılaşmış olduğu zorluklarla, özellikle belirsizliğin ve kaygının yoğun olduğu Covid-19 sürecinde manevi kaynakların bir motivasyon kaynağı olduğu görülmektedir. Buradan yola çıkarak maneviyatın geliştirilmesinin bireyin hayatındaki zorluklarla baş etme ve mücadelede oldukça önemli olduğu anlaşılmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM VE BULGULAR

2.1. Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde yöntem hakkında bilgi verildikten sonra problem ve hipotezler çerçevesinde istatistiksel analiz bulguları tablolar halinde incelenecektir.

2.1.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma nicel çalışma kapsamındadır ve genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri, fazla sayıda ögeden oluşan bir evrende, o evrenle alakalı genel bir kanıya varabilmek için evrenin tamamı veya ondan alınacak bir kesit, örnek ya da örneklem ile yapılan tarama türüdür. (Karasar, 2009: 79).

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılık düzeyi, özkontrol-özyönetim düzeyleri ve manevi kaynakları arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan bu çalışmada, genel tarama modellerinden ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkiisel tarama, iki ve daha fazla sayıdaki değişkenin arasındaki ilişkinin beraber değişim gösterip göstermediğini, değişimin aşamasını belirleyen ya da değişkenlerin arasındaki ilişkileri açıklamak, tanımlamak veya incelemek için kullanılan tarama modelidir. (Karasar, 2010: 81; Nahcivan vd., 2015: 105). Bu çalışmada da bağımlı (Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılık düzeyi, özkontrol-özyönetim düzeyi, manevi kaynaklar) ve bağımsız (sosyo-demografik) değişkenlere göre farklılıkların olup olmadığı ve bir farklılık varsa bunun derecesinin saptanması amaçlandığı için ilişkiisel tarama modeli seçilmiştir.

2.1.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2021-2022 Eğitim-Öğretim yılında üniversite düzeyinde öğrenim görmekte olan 355 kişi kadın, 271 kişi erkek toplam 626 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Seçilen örnekleme ulaşabilmek için amaçlı örnekleme yöntemi seçilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemi, daha geniş bilgi ve niteliklere sahip olan kişi, durum ve olayların derinlemesine incelenmesine imkân sağlayan bir örnekleme yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2011; Karasar, 2010). Covid-19 tedbirleri kapsamında derslerin uzaktan verilmesi nedeniyle öğrencilerin tamamına yüz yüze ulaşamayacağı için öğrencilerle uzaktan erişim sağlanarak google form üzerinden hazırlanan anketle veri toplanmıştır.

2.1.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanması aşamasında araştırmacı tarafından oluşturulan katılımcıların yaş, cinsiyet ve maneviyat ve sosyal medya bağımlılığını etkileyebileceği düşünülen değişkenlere yönelik soruların yer aldığı anket formu kullanılmıştır. Anketin devamında Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeklerinin maddeleri bulunmaktadır.

2.1.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın katılımcılarına dair genel özelliklerinin saptanması ve bu özelliklerin araştırmadaki diğer değişkenler üzerindeki etkilerinin ortaya koyulabilmesi amacıyla araştırmacı tarafından literatüre dayalı olarak, kişisel bilgiler soru formu oluşturulmuştur. Kişisel bilgiler soru formunda katılımcılara cinsiyet, yaş ve öğrencilerin maneviyatlarını ve sosyal medya bağımlılık düzeylerini etkileyebileceği düşünülen durumlar ile ilgili sorular sorulmuştur. Katılımcılardan bu sorulara verilen cevaplar kapsamında elde edilen bulgular tablolaştırılarak verilmiş ve literatür bağlamında tartışılmıştır.

Kişisel bilgiler soru formuna EK-1’de yer verilmiştir.

2.1.3.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMBÖ)

Araştırmada üniversite öğrencilerindeki sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmek için Andreassen ve ark. (2017) tarafından geliştirilmiş olan ve Demirci (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekteki her bir madde zihinsel çaba, kişinin his ve duygularının değişikliği, hoşgörü, eksiklik, zıtlık ve başarılı olmayı engelleme girişimi olmak üzere altı ana bağımlılık kriterine denk gelmektedir. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği tek alt boyut ve altı maddelik beş dereceli (Çok nadir, nadir, bazen, sıkça, oldukça sık) likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek puan 6 ile 30 arasında değişim göstermektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Ölçeğin iç tutarlılık (Cronbach alfa) katsayısı 0.88 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliliği için açıklayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Mevcut çalışmada Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.80 olarak belirlenmiştir. Ölçek formu EK-2’de, ölçeği kullanmak için alınan izin EK-3’de verilmiştir.

2.1.3.3. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği (KKÖ)

Araştırmada üniversite öğrencilerinin Koronavirüs (Covid-19) korku düzeylerini ölçmek için Ahorsu ve ark. (2020) tarafından geliştirilen ve Bakioğlu ve ark. (2020) tarafından Türkçeye uyarlanan Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek tek alt boyut ve yedi maddelik beş dereceli (Kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum) likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek puanlar 7 ile 35 arasında değişim göstermektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Ölçeğin iç tutarlılık (Cronbach alfa) katsayısı 0.82 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasında doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve madde analizi yapılmıştır. Mevcut çalışmada Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği iç tutarlılık (Cronbach alfa) katsayısı 0.89 olarak belirlenmiştir. Ölçek formuna EK-4'de yer verilmiştir.

2.1.3.4. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ (The Self-Control and Self-Management Scale-SCMS)

Araştırmada üniversite öğrencilerinin öz kontrol ve özyönetim düzeylerini ölçmek amacıyla Mezo (2009) tarafından geliştirilmiş olan ve Erçoşkun (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Özkontrol- Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ kullanılmıştır. Özkontrol- Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ 16 maddelik altı dereceli (Beni hiç tanımlamıyorum, beni çoğunlukla tanımlamıyorum, beni pek tanımlamıyorum, beni biraz tanımlıyorum, beni büyük ölçüde tanımlıyorum, beni tamamıyla tanımlıyorum) likert tip bir ölçektir. Özkontrol- Özyönetim Ölçeğinin kendini ayarlama (KA), kendini değerlendirme (KD), kendini pekiştirme (KP) olmak üzere üç alt boyutu vardır. 1-6. maddeler kendini ayarlama alt boyutuna, 7-11. maddeler kendini değerlendirme alt boyutuna, 12-16. maddeler ise kendini pekiştirme alt boyutuna aittir. Kendini Değerlendirme (5 madde: 7-11) alt boyutu ters maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0-80 arasında değişim göstermektedir. Ölçeğin alt boyutları ve ilgili maddeleri tablo 2.1'de gösterilmiştir.

Tablo 2. 1: Özkontrol-Özyönetim ölçeği-ÖKYÖ alt boyutlar ve ilgili maddeler

Alt Boyutlar	Maddeler
Kendini ayarlama (KA)	1, 2, 3, 5, 6
Kendini değerlendirme (KD)	7, 8, 9, 10, 11
Kendini pekiştirme (KP)	12, 13, 14, 15, 16

Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı değerleri “ölçeğin tümü” ve alt boyutları için sırasıyla; 0.87, 0.80, 0.73, 0,81 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA)yapılmıştır.

Mevcut çalışmada Özkontrol- Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü ve alt boyutlar için sırasıyla; 0.84, 0.87, 0.82, 0.81 olarak belirlenmiştir. Ölçek formuna EK-5’de, ölçeği kullanmak için alınan izne EK-6’da yer verilmiştir.

2.1.3.5. Manevi Kaynaklar Ölçeği (MKÖ)

Araştırmada üniversite öğrencilerinin maneviyatını ölçmek amacıyla Westbrook ve ark. (2018) tarafından geliştirilmiş olan ve Ekşi ve ark. (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan Manevi Kaynaklar Ölçeği kullanılmıştır. Manevi Kaynaklar Ölçeği 24 maddelik beş dereceli (Hiçbir zaman, bazen, sıklıkla, çoğu zaman, her zaman) likert tipi bir ölçektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği, dini/kişisel inanç, doğa, insanlık ve aşkınlık olmak üzere dört alt boyuttan oluşmakta ve her alt boyuta ilişkin altı madde bulunmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin alt boyutları ve ilgili maddelerine tablo 2.2’de yer verilmiştir.

Tablo 2. 2:Manevi kaynaklar ölçeği alt boyutlar ve ilgili maddeler

Alt Boyutlar	Maddeler
Din	1, 2, 3, 4, 5, 6
Doğa	7, 8, 10, 11, 12
İnsancıl	13, 14, 15, 16, 17, 18
Aşkınlık	19, 20, 21, 22, 23, 24

Ölçeğin iç tutarlılık (Cronbach alfa) katsayısı, ölçeğin tamamı ve alt boyutlar için sırasıyla; 0.79, 0.95, 0.91, 0.88, 0.95 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır.

Mevcut çalışmada Manevi Kaynaklar Ölçeği Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 24 madde için 0.94; dini maneviyat alt boyutu için 0.95; doğa maneviyat alt boyutu için 0.94; insancıl maneviyat alt boyutu için 0.93; aşkınlık alt boyutu için 0.97 olarak belirlenmiştir. Ölçek formuna EK-7’de yer verilmiştir.

2.1.4. Veri Toplama İşlemi

Araştırmanın verileri Haziran 2021- Ocak 2022 tarihleri arasında toplanmıştır. Formların uygulanması sırasında katılımcılardan hiçbir kimlik bilgisi istenmemiştir. Cevapların

samimi ve doğruluk payının yüksek olması açısından hem anket formuna yazılmış hem de katılımcılara sözel olarak bilgilendirme yapılmış ve katılımcıların onayı alınmıştır (EK-8). Anket formları araştırmacı tarafından pandemi koşulları göz önünde bulundurularak Google Formlar programında sanal ortama aktarılarak hazırlanmış ve internet üzerinden katılımcılara dağıtılmıştır.

2.1.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın problemini ve alt problemlerini cevaplamak için "Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği", "Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği", "Özkontrol-Özyönetim Ölçeği-ÖKYÖ" ve "Manevi Kaynaklar Ölçeği" uygulandıktan sonra elde edilen veriler doğrultusunda kişisel bilgiler soru formunda bulunan demografik özelliklerle ölçek puanları arasındaki farklılaşmalara ve ölçeklerin kendi aralarındaki ilişkiye bakılmıştır.

Ölçeklerden elde edilen verilerin SPSS 20.0 (Statistical Package for Social Sciences, Chicago, Illinois, United States) bilgisayar programı ile istatistiksel analizi yapılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler için kategorik verilerde sayı ve yüzde; sayısal verilerde aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değer kullanılmıştır. Çıkarımsal istatistikler için öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığını tespit etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testi ve Skewness-Kurtosis değerleri incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, 0,05 anlamlılık derecesi ve çarpıklık-basıklık değerine göre değerlendirildiğinde veri setinin normal dağılıma sahip olduğu ve çıkarımsal istatistikler için parametrik analizlerin kullanılmasının uygun olduğu belirlenmiştir.

Parametrik analizlerden Bağımsız Örneklem T Testi (Independent Samples T Test), iki ilişkisiz örneklem grubunun ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. (Büyüköztürk, 2016: 39). Bu doğrultuda, çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetine, sosyal medya hesabı kullanma durumuna, Covid-19 sürecinde sosyal medya kullanma oranındaki değişim durumuna göre, genel olarak internette ve covid-19 sürecinde etkileşimde bulunulan dini/manevi durumlara göre Koronavirüs(Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol- Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeklerinden aldıkları ortalama puanların anlamlı bir şekilde farklılaşma durumunu tespit etmek için Bağımsız Örneklem T Testi kullanılmıştır.

Ölçümle belirlenebilen değişkenler açısından ikiden fazla bağımsız grup arasındaki farklılıklar ve bu farklılıkların sebebi parametrik bir analiz olan Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) ile test edilmektedir (Coşansu, 2015: 262). Bu doğrultuda, çalışmaya

katılan üniversite öğrencilerinin yaşına, sosyal medya hesabı kullanma zamanına göre, Covid-19 sürecinde sosyal medya hesabı kullanma oranındaki değişim oranına göre, internet kullanma becerisine göre, internette etkileşimde bulunulan dini/manevi durumların din algısını etkileme durumuna göre Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol- Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeğinden aldıkları ortalama puanların anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için Tek Yönlü Varyans Analizinden (One-Way ANOVA) yararlanılmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) yapılırken varyansların homojenliğine Levene testi ile bakılmıştır. Varyansların homojen olduğu durumlarda Scheffe ve Hochberg testleri, varyansların homojen olmadığı durumlarda ise Games Howell ve LCD testleri kullanılarak farkın hangi gruplar arasında olduğu saptanmıştır.

Katılımcıların Covid-19 korkusu, sosyal medya bağımlılık düzeyi, özkontrol-öz yönetim düzeyi ve manevi kaynakları arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek için Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Pearson Korelasyon Analizi, her iki değişkenin de sürekli olduğu ve beraber normal dağılım gösterdiği zaman kullanılmaktadır. Korelasyon katsayısının mutlak değer olarak, 0,70-1,00 değer aralığında olması yüksek, 0,70-0,30 değer aralığında olması orta, 0,30-0,00 değer aralığında olması ise düşük seviyede bir ilişkiyi göstermektedir. (Büyüköztürk, 2016: 31).

2.1.6. Çalışmanın Etiği

Araştırmaya başlamadan önce Akdeniz Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Onayı 01.07.2021 tarihi 07/205 kurul karar sayısı ile alınmıştır. Etik Kurul Onayının araştırmacıya bildirilmesinin ardından araştırmayı yürütmek için araştırmada veri toplamak amacıyla kullanılan ölçekler için kullanım izni, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapan araştırmacılardan alınmıştır (Bkz. EK-3, EK-6). Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine araştırma süreci ile ilgili olarak bilgi verilmiş (bilgilendirilmiş onam); katılımın gönüllülük esasına dayandığı (gönüllülük ilkesi) ve kişisel bilgilerin gizli tutulacağı (gizlilik ilkesi) ifade edilmiştir. Bu doğrultuda EK-8'de sunulan Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu anket formunun ilk sayfasına eklenerek katılımcıların formu imzalamaları halinde formu okudukları ve araştırmaya katılmayı kabul ettikleri varsayılmıştır.

2.2.Bulgular

Bu bölümde araştırmanın bulguları; çalışmaya katılan üniversite öğrencilerini tanımlamaya ilişkin bulgular, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ile Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlara ilişkin bulgular, bağımsız değişkenlere göre Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ile Manevi Kaynaklar Ölçeği puan ortalamalarındaki farka ilişkin bulgular ve Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ile Manevi Kaynaklar Ölçeği puanları arasındaki ilişkiye dair bulgular olmak üzere dört başlıktan oluşmaktadır.

2.2.1. Üniversite Öğrencilerine İlişkin Tanımlayıcı Bilgiler

Bu alt bölümde katılımcılara ait tanımlayıcı bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 2. 3:Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler

Bağımsız Değişken	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	355	56,7
Erkek	271	43,3
Yaş		
18-21	288	46,0
22-25	254	40,6
26-52	84	13,4
Sosyal Medya Hesabı Kullanma Durumu		
Evet	606	96,8
Hayır	20	3,2
Sosyal Medyayı Kullanma Süresi (Yıl)		
1 yıldan az	31	5,0
1-3 yıl arası	69	11,0
4-6 yıl arası	227	36,3
7 yıldan fazla	299	47,8
Sosyal Medyada Günlük Geçirilen Zaman		
1 saatten az	75	12,0
1-3 saat arası	339	54,2
4-6 saat arası	185	29,6
7 saatten fazla	27	4,3
TOPLAM	626	100,0

Tablo 2.3'te çalışmaya katılan üniversite öğrencilerine ilişkin tanımlayıcı bilgiler yer almaktadır. Buna göre, katılımcıların çoğunluğunu (%56,7) kadın öğrenciler oluşturmaktadır. Katılımcıların %46,0'sı 18-21, %40,6'sı 22-25, %13,4'ü 26-52 yaş aralığındadır. Katılımcıların çoğunluğu (%96,8) sosyal medya hesabı kullanmaktadır. Katılımcıların çoğu (%47,8) 7 yıldan

fazla bir süredir sosyal medya kullanmakta ve çoğunluğu (%54,2) günde 1-3 saat arası sosyal medyada zaman geçirmektedir.

Tablo 2. 4: Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler

Bağımsız Değişken	Sayı (n)	Yüzde (%)
Covid-19 Sürecinde Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Oranındaki Farklılık		
Evet	512	81,8
Hayır	114	18,2
Covid-19 Sürecinde Günlük Olarak Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Oranındaki Artış		
1 saatten az	145	23,2
1-3 saat arası	364	58,1
4-6 saat arası	80	12,8
7 saatten fazla	37	5,9
Akşam Yatarken Sosyal Medyayı Kontrol Durumu		
Evet	492	78,6
Hayır	134	21,4
Sabah Kalkınca Sosyal Medyayı Kontrol Durumu		
Evet	420	67,1
Hayır	206	32,9
Çok Yoğunken Bile Sosyal Medyayı Kontrol Etme		
Evet	214	34,2
Hayır	412	65,8
İnternet Kullanma Becerisi Düzeyi		
Acemi	21	3,4
Orta	314	50,2
İleri	222	35,5
Uzman	69	11,0
İnternette Dini İçerikli Video İzleme Durumu		
Evet	529	84,5
Hayır	97	15,5
Covit-19'da Online Dini Programlara Katılım		
Evet	166	26,5
Hayır	460	73,5
İnternette İzlenen Dini İçerikli Videolar ve Online Programlar Din Algısını Nasıl Etkiledi		
Dine Isındırdı	226	36,1
Dinden Soğuttu	42	6,7
Etkilemedi	358	57,2
Sosyal Paylaşım Sitelerindeki Arkadaşlar Din Algısını Nasıl Etkiledi		
Dine Isındırdı	114	18,2
Dinden Soğuttu	42	6,7
Etkilemedi	470	75,1
TOPLAM	626	100,0

Tablo 2.4'de katılımcıların çoğunluğunun (%81,8) Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranlarında farklılık olmuştur. Katılımcıların yarısından fazlasının (%58,1) Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranları 1-3 saat arasında artmıştır. Katılımcıların çoğunluğu (%78,6) akşam yatarken son bir kez sosyal medya hesaplarını kontrol etmekte, yine çoğunluğu (%67,1) sabah ilk kalktığında sosyal medya hesaplarını kontrol etmektedir. Buna rağmen katılımcıların çoğunluğu (%65,8) çok yoğunken

sosyal medya hesaplarını kontrol etmemektedir. Katılımcıların geneli internet kullanma becerileri konusunda kendilerini orta (%50,2) düzeyde nitelendirmektedirler. Katılımcıların %84,5'i daha önce internette dini içerikli videolar izlemiş fakat %73,5'i Covid-19 sürecinde online dini programlara katılmamışlardır. Katılımcıların yarısından fazlasının (%57,2) internette izledikleri dini içerikli videolar ve katıldıkları online programlar din algılarını etkilememiştir. Katılımcıların çoğunluğunun (%75,1) sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşları din algılarını etkilememiştir.

Tablo 2. 5: Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler

Bağımsız Değişkenler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Sosyal medyayı kullanma amacı		
Eğlence (Video, film Müzik vb.)	515	19,3
Kişisel Sunum	85	3,2
Bilgilenme	407	15,3
İletişim	449	16,8
Vakit Geçirme	430	16,1
Rahatlama / Stres atma	260	9,8
Video/ fotoğraf paylaşma	216	8,1
Yeni Arkadaşlar Bulma	63	2,4
Alışveriş	240	9,0
İnternet Nedeniyle Yaşanan Sorunlar		
Uyku Sorunları	357	57,2
Akademik başarı ve okul performansında düşüş	225	36,1
Yalnızlık	95	15,2
Sosyal çevre ile iletişim sorunları	101	16,2
Depresyon	81	13,0
Anksiyete ve gerginlik hali	122	19,6
Aşırı sinirli olmak	92	14,7
Görülen ilgiyi kaybetme korkusu	66	10,6
Hiçbir sorun yaşamıyorum	48	7,7
İnternet Erişimiyle İlgili Sorunlar		
Bulduğum yerde alt yapı problemi var	147	23,6
Kota sıkıntım var	106	17,0
Evde wifi bağlantım yok	34	5,5
İnternetim çekmiyor	101	16,2
İnternete bağlanacağım araç gerecim yok	6	1,0
Maddi imkânım yetersiz	22	3,5
Hiçbir sıkıntım yok	371	59,6

Tablo 3.5'te katılımcılar sosyal medyayı en fazla (%19,3) eğlence (video, film, müzik vb.) amacıyla, daha sonra sırasıyla iletişim (%16,8), vakit geçirme (%16,1), bilgilenme (%15,3), rahatlama/stres atma (%9,8), alışveriş (%9,0), video/fotoğraf paylaşma (%8,1), kişisel sunum (%3,2), yeni arkadaşlar bulma (%2,4) amacıyla kullanmaktadırlar.

Katılımcılar internet nedeniyle en çok uyku sorunları (%57,2), daha sonra sırasıyla akademik başarı ve okul performansında düşüş (%36,1), anksiyete ve gerginlik hali (%19,6), sosyal çevre ile iletişim sorunları (%16,2), yalnızlık (%15,2), aşırı sinirli olmak (%14,7),

depresyon (%13,0), sosyal medya nedeniyle görülen ilgiyi kaybetme korkusu (%10,6) gibi sorunlar yaşamakta, %7,7'si ise hiçbir sorun yaşamamaktadır.

Katılımcıların büyük çoğunluğu (%59,6), internet erişimi ile ilgili hiçbir sıkıntı yaşamamaktadır. Problem yaşadığını belirtenler en fazla, alt yapı problemi (%23,6), bunu takiben kota sıkıntısı (%17,0), internetin çekmemesi (%16,2), evde wifi bağlantısı olmaması (%5,5) ve maddi yetersizlik (%3,5) yaşamaktadır.

2.2.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanlarına İlişkin Bulgular

Bu alt bölümde katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Manevi Kaynaklar Ölçeği ve Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam ve alt boyutlarından almış oldukları en düşük ve en yüksek puanlar ile ortalama puanlara yer verilmiştir.

Tablo 2. 6: Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden ve Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar

Ölçek ve Alt Boyutlar	Ort ± Ss	Min. – Max.
Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	17,09±5,59	6-30
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	14,44±6,53	7-35

Tablo 2.6'da çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanları yer almaktadır. Bu bağlamda katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği minimum toplam puanı 6 ortalama puanı 17,09±5,59 ve maksimum puanın 30 olduğu görülmektedir. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanlarına bakıldığında ise minimum toplam puanın 7, ortalama puanın 14,44±6,53 ve maksimum puanın ise 35 olduğu görülmektedir.

Tablo 2. 7: Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeğinden aldıkları puanlar

Ölçek ve Alt Boyutlar	Ort ± Ss	Min. – Max.
Kendini Ayarlama	23,30±5,02	0-30
Kendini Değerlendirme	15,16±6,26	0-25
Kendini Pekiştirme	18,81±4,91	0-25
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	51,94±9,44	17-80

Tablo 2.7'de çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim ölçeği alt boyut-toplam puanları yer almaktadır. Bu bağlamda katılımcıların öz kontrol-öz yönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyut minimum puanlarının 0, ortalamalarının 23,30±5,02 ve maksimum

puanlarının 30 olduğu; Kendini değerlendirme alt boyut minimum puanlarının 0, ortalamalarının 15,16±6,26 ve maksimum puanlarının 25 olduğu; kendini pekiştirme alt boyut minimum puanlarının 17, ortalamalarının 18,81±4,91 ve maksimum puanlarının 25 olduğu görülmektedir. zkontrol-zynetim leği toplam puanlarına bakıldığında ise minimum toplam puanın 17, ortalamasının 51,94±9,44 ve maksimum puanın 80 olduğu görülmektedir.

Tablo 2. 8: Katılımcıların Manevi Kaynaklar leğinden aldıkları ortalama puanlar

Ölçek ve Alt Boyutlar	Ort ± Ss	Min. – Max.
Manevi Kaynaklar leği		
Din	24,29±6,45	6-30
Doğa	20,23±6,52	6-30
İnsancıl	21,37±6,22	6-30
Aşkılık	21,06±7,49	6-30

Tablo 2.8’de çalışmaya katılan niversite ğrencilerinin manevi kaynaklar leği alt boyut puanları yer almaktadır. Bu bağlamda manevi kaynaklar leği din alt boyut minimum puanlarının 6, ortalamalarının 24,29±6,45 ve maksimum puanlarının 30 olduğu; doğa alt boyut minimum puanlarının 6, ortalamalarının 20,23±6,52 ve maksimum puanlarının 30 olduğu; insancıl alt boyut minimum puanlarının 6, ortalamalarının 21,37±6,22 ve maksimum puanlarının 30 olduğu; aşkılık alt boyut minimum puanlarının 6, ortalamalarının 21,06±7,49 ve maksimum puanlarının 30 olduğu görülmektedir.

2.2.3. Bağımsız Değişkenlere Göre Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı leği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu leği, zkontrol-zynetim leği ve Manevi Kaynaklar leği Puan Ortalamalarındaki Farka İlişkin Bulgular

Bu alt bölümde katılımcıların Göre Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı leği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu leği, Manevi Kaynaklar leği ve Özkontrol-zynetim leği alt boyut ve toplam puanları ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin istatistiksel analizine dair bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2. 9: Katılımcıların cinsiyetine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları.

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort ± Ss	t	p
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Kadın	355	17,18±5,69	,430	,667
	Erkek	271	16,98±5,47		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Kadın	355	15,23±6,35	3,490	,001*
	Erkek	271	13,40±6,63		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Kadın	355	52,39±9,04	1,356	,176
	Erkek	271	51,36±9,93		
Kendini Ayarlama	Kadın	355	23,41±4,87	,664	,507
	Erkek	271	23,14±5,23		
Kendini Değerlendirme	Kadın	355	15,41±6,30	1,121	,263
	Erkek	271	14,84±6,20		
Kendini Pekiştirme	Kadın	355	19,38±4,67	3,382	,001*
	Erkek	271	18,05±5,12		
Manevi Kaynaklar Ölçeği					
Din	Kadın	355	25,03±6,08	3,274	,001*
	Erkek	271	23,33±6,80		
Doğa	Kadın	355	20,16±6,66	-,328	,743
	Erkek	271	20,33±6,33		
İnsancıl	Kadın	355	21,54±6,12	,767	,444
	Erkek	271	21,15±6,35		
Aşknlık	Kadın	355	21,68±7,76	2,412	,016*
	Erkek	271	20,25±7,05		

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.9’da katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyete değişkenine göre anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanında, özkontrol-özyönetim ölçeği kendini pekiştirme alt boyutunda ve manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutunda ve aşknlık alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (t:3,490 p<0,05), (t:3,382 p<0,05), (t:3,274 p<0,05), (t:2,412 p<0,05). Buna göre, koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puan ortalaması kadınlarda (\bar{x} : 15,23) erkeklere (\bar{x} : 13,40) göre daha yüksektir. Aynı zamanda kendini pekiştirme puan ortalaması kadınlarda (\bar{x} : 19,38) erkeklere (\bar{x} : 18,05) göre daha yüksektir. Kadınların din puan ortalaması (\bar{x} : 25,03) erkeklere (\bar{x} : 23,33) göre daha yüksektir. Yine aşknlık puan ortalaması kadınlarda (\bar{x} : 21,68) erkeklere (\bar{x} : 20,25) göre daha yüksektir. Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı ve özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve kendini ayarlama, kendini değerlendirme alt boyut puanları ile manevi kaynaklar ölçeği doğa ve insancıl alt boyut puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 2. 10: Katılımcıların yaşlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	18-21 (a)	288	16,72±5,56	4,434	,012*	b>c
	22-25 (b)	254	17,85±5,60			
	26 ve üzeri (c)	84	16,07±5,44			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	18-21 (a)	288	14,06±6,39	1,061	,347	-
	22-25 (b)	254	14,88±6,81			
	26 ve üzeri (c)	84	14,42±6,14			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	18-21 (a)	288	51,23±9,58	3,469	,032*	c>a
	22-25 (b)	254	51,97±9,14			
	26 ve üzeri (c)	84	54,30±9,58			
Kendini Ayarlama	18-21 (a)	288	22,87±5,04	5,178	,006*	c>a, c>b
	22-25 (b)	254	23,25±5,01			
	26 ve üzeri (c)	84	24,86±4,77			
Kendini Değerlendirme	18-21 (a)	288	15,04±6,04	,124	,883	-
	22-25 (b)	254	15,31±6,27			
	26 ve üzeri (c)	84	15,11±7,00			
Kendini Pekiştirme	18-21 (a)	288	18,40±5,12	2,206	,111	-
	22-25 (b)	254	19,02±4,66			
	26 ve üzeri (c)	84	19,55±4,84			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	18-21 (a)	288	24,60±6,35	1,050	,350	-
	22-25 (b)	254	23,84±6,55			
	26 ve üzeri (c)	84	24,63±6,48			
Doğa	18-21 (a)	288	20,56±6,41	3,523	,030*	c>b
	22-25 (b)	254	19,47±6,45			
	26 ve üzeri(c)	84	21,41±6,87			
İnsancıl	18-21 (a)	288	21,05±6,33	4,448	,012*	c>a, c>b
	22-25 (b)	254	21,11±6,07			
	26 ve üzeri (c)	84	23,25±6,00			
Aşkınlık	18-21 (a)	288	20,99±7,40	,303	,738	-
	22-25 (b)	254	20,94±7,58			
	26 ve üzeri (c)	84	21,65±7,56			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.10'da katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaşa göre anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini saptamak için yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 4,434 p<0,05) toplam puanında, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanında (F: 3,469 p<0,05), kendini ayarlama alt boyutunda (F:5,178 p<0,05), manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyutunda (F:3,523, p<0,05) ve insancıl alt boyutunda (F 4,448 p<0,05), istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden 22-25 yaş aralığında olanların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları (\bar{x} : 17,85), 26 ve üzeri yaş aralığında olanlardan (\bar{x} : 16,07) daha yüksektir. Öğrencilerden 26 ve üzeri yaş grubunda olanların öz kontrol-öz yönetim ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} :54,30), 18-21 yaş aralığında olanlardan (\bar{x} :51,23) daha

yüksektir. Öğrencilerden 26 ve üzeri yaş grubunda olanların kendini ayarlama alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} :24,86), 22-25 yaş aralığında olanlardan (\bar{x} :23,25) ve 18-21 yaş aralığında olanlardan (\bar{x} :22,87) daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinden 26 ve üzeri yaş grubunda olanların doğa alt boyutundan aldıkları puan ortalamaları (\bar{x} :21,41), 22-25 yaş aralığında olanlardan (\bar{x} :19,47) daha yüksektir. Öğrencilerden 26 ve üzeri yaş grubunda olanların insancıl alt boyutundan aldıkları puan ortalamaları (\bar{x} :23,25), 22-25 yaş grubunda olanlardan (\bar{x} :21,11) ve 18-21 (\bar{x} :21,05) yaş grubunda olanlardan daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin yaşları ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanları, özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme alt boyutları ile manevi kaynaklar ölçeği din ve aşkınlık alt boyutları, arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Tablo 2. 11:Katılımcıların sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Sosyal Medya Hesabı	N	Ort ± Ss	t	P
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	606	17,25±5,52	3,987	,000*
	Hayır	20	12,25±5,72		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	606	14,41±6,54	-,630	,529
	Hayır	20	15,35±6,36		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	606	51,94±9,36	,023	,982
	Hayır	20	51,90±11,92		
Kendini Ayarlama	Evet	606	23,30±5,04	,136	,892
	Hayır	20	23,15±4,52		
Kendini Değerlendirme	Evet	606	15,20±6,25	,919	,359
	Hayır	20	13,90±6,64		
Kendini Pekiştirme	Evet	606	18,85±4,86	1,076	,282
	Hayır	20	17,65±6,28		
Manevi Kaynaklar Ölçeği					
Din	Evet	606	24,16±6,49	-2,869	,004*
	Hayır	20	28,35±2,73		
Doğa	Evet	606	20,17±6,49	-1,299	,195
	Hayır	20	22,10±7,20		
İnsancıl	Evet	606	21,33±6,24	-1,039	,299
	Hayır	20	22,80±5,61		
Aşkılık	Evet	606	20,90±7,49	-2,890	,004*
	Hayır	20	25,80±5,68		

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.11’de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini ortaya koymak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analizin sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanında (t:3,987 p<0,05), din alt boyutu (t:-2,869 p<0,05) ve aşkınlık alt boyutu (t:-2,890 p<0,05) puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, bergen sosyal medya

bağımlılığı ölçeği toplam puanı sosyal medya hesabı kullanan öğrencilerde (\bar{x} : 17,25) sosyal medya hesabı kullanmayan öğrencilere (\bar{x} : 12,25) göre daha yüksektir. Din puan ortalaması sosyal medya hesabı kullanmayan öğrencilerde (\bar{x} : 28,35) sosyal medya hesabı kullanan öğrencilere (\bar{x} : 24,16) göre daha yüksektir. Aşkınlık puan ortalaması sosyal medya hesabı kullanmayan öğrencilerde (\bar{x} : 25,80) sosyal medya hesabı kullanan öğrencilere (\bar{x} : 20,90) göre daha yüksektir. Katılımcıların sosyal medya hesabı kullanma durumu ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği doğa ve insancıl alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2. 12: Katılımcıların sosyal medyayı kullanma yılına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Sosyal Medyayı Kullanma Yılı	N	Ort \pm Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	1 yıldan az (a)	31	14,06\pm6,20	12,689	,000*	d>a,b,c
	1-3 yıl arası (b)	69	15,15\pm5,47			
	4-6 yıl arası (c)	227	16,43\pm5,01			
	7 yıldan fazla (d)	299	18,36\pm5,65			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	1 yıldan az (a)	31	15,19 \pm 6,54	1,646	,178	-
	1-3 yıl arası (b)	69	15,79 \pm 6,27			
	4-6 yıl arası (c)	227	13,90 \pm 6,18			
	7 yıldan fazla (d)	299	14,46 \pm 6,82			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	1 yıldan az (a)	31	51,93 \pm 10,85	,277	,842	-
	1-3 yıl arası (b)	69	52,27 \pm 9,23			
	4-6 yıl arası (c)	227	51,49 \pm 9,31			
	7 yıldan fazla (d)	299	52,21 \pm 9,48			
Kendini Ayarlama	1 yıldan az (a)	31	22,87 \pm 6,19	,708	,548	-
	1-3 yıl arası (b)	69	23,05 \pm 5,18			
	4-6 yıl arası (c)	227	23,68 \pm 4,71			
	7 yıldan fazla (d)	299	23,11 \pm 5,09			
Kendini Değerlendirme	1 yıl az (a)	31	14,87 \pm 5,32	,809	,489	-
	1-3 yıl arası (b)	69	14,63 \pm 6,40			
	4-6 yıl arası (c)	227	15,66 \pm 5,92			
	7 yıldan fazla (d)	299	14,93 \pm 6,56			
Kendini Pekiştirme	1 yıldan az (a)	31	18,93 \pm 5,39	,558	,643	-
	1-3 yıl arası (b)	69	18,85 \pm 4,98			
	4-6 yıl arası (c)	227	18,48 \pm 5,03			
	7 yıldan fazla (d)	299	19,04 \pm 4,76			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	1 yıldan az (a)	31	26,90\pm4,45	5,193	,002*	a>b,c
	1-3 yıl arası (b)	69	25,50\pm5,11			
	4-6 yıl arası (c)	227	24,81 \pm 5,97			
	7 yıldan fazla (d)	299	23,35\pm7,08			
Doğa	1 yıldan az (a)	31	21,93 \pm 5,61	1,460	,224	-
	1-3 yıl arası (b)	69	21,23 \pm 6,07			
	4-6 yıl arası (c)	227	20,03 \pm 6,56			
	7 yıldan fazla (d)	299	19,98 \pm 6,65			
İnsancıl	1 yıldan az (a)	31	23,83 \pm 4,87	1,767	,152	-
	1-3 yıl arası (b)	69	21,49 \pm 6,55			
	4-6 yıl arası (c)	227	21,14 \pm 6,14			
	7 yıldan fazla (d)	299	21,27 \pm 6,30			

Aşkılık	1 yıldan az (a)	31	23,67±7,35	2,451	,063	-
	1-3 yıl arası (b)	69	22,15±6,88			
	4-6 yıl arası (c)	227	21,18±7,03			
	7 yıldan fazla (d)	299	20,45±7,90			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.12’de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının sosyal medyayı kullanma yılına göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacı ile yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 12,689 p<0,05) toplam puanında ve manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutunda (F:5,193 p<0,05) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden 7 yıldan fazla sosyal medya kullananların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} :18,36), 1 yıldan az (\bar{x} :14,06), 1-3 yıl arası (\bar{x} :15,15) ve 4-6 yıl arası (\bar{x} : 16,43) sosyal medya kullananlardan daha yüksektir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden sosyal medyayı 1 yıldan daha az kullananların din alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 26,90), 1-3 yıl arası (\bar{x} : 25,50) ve 7 yıldan fazla (\bar{x} : 23,35) kullananlardan daha yüksektir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal medyayı kullanma yılı ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği puanları, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği doğa, insancıl ve aşkılık alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır.

Tablo 2. 13: Katılımcıların sosyal medya sitelerinde günde harcadıkları zamana göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	Sosyal Medya Sitelerinde Günde Harcanan Zaman	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	75	13,16±5,29	50,540	,000*	d>a,b,c c>a,b b>a
	1-3 saat arası (b)	339	16,03±5,07			
	4-6 saat arası (c)	185	19,76±4,87			
	7 saatten fazla (d)	27	23,11±4,75			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	75	13,80±5,88	1,112	,344	-
	1-3 saat arası (b)	339	14,27±6,50			
	4-6 saat arası (c)	185	14,76±6,60			
	7 saatten fazla (d)	27	16,18±8,00			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	75	51,29±11,48	,987	,399	-
	1-3 saat arası (b)	339	52,38±8,97			
	4-6 saat arası (c)	185	51,18±9,46			
	7 saatten fazla (d)	27	53,44±8,83			
Kendini Ayarlama	1 saatten az (a)	75	23,44±5,53	4,373	,005*	b>c
	1-3 saat arası (b)	339	23,88±4,55			
	4-6 saat arası (c)	185	22,29±5,41			
	7 saatten fazla (d)	27	22,44±5,55			
Kendini Değerlendirme	1 saatten az (a)	75	14,65±6,89	2,071	,103	-
	1-3 saat arası (b)	339	15,72±6,33			
	4-6 saat arası (c)	185	14,54±5,80			
	7 saatten fazla (d)	27	13,85±6,15			
Kendini Pekiştirme	1 saatten az (a)	75	17,50±5,85	3,333	,019*	b>a
	1-3 saat arası (b)	339	19,22±4,60			
	4-6 saat arası (c)	185	18,44±4,94			
	7 saatten fazla (d)	27	19,85±4,61			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	1 saatten az (a)	75	25,20±6,67	1,915	,126	-
	1-3 saat arası (b)	339	24,19±6,40			
	4-6 saat arası (c)	185	23,80±6,65			
	7 saatten fazla (d)	27	26,48±4,29			
Doğa	1 saatten az (a)	75	20,65±6,40	,450	,717	-
	1-3 saat arası (b)	339	20,38±6,43			
	4-6 saat arası (c)	185	19,78±6,52			
	7 saatten fazla (d)	27	20,37±7,98			
İnsancıl	1 saatten az (a)	75	21,36±5,91	2,424	,065	-
	1-3 saat arası (b)	339	21,21±6,36			
	4-6 saat arası (c)	185	21,22±5,99			
	7 saatten fazla (d)	27	24,51±6,29			
Aşkınlık	1 saatten az (a)	75	22,25±7,60	2,685	,046*	d>b,c
	1-3 saat arası (b)	339	20,85±7,20			
	4-6 saat arası (c)	185	20,50±7,81			
	7 saatten fazla (d)	27	24,22±7,72			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.13'te katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacı ile yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 50,540

$p < 0,05$) toplam puanında, özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutunda ($F:4,373$ $p < 0,05$) ve kendini pekiştirme alt boyutunda ($F:3,333$ $p < 0,05$), manevi kaynaklar ölçeği aşkınlık alt boyutunda ($F:2,685$ $p < 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 7 saatten fazla olanların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}: 23,11$), günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1 saatten az olan ($\bar{x}: 13,16$), 1-3 saat arası olan ($\bar{x}: 16,03$) ve 4-6 saat arası olanlardan ($\bar{x}: 19,76$) daha yüksektir. Günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 4-6 saat olanların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}: 19,76$), günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1 saatten az olan ($\bar{x}: 13,16$) ve 1-3 saat arası olanlardan ($\bar{x}: 16,03$) daha yüksektir. Günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1-3 saat arası olanların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}: 16,03$), 1 saatten az olanlardan ($\bar{x}: 13,16$) daha yüksektir.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1-3 saat arası olanların özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutundan aldıkları puanlar ($\bar{x}: 23,88$), günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 4-6 saat arası olanlardan ($\bar{x}: 22,29$) daha yüksektir. Günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1-3 saat arası olanların özkontrol-özyönetim ölçeği kendini pekiştirme alt boyutundan aldıkları puanlar ($\bar{x}: 19,22$), günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 1-3 saatten az olanlardan ($\bar{x}: 17,50$) daha yüksektir.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 7 saatten fazla olanların aşkınlık alt boyut puanları ($\bar{x}: 24,22$), 1-3 saat ($\bar{x}: 20,85$) ve 4-6 saat olanlardan ($\bar{x}: 20,50$) daha yüksektir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanları, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve kendini değerlendirme alt boyut puanları ile manevi kaynaklar ölçeği din doğa ve insancıl alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır.

Tablo 2. 14: Katılımcıların Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranlarındaki farklılık durumlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	Covid-19 Sürecinde Sosyal Medyayı Kullanma Oranındaki Farklılık		N	Ort ± Ss	t	P
	Evet	Hayır				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	512	17,74±5,33	6,281	,000*
			114	14,21±5,82		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	512	14,37±6,43	-,528	,597
			114	14,73±7,01		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	512	51,92±9,25	-,121	,904
			114	52,04±10,34		
Kendini Ayarlama	Evet	Hayır	512	23,24±4,95	-,633	,527
			114	23,57±5,48		
Kendini Değerlendirme	Evet	Hayır	512	15,22±6,09	,422	,674
			114	14,91±7,01		
Kendini Pekiştirme	Evet	Hayır	512	18,90±4,88	1,005	,315
			114	18,39±5,03		
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Evet	Hayır	512	24,19±6,51	-,817	,414
			114	24,74±6,17		
Doğa	Evet	Hayır	512	20,14±6,59	,251	,448
			114	20,65±6,18		
İnsancıl	Evet	Hayır	512	21,36±6,35	-,090	,928
			114	21,42±5,61		
Aşknlık	Evet	Hayır	512	20,93±7,55	,264	,371
			114	21,63±7,22		

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.14'de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranındaki farklılık durumuna göre anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini ortaya koymak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analizin sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanında (t:6,281 p<0,05) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranında artış olan öğrencilerde (\bar{x} : 17,74) Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranında artış olmayan öğrencilere (\bar{x} : 14,21) göre daha yüksektir.

Katılımcıların Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranındaki farklılık olma durumu ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 2. 15: Katılımcıların Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	Covid-19 Sürecinde Günlük Olarak Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Oranındaki Artış	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	145	13,35±5,19	46,639	,000*	d>a,b,c c>a, b>a
	1-3 saat arası (b)	364	17,62±4,88			
	4-6 saat arası (c)	80	18,85±5,60			
	7 saatten fazla (d)	37	22,83±5,07			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	145	13,62±6,41	6,419	,000*	d>a, b
	1-3 saat arası (b)	364	14,20±6,14			
	4-6 saat arası (c)	80	15,06±6,57			
	7 saatten fazla (d)	37	18,64±8,89			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	1 saatten az (a)	145	51,77±9,55	1,181	,316	-
	1-3 saat arası (b)	364	51,55±8,99			
	4-6 saat arası (c)	80	53,11±9,19			
	7 saatten fazla (d)	37	53,94±13,22			
Kendini Ayarlama	1 saatten az (a)	145	24,15±4,95	3,408	,017*	a>d
	1-3 saat arası (b)	364	23,15±4,92			
	4-6 saat arası (c)	80	23,32±5,02			
	7 saatten fazla (d)	37	21,35±5,82			
Kendini Değerlendirme	1 saatten az (a)	145	15,96±6,63	6,334	,000*	a>d, b>d
	1-3 saat arası (b)	364	15,47±5,95			
	4-6 saat arası (c)	80	14,01±6,40			
	7 saatten fazla (d)	37	11,51±6,11			
Kendini Pekiştirme	1 saatten az (a)	145	18,57±5,37	,175	,913	-
	1-3 saat arası (b)	364	18,87±4,69			
	4-6 saat arası (c)	80	18,80±4,89			
	7 saatten fazla (d)	37	19,10±5,38			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	1 saatten az (a)	145	24,22±6,79	,224	,880	-
	1-3 saat arası (b)	364	24,37±6,40			
	4-6 saat arası (c)	80	23,85±6,59			
	7 saatten fazla (d)	37	24,78±5,33			
Doğa	1 saatten az (a)	145	20,31±6,43	,051	,985	-
	1-3 saat arası (b)	364	20,19±6,462			
	4-6 saat arası (c)	80	20,12±5,73			
	7 saatten fazla (d)	37	20,56±7,58			
İnsancıl	1 saatten az (a)	145	20,89±6,36	1,106	,346	-
	1-3 saat arası (b)	364	21,48±6,16			
	4-6 saat arası (c)	80	21,05±5,83			
	7 saatten fazla (d)	37	22,86±7,02			
Aşknlık	1 saatten az (a)	145	21,05±7,73	,086	,968	-
	1-3 saat arası (b)	364	21,16±7,36			
	4-6 saat arası (c)	80	20,82±7,20			
	7 saatten fazla (d)	37	20,64±8,55			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.15'te katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının Covid-19 pandemi sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma

oranındaki artışa göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacı ile yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 4,434 $p<0,05$) toplam puanında, koronavirüs Covid-19 korkusu ölçeği toplam puanında (F:6,419 $p<0,05$), özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutunda (F:3,408 $p<0,05$) ve kendini değerlendirme alt boyutunda (F:6,334 $p<0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 22,83), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olan (\bar{x} : 13,35), 1-3 saat arası olan (\bar{x} : 17,62) ve 4-6 saat arası olanlardan (\bar{x} : 18,85), daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 4-6 saat olanların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 18,85), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olan olanlardan (\bar{x} : 13,35) daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1-3 saat olanların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 17,62), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olanlardan (\bar{x} : 13,35) daha yüksektir.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanların koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 18,64), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olan (\bar{x} : 13,62) ve 1-3 saat arası olanlardan (\bar{x} : 14,320) daha yüksektir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olanların özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 25,15), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanlardan (\bar{x} : 21,35) daha yüksektir. Öğrencilerden Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olanların özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 15,96), Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanlardan (\bar{x} : 11,51) daha yüksektir. Yine öğrencilerden Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1-3 saat arası olanların özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 15,47),

Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanlardan (\bar{x} : 11,51) daha yüksektir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış ile öz kontrol-öz yönetim ölçeği toplam ve kendini pekiştirme alt boyutu ile manevi kaynaklar ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır.

Tablo 2. 16: Katılımcıların akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Akşam Yatarken		N	Ort ± Ss	t	P
	Son Bir Kez Sosyal Medyayı Kontrol Etme					
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	492	18,07±5,33	8,892	,000*	
	Hayır	134	13,50±5,06			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	492	14,69±6,70	1,815	,070	
	Hayır	134	13,53±5,81			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	492	52,20±9,41	1,310	,191	
	Hayır	134	51,00±9,54			
Kendini Ayarlama	Evet	492	23,17±5,20	-1,287	,199	
	Hayır	134	23,74±4,32			
Kendini Değerlendirme	Evet	492	14,94±6,13	-1,678	,094	
	Hayır	134	15,97±6,68			
Kendini Pekiştirme	Evet	492	18,97±4,84	1,567	,118	
	Hayır	134	18,22±5,15			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Evet	492	24,42±6,30	,951	,342	
	Hayır	134	23,82±6,97			
Doğa	Evet	492	20,24±6,63	,028	,977	
	Hayır	134	20,22±6,10			
İnsancıl	Evet	492	21,42±6,24	,352	,725	
	Hayır	134	21,20±6,16			
Aşkınlık	Evet	492	21,47±7,55	,592	,554	
	Hayır	134	20,72±7,57			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.16'da katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini ortaya koymak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analizin sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanında (t:8,892 p<0,05) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol eden öğrencilerde (\bar{x} : 18,07) akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilere (\bar{x} : 13,50) göre daha yüksektir.

Katılımcıların akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumu ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2. 17: Katılımcıların sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Sabah Kalkınca İlk Olarak Sosyal Medyayı Kontrol Etme	N	Ort ± Ss	t	P
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	420	18,57±5,20	10,179	,000*
	Hayır	206	14,08±5,15		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	420	14,93±6,83	2,833	,005*
	Hayır	206	13,45±5,76		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	420	52,27±9,39	1,226	,221
	Hayır	206	51,28±9,53		
Kendini Ayarlama	Evet	420	23,01±5,13	-2,037	,042*
	Hayır	206	23,88±4,76		
Kendini Değerlendirme	Evet	420	14,70±6,13	-2,658	,008*
	Hayır	206	16,11±6,43		
Kendini Pekiştirme	Evet	420	18,95±4,83	1,064	,288
	Hayır	206	18,51±5,07		
Manevi Kaynaklar Ölçeği					
Din	Evet	420	24,16±6,55	-,717	,473
	Hayır	206	24,56±6,24		
Doğa	Evet	420	20,24±6,65	,040	,968
	Hayır	206	20,22±6,25		
İnsancıl	Evet	420	21,58±6,33	1,171	,242
	Hayır	206	20,96±5,98		
Aşknlık	Evet	420	21,12±7,43	,285	,775
	Hayır	206	20,94±7,61		

* $p<=0,05$ düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.17'de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini ortaya koymak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analizin sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanında ($t:10,179$ $p<0,05$), koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanında ($t:2,833$ $p<0,05$), özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama ($t:-2,037$ $p<0,05$) ve kendini değerlendirme ($t:-2,658$ $p<0,05$) puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol öğrencilerde (\bar{x} : 18,57) sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilere (\bar{x} : 14,08) göre daha yüksektir. Koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol öğrencilerde (\bar{x} :

14,93) sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilere (\bar{x} : 13,45) göre daha yüksektir. Kendini ayarlama puan ortalaması sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilerde (\bar{x} : 23,88) sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol eden öğrencilere (\bar{x} : 23,01) göre daha yüksektir. Kendini değerlendirme puan ortalaması sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilerde (\bar{x} : 16,11) sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol eden öğrencilere (\bar{x} : 14,70) göre daha yüksektir.

Katılımcıların sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol etme durumu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve kendini pekiştirme alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2. 18: Katılımcıların çok yoğunken bile sosyal medya hesaplarını kontrol etme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Çok Yoğunken Bile Sosyal Medyayı Kontrol Etme		N	Ort ± Ss	t	P
	Evet	Hayır				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	214	20,39±5,28	11,717	,000*	
	Hayır	412	15,38±4,95			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	214	15,78±7,35	3,499	,001*	
	Hayır	412	13,74±5,95			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	214	51,55±10,14	-,755	,450	
	Hayır	412	52,15±9,07			
Kendini Ayarlama	Evet	214	22,18±5,80	-4,059	,000*	
	Hayır	412	23,88±4,47			
Kendini Değerlendirme	Evet	214	14,00±5,63	-3,385	,001*	
	Hayır	412	15,77±6,48			
Kendini Pekiştirme	Evet	214	18,36±5,10	-1,631	,103	
	Hayır	412	19,04±4,80			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Evet	214	23,81±6,65	-1,345	,179	
	Hayır	412	24,54±6,34			
Doğa	Evet	214	20,31±6,79	,220	,829	
	Hayır	412	22,19±6,38			
İnsancıl	Evet	214	21,46±6,53	,261	,794	
	Hayır	412	21,33±6,06			
Aşkılık	Evet	214	20,85±7,89	-,489	,625	
	Hayır	412	21,17±7,28			

* $p<=0,05$ düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.18'de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı farklılaşma gösterme durumunu ortaya koymak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanda (t : 11,717 $p<0,05$), koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanında (t : 3,499 $p<0,05$),

kendini ayarlama alt boyutu ($t: -4,059$ $p < 0,05$) ve kendini pekiştirme alt boyutu ($t: -3,385$ $p < 0,05$) puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Buna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol eden öğrencilerde ($\bar{x}: 20,39$) kontrol etmeyen öğrencilere ($\bar{x}: 15,38$) göre daha yüksektir. Koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol eden öğrencilerde ($\bar{x}: 15,78$) kontrol etmeyen öğrencilere ($\bar{x}: 13,74$) göre daha yüksektir. Kendini ayarlama puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilerde ($\bar{x}: 23,88$) kontrol eden öğrencilere ($\bar{x}: 22,18$) göre daha yüksektir. Kendini değerlendirme puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etmeyen öğrencilerde ($\bar{x}: 15,77$) kontrol eden öğrencilere ($\bar{x}: 14,00$) göre daha yüksektir. Katılımcıların çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanı ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 2. 19: Katılımcıların internet kullanma becerilerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	İnternet Kullanma Becerileri	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Acemi (a)	21	14,33±6,07	9,008	,000*	d>a,b c>a,b
	Orta (b)	314	16,26±5,37			
	İleri (c)	222	17,89±5,35			
	Uzman (d)	69	19,17±6,21			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Acemi (a)	21	13,90±6,17	,182	,908	-
	Orta (b)	314	14,42±6,53			
	İleri (c)	222	14,37±6,29			
	Uzman (d)	69	14,92±7,49			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Acemi (a)	21	52,00±10,16	,302	,824	-
	Orta (b)	314	51,74±8,93			
	İleri (c)	222	52,40±10,12			
	Uzman (d)	69	51,39±9,42			
Kendini Ayarlama	Acemi (a)	21	21,85±6,30	,634	,593	-
	Orta (b)	314	23,28±4,65			
	İleri (c)	222	23,41±5,31			
	Uzman (d)	69	23,43±5,31			
Kendini Değerlendirme	Acemi (a)	21	11,23±5,65	3,154	,024*	b>a c>a d>a
	Orta (b)	314	15,42±6,02			
	İleri (c)	222	15,01±6,50			
	Uzman (d)	69	15,68±6,39			
Kendini Pekiştirme	Acemi (a)	21	16,38±6,52	1,882	,131	-
	Orta (b)	314	18,87±4,76			
	İleri (c)	222	19,00±4,92			
	Uzman (d)	69	18,63±4,90			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Acemi (a)	21	25,23±5,77	2,253	,081	-
	Orta (b)	314	24,69±6,27			
	İleri (c)	222	24,19±6,46			
	Uzman (d)	69	22,55±7,19			
Doğa	Acemi (a)	21	19,14±7,32	,526	,665	-
	Orta (b)	314	20,09±6,41			
	İleri (c)	222	20,61±6,45			
	Uzman (d)	69	20,01±7,01			
İnsancıl	Acemi (a)	21	21,57±7,32	,521	,668	-
	Orta (b)	314	21,15±5,96			
	İleri (c)	222	21,77±6,20			
	Uzman (d)	69	21,01±7,08			
Aşkınlık	Acemi (a)	21	20,38±9,74	,726	,537	-
	Orta (b)	314	21,38±7,23			
	İleri (c)	222	21,01±7,33			
	Uzman (d)	69	19,98±8,40			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.19’da katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının internet kullanma becerilerine göre anlamlı farklılaşma durumunu tespit etmek için yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 9,008 p<0,05) toplam puanında ve özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutunda (F: 3,154 p<0,05) istatistiksel açıdan

anlamli bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan niversite öğrencilerinden internet kullanma becerileri konusunda kendilerini uzman olarak nitelendirenlerin bergem sosyal medya bağımlılığı leğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 19,17), internet kullanma becerileri konusunda kendilerini acemi (\bar{x} : 14,33) ve orta (\bar{x} : 16,26) olarak nitelendirenlerden daha yüksektir. Katılımcılardan internet kullanma becerileri konusunda kendilerini ileri olarak nitelendirenlerin bergem sosyal medya bağımlılığı leğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 17,89), kendilerini acemi (\bar{x} : 14,33) ve orta (\bar{x} : 16,26) olarak nitelendirenlerden daha yüksektir.

Çalışmaya katılan niversite öğrencilerinden internet kullanma becerileri konusunda kendilerini orta olarak nitelendirenlerin Özkontrol-zynetim leği kendini değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 15,42), internet kullanma becerileri konusunda kendilerini acemi olarak nitelendirenlerden (\bar{x} : 11,23) daha yüksektir. Katılımcılardan internet kullanma becerileri konusunda kendilerini ileri olarak nitelendirenlerin kendini değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 15,03), internet kullanma becerileri konusunda kendilerini acemi olarak nitelendirenlerden (\bar{x} : 11,23) daha yüksektir. Katılımcılardan internet kullanma becerileri konusunda kendilerini uzman olarak nitelendirenlerin kendini değerlendirme alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 15,68), internet kullanma becerileri konusunda kendilerini acemi olarak nitelendirenlerden (\bar{x} : 11,23) daha yüksektir.

Araştırmaya katılan niversite ğrencilerinin internet kullanma becerileri ile koronavirüs (Covid-19) korkusu leği toplam puanı, Özkontrol-zynetim leği toplam ve kendini ayarlama ve kendini pekiştirme alt boyut puanları ve manevi kaynaklar leği alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamli bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Tablo 2. 20: Katılımcıların internette dini içerikli video izleme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	İnternette Dini İçerikli Video İzleme	N	Ort ± Ss	T	P
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	529	16,94±5,48	-1,569	,000*
	Hayır	97	17,91±6,11		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	529	14,00±6,22	-3,475	,001*
	Hayır	97	16,85±7,63		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	529	52,02±9,37	454	,650
	Hayır	97	51,54±9,90		
Kendini Ayarlama	Evet	529	23,41±4,96	1,344	,180
	Hayır	97	22,67±5,32		
Kendini Değerlendirme	Evet	529	15,26±6,18	,884	,377
	Hayır	97	14,64±6,67		
Kendini Pekiştirme	Evet	529	18,86±4,89	,626	,532
	Hayır	97	18,52±5,03		
Manevi Kaynaklar Ölçeği					
Din	Evet	529	25,32±5,72	8,569	,000*
	Hayır	97	18,65±7,26		
Doğa	Evet	529	20,24±6,56	,103	,918
	Hayır	97	20,17±6,33		
İnsancıl	Evet	529	21,33±6,24	-,380	,704
	Hayır	97	21,59±6,13		
Aşkınlık	Evet	529	21,67±7,25	4,881	,000*
	Hayır	97	17,71±7,88		

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.20’de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının internette dini içerikli videolar izleme durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini saptamak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanında (t: -1,569 p<0,05), koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanında (t: -3,475 p<0,05), din alt boyutu (t: 8,569 p<0,05) ve aşkınlık alt boyutu (t: 4,881 p<0,05) puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı internette dini içerikli video izlemeyen öğrencilerde (\bar{x} : 17,91) izleyen öğrencilere (\bar{x} : 16,94) göre daha yüksektir. Koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı internette dini içerikli video izlemeyen öğrencilerde (\bar{x} : 16,85) izleyen öğrencilere (\bar{x} : 14,00) göre daha yüksektir. Din puanı internette dini içerikli video izleyen öğrencilerde (\bar{x} : 25,32) izlemeyen öğrencilere (\bar{x} : 18,65) göre daha yüksektir. Aşkınlık puanı internette dini içerikli video izleyen öğrencilerde (\bar{x} : 21,67) izlemeyen öğrencilere (\bar{x} : 17,71) göre daha yüksektir. Katılımcıların internette dini içerikli videolar izleme durumu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği doğa ve insancıl alt

boyut puanlarında arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 2. 21: Katılımcıların Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait t-testi sonuçları

Alt Boyutlar	Covid-19 Sürecinde Online Dini Programlara Katılma		N	Ort ± Ss	T	P
	Evet	Hayır				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	166	16,98±5,70	-,314	,753
			460	17,14±5,56		
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	166	13,65±6,46	-1,814	,070
			460	14,72±6,54		
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Evet	Hayır	166	52,26±8,95	,505	,614
			160	51,83±9,62		
Kendini Ayarlama	Evet	Hayır	166	24,07±4,76	2,334	,020*
			460	23,01±5,09		
Kendini Değerlendirme	Evet	Hayır	166	15,50±5,99	,815	,415
			460	15,04±6,36		
Kendini Pekiştirme	Evet	Hayır	166	18,69±5,16	-,368	,713
			460	18,85±4,82		
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Evet	Hayır	166	27,89±5371	11,488	,000*
			460	23,00±6,73		
Doğa	Evet	Hayır	166	20,83±6,47	1,368	,172
			460	20,02±6,53		
İnsancıl	Evet	Hayır	166	22,95±5,55	4,113	,000*
			460	20,80±6,35		
Aşkınlık	Evet	Hayır	166	24,40±6,67	7,301	,000*
			460	19,85±7,41		

* $p\leq 0,05$ düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.21’de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini saptamak için yapılan bağımsız örneklem t-testi yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutu puanında ($t: 2,334$ $p<0,05$), manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutu puanında ($t: 11,488$ $p<0,05$), insancıl alt boyutu puanında ($t: 4,113$ $p<0,05$) ve aşkınlık alt boyutu puanında ($t: 7,301$ $p<0,05$) ve istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre, özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyut puanı Covid-19 sürecinde online dini programlara katılan öğrencilerde ($\bar{x}: 24,07$ $p<0,05$) katılmayan öğrencilere ($\bar{x}: 23,01$ $p<0,05$) göre daha yüksektir. Manevi kaynaklar ölçeği din alt boyut puanı Covid-19 sürecinde online dini programlara katılan öğrencilerde ($\bar{x}: 27,89$ $p<0,05$) katılmayan öğrencilere ($\bar{x}: 23,00$ $p<0,05$) göre daha yüksektir. Manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyut puanı Covid-19

sürecinde online dini programlara katılan öğrencilerde (\bar{x} : 22,95 $p<0,05$) katılmayan öğrencilere (\bar{x} : 20,80 $p<0,05$) göre daha yüksektir. Manevi kaynaklar ölçeği aşkınlık alt boyut puanı Covid-19 sürecinde online dini programlara katılan öğrencilerde (\bar{x} : 24,40 $p<0,05$) katılmayan öğrencilere (\bar{x} : 19,85 $p<0,05$) göre daha yüksektir. Katılımcıların Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumu ile bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı, koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyut puanı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2. 22:Katılımcıların internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	İnternette İzlenen Dini İçerikli Videolar ve Online Programlar Din Algısını Nasıl Etkiledi	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	226	16,85±5,40	4,822	,008*	b>a, c
	Dinden Soğuttu (b)	42	19,66±6,59			
	Etkilemedi (c)	358	16,95±5,52			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	226	13,88±5,85	2,162	,116	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	16,02±8,06			
	Etkilemedi (c)	358	14,60±6,72			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	226	52,19±9,27	,138	,871	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	52,09±9,39			
	Etkilemedi (c)	358	51,77±9,58			
Kendini Ayarlama	Dine Isındırdı (a)	226	23,80±4,42	2,283	,103	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	22,30±5,22			
	Etkilemedi (c)	358	23,09±5,33			
Kendini Değerlendirme	Dine Isındırdı (a)	226	15,64±6,20	1,132	,323	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	14,50±5,22			
	Etkilemedi (c)	358	14,94±6,40			
Kendini Pekiştirme	Dine Isındırdı (a)	226	10,02±4,77	,675	,510	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	19,28±5,61			
	Etkilemedi (c)	358	18,62±4,91			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Dine Isındırdı (a)	226	27,76±3,13	19,611	,000*	a>b, c c>b
	Dinden Soğuttu (b)	42	16,38±7,98			
	Etkilemedi (c)	358	23,03±6,54			
Doğa	Dine Isındırdı (a)	226	20,60±6,56	,941	,391	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	20,85±6,17			
	Etkilemedi (c)	358	19,93±6,53			
İnsancıl	Dine Isındırdı (a)	226	22,26±5,31	4,448	,010*	a>c
	Dinden Soğuttu (b)	42	22,19±6,34			
	Etkilemedi (c)	358	20,72±6,66			
Aşkınlık	Dine Isındırdı (a)	226	23,37±6,66	19,286	,000*	a>b, c
	Dinden Soğuttu (b)	42	17,90±7,82			
	Etkilemedi (c)	358	19,97±7,58			

* $p<=0,05$ düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.22’de katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, öz kontrol-öz yönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna göre anlamlı farklılaşma durumunu belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 4,822 p<0,05) toplam puanında, manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutunda (F: 19,611 p<0,05), insancıl alt boyutunda (F: 4,448 p<0,05) ve aşkınlık alt boyutunda (F: 19,286 p<0,05) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna “dinden soğuttu(b)” diyenlerin bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar (\bar{x} : 19,66), “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 16,95) ve “dine ısındırdı(a)” (\bar{x} : 16,85) diyenlerden daha yüksektir.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 27,76), “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 23,03) ve “dinden soğuttu(b)” (\bar{x} : 16,38) diyenlerden daha yüksektir. İnternette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online dini programların din algısını etkileme durumuna “etkilemedi(c)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 23,03), “dinden soğuttu(b)” (\bar{x} : 16,38) diyenlerden daha yüksektir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 22,26), “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 20,72) diyenlerden daha yüksektir. Yine katılımcılardan internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği aşkınlık alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 23,37), “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 19,87) ve “dinden soğuttu(b)” (\bar{x} : 17,90) diyenlerden daha yüksektir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online dini programların din algısını etkileme durumu ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı, özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları ve manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.

Tablo 2. 23: Katılımcıların sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarına ait anova sonuçları

Alt Boyutlar	Sosyal Paylaşım Sitelerindeki Arkadaşları Din Algısını Nasıl Etkiledi	N	Ort ± Ss	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	114	16,77±5,54	6,085	,002*	b>a, c
	Dinden Soğuttu (b)	42	19,97±5,53			
	Etkilemedi (c)	470	19,21±5,50			
Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	114	13,58±6,03	1,224	,295	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	14,85±7,30			
	Etkilemedi (c)	470	14,61±6,57			
Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Toplam	Dine Isındırdı (a)	114	53,07±9,82	1,046	,352	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	52,11±8,69			
	Etkilemedi (c)	470	51,65±9,41			
Kendini Ayarlama	Dine Isındırdı (a)	114	23,85±4,77	1,118	,327	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	22,61±5,89			
	Etkilemedi (c)	470	23,27±5,00			
Kendini Değerlendirme	Dine Isındırdı (a)	114	15,14±6,29	,164	,849	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	14,64±5,04			
	Etkilemedi (c)	470	15,21±6,36			
Kendini Pekiştirme	Dine Isındırdı (a)	114	19,36±4,32	1,085	,339	-
	Dinden Soğuttu (b)	42	19,14±4,25			
	Etkilemedi (c)	470	18,64±5,09			
Manevi Kaynaklar Ölçeği						
Din	Dine Isındırdı (a)	114	27,88±3,44	38,003	,000*	a>b, c c>b
	Dinden Soğuttu (b)	42	18,73±8,13			
	Etkilemedi (c)	470	23,92±6,39			
Doğa	Dine Isındırdı (a)	114	22,92±6,28	5,354	,005*	a>c
	Dinden Soğuttu (b)	42	20,95±5,79			
	Etkilemedi (c)	470	19,76±6,57			
İnsancıl	Dine Isındırdı (a)	114	23,14±5,12	5,841	,003*	a>c
	Dinden Soğuttu (b)	42	21,50±6,96			
	Etkilemedi (c)	470	20,93±6,33			
Aşkınlık	Dine Isındırdı (a)	114	24,11±6,11	13,219	,000*	a>b, c
	Dinden Soğuttu (b)	42	18,69±8,37			
	Etkilemedi (c)	470	20,53±7,52			

*p<=0,05 düzeyinde istatistiksel anlamlı farklılık

Tablo 2.23'te katılımcıların bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, koronavirüs (covid-19) korkusu ölçeği, özkontrol-özyönetim ölçeği ve manevi kaynaklar ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna göre anlamlı farklılaşma durumunu belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi (anova) yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (F: 6,085 p<0,05) toplam puanında, manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutunda (F: 38,003 p<0,05), doğa alt boyutunda (F: 5,354 p<0,05), insancıl alt boyutunda (F: 5,841 p<0,05), aşkınlık alt boyutunda (F: 13,219 p<0,05) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “dinden soğuttu(b)” diyenlerin bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden

aldıkları puanlar (\bar{x} : 19,97), “dine ısındırdı(a)” (\bar{x} : 16,77) ve “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 19,21) diyenlerden daha yüksektir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 27,88), “dinden soğuttu(b)” (\bar{x} : 18,73) ve “etkilemedi(c)” (\bar{x} : 23,92) diyenlerden daha yüksektir. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “etkilemedi(c)” diyenlerin din alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 23,92), “dinden soğuttu(b)” diyenlerden (\bar{x} : 18,73) daha yüksektir. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinden sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 22,92), “etkilemedi(c)” diyenlerden (\bar{x} : 19,76) daha yüksektir. Katılımcılarda sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 23,14), “etkilemedi(c)” diyenlerden (\bar{x} :20,93) daha yüksektir. Yine katılımcıların sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumuna “dine ısındırdı(a)” diyenlerin manevi kaynaklar ölçeği aşkınlık alt boyutundan aldıkları puanlar (\bar{x} : 24,11), “dinden soğuttu(b)” (\bar{x} :18,69) ve “etkilemedi(c)” (\bar{x} :20,53) diyenlerden daha yüksektir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının din algısını etkileme durumu ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ve özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir.

2.2.4. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Tablo 2. 24: Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs Korkusu Ölçeği, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği ortalama puanları arasındaki ilişkiye dair korelasyon analizi sonuçları**p<0,01 *P<0,05

		SMBÖ Toplam	KKÖ Toplam	Din	Doğa	İnsancıl	Aşkınılık	ÖKYÖ Toplam	Kendini Ayarlama	Kendini Değerlendirme	Kendini Pekiştirme
SMBÖ Toplam	r p n	1 626									
KKÖ Toplam	r p n	,221** ,000 626	1 626								
Din	r p n	-,053 ,187 626	-,049 ,226 626	1 626							
Doğa	r p n	,040 ,319 626	,131** ,001 626	,263** ,000 626	1 626						
İnsancıl	r p n	,087* ,030 626	,069 ,084 626	,331** ,000 626	,442** ,000 626	1 626					
Aşkınılık	r p n	,003 ,943 626	,077 ,054 626	,608** ,000 626	,415** ,000 626	,466** ,000 626	1 626				
ÖKYÖ Toplam	r p n	,075 ,060 626	,151** ,000 626	,182** ,000 626	,326** ,000 626	,277** ,000 626	,222** ,000 626	1 626			
Kendini Ayarlama	r p n	-,192** ,000 626	-,025 ,533 626	,199** ,000 626	,178** ,000 626	,224** ,000 626	,189** ,000 626	,629** ,000 626	1 626		
Kendini Değerlendirme	r p n	-,260** ,000 626	-,176** ,000 626	,015 ,712 626	-,167** ,000 626	-,076 ,057 626	-,056 ,161 626	-,462** ,000 626	,242** ,000 626	1 626	
Kendini Pekiştirme	r p n	,010 ,802 626	,090* ,024 626	,164** ,000 626	,231** ,000 626	,207** ,000 626	,162** ,000 626	,690** ,000 626	,493** ,000 626	,139** ,000 626	1 626

Tablo 2.24’de katılımcıların SMBÖ (Sosyal medya bağımlılığı ölçeği) toplam puanı ile koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük düzeyde korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılığı arttıkça koronavirüs korkuları da artmaktadır. Katılımcıların SMBÖ toplam puanı ile MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) insancıl alt boyutu puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça insancıl manevi yönelimleri artmaktadır. Katılımcıların SMBÖ toplam puanı ile ÖKYÖ (Özkontrol-Özyönetim Ölçeği) kendini ayarlama alt boyutu arasında negatif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça kendini ayarlama düzeyleri düşmektedir. Katılımcıların SMBÖ toplam puanı ile ÖKYÖ kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri düşmektedir.

Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ile MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça doğa manevi yönelimleri artmaktadır. Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ile ÖKYÖ toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça öz kontrol-öz yönetim düzeyleri artmaktadır. Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ile ÖKYÖ kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ile ÖKYÖ kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri artmaktadır.

Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) din alt boyutu ile doğa alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça doğa manevi yönelimleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) din alt boyutu ile insancıl alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça insancıl manevi yönelimleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) din alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça aşkınlık manevi yönelimleri

de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) din alt boyutu ile ÖKYÖ toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça öz kontrol- öz yönetim düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) din alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol-Özyönetim Ölçeği) kendini ayarlama alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça kendini ayarlama düzeyleri de artmaktadır. MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) din alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol-Özyönetim Ölçeği) kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır.

Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu ile insancıl alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça insancıl manevi yönelimleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça aşkınlık manevi yönelimleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu ile ÖKYÖ toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça öz kontrol- öz yönetim düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini ayarlama alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça kendini ayarlama düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) doğa alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) doğa alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol-Özyönetim Ölçeği) kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır.

Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) insancıl alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça aşkınlık manevi yönelimleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) insancıl alt boyutu ile ÖKYÖ toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi

yönelimleri arttıkça öz kontrol- öz yönetim düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) insancıl alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini ayarlama alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça kendini ayarlama düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) insancıl alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) insancıl alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır.

Katılımcıların MKÖ (manevi kaynaklar ölçeği) aşkınlık alt boyutu ile ÖKYÖ toplam puanı arasında pozitif anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların aşkınlık manevi yönelimleri arttıkça özkontrol- özyönetim düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) aşkınlık alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini ayarlama alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların aşkınlık manevi yönelimleri arttıkça kendini ayarlama düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların MKÖ (Manevi Kaynaklar Ölçeği) aşkınlık alt boyutu ile ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların aşkınlık manevi yönelimleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır.

Katılımcıların ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) toplam puanları ile kendini ayarlama alt boyutu arasında pozitif, anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre katılımcıların öz kontrol- özyönetim düzeyleri arttıkça kendini ayarlama düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) toplam puanları ile kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre katılımcıların öz kontrol- öz yönetim düzeyleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Katılımcıların ÖKYÖ (Özkontrol- Özyönetim Ölçeği) toplam puanları ile kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif, anlamlı ve orta düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre katılımcıların öz kontrol- öz yönetim düzeyleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların kendini ayarlama alt boyut puanları ile kendini değerlendirme alt boyut puanları arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların kendini ayarlama düzeyleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri de

artmaktadır. Katılımcıların kendini ayarlama alt boyut puanları ile kendini pekiştirme alt boyut puanları arasında pozitif, anlamlı ve orta seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların kendini ayarlama düzeyleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Katılımcıların kendini değerlendirme alt boyut puanları ile kendini pekiştirme alt boyut puanları arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların kendini değerlendirme düzeyleri arttıkça kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır.



2.3. Tartışma

Bu bölümde, üniversite öğrencilerinin Covid-19 sürecinde sosyal medya bağımlılığı, manevi kaynaklar ve Özkontrol-özyönetim düzeylerine ilişkin bulgular literatürdeki araştırmalar çerçevesinde ilgili ana başlıklar altında tartışılmıştır. İlk olarak araştırma ölçekleri ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki, daha sonra ölçeklerin birbiriyle ilişkileri istatistiksel olarak incelenmiştir.

2.3.1. Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol ve Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puan Ortalamalarındaki Farka İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Cinsiyet

Mevcut çalışmada ele alınan değişkenler için yapılan istatistiksel analizlerin sonuçlarına göre elde edilen bulguların literatürle genel olarak uyumlu yönde olduğu görülmektedir. Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre değişmediği tespit edilmiştir. Alanyazındaki çalışmalar incelendiği zaman sosyal medya bağımlılık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değişmediği saptanmıştır (Demir ve Kumcağız, 2019: 33; Özdemir, 2019: 96; Aktan, 2018:415; Şahin vd., 2021:172; Atlı vd., 2021: 65; Ağırtaş ve Güler, 2020:79; Balcı vd., 2019:54; Aliusta vd., 2019: 11; Koçak ve Traş, 2021:1625; Tutgun-Ünal ve Deniz, 2018; Çömlekçi ve Başol, 2018: 182; Aksu ve Karadağ, 2021: 92; Bilge vd., 2020: 232; Karakuş vd., 2022: 42; Şahin, 2021: 29; Demiroğlu, 2021: 126; Çakmak, 2021: 53; Babaarslan, 2021: 37; Körpe ve Küçük, 2021: 587). Elde edilen bulgudan farklı olarak bazı çalışmalarda sosyal medya bağımlılık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşma gösterdiği belirlenmiştir (Harmancı vd., 2019: 250; İnce ve Koçak, 2017: 746; Kıran vd., 2020: 438; Ilgaz, 2018: 251; Bozkurt ve Bozkurt, 2021: 186; Demircan vd., 2022: 600; Korkmaz, 2021: 252; Bor-Ataman ve Bağcı-Taylan, 2020: 225; Karslı, 2019: 244). Bu çalışmada elde edilen sonuca göre cinsiyet değişkenine göre katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olmamasının nedeni Covid-19 salgını sürecinde uygulanan birtakım kısıtlamalardan dolayı bireylerin belirli mekanlarda bulunma ve sınırlı bir şekilde sosyal iletişimde bulunma zorunlulukları onları farklı aktivitelere yönlendirmesi ve bu süreçte hem kadınlarda hem de erkeklerde artan stres ve depresyon düzeyleri ile mücadelede bir rahatlama aracı olarak sosyal medya kullanım oranlarının artmasından kaynaklı olarak açıklanabilir (Dikmen, 2021: 28).

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu cinsiyet değişkenine göre değiştiği, kadınların Covid-19 korkusunun erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu konudaki çalışmalar genel olarak kadınların Covid-19 korkusunun erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek olduğunu göstermektedir (Bakioğlu vd., 2021; Rahman, 2021; Gencer, 2020: 1161; Atay vd., 2020: 89; Babaarslan, 2021:37; Gökteş ve Varlı, 2023: 5). Çalışmada elde edilen bulgudan farklı olarak bazı çalışmalarda Covid-19 korkusunun cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar da vardır (Egren vd., 2022: 336; Duman, 2020: 431; Aslan vd., 2021). Bu çalışmada elde edilen sonuca göre Covid-19 korkusunun cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşması ve kadınların Covid-19 korkusunun erkeklere göre daha yüksek olmasının nedeni kadınların hastalık, korku ve şikayetlerini daha kolay ifade edebilmelerinin kültürel olarak daha kabul edilebilir olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyleri ile kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir değişiklik göstermezken, kendini pekiştirme düzeyinin ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değiştiği, kadınların kendini pekiştirme düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Akın'ın (2015: 66) çalışmasında özkontrol-özyönetim ölçeği kendini pekiştirme düzeyinde kadınların lehine anlamlı bir farklılık olduğu ortaya konulmuştur. Aşkın'ın (2021:90) üniversite öğrencilerinin özyönetimli öğrenme becerilerini incelediği çalışmasında cinsiyet değişkeni ile özyönetimli öğrenme becerileri arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu, kız öğrencilerin özyönetimli öğrenme becerilerinin, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Sağır'ın (2019: 43) ergenlerle yapmış olduğu dindarlık, özdenetim ve hayat memnuniyetini incelediği çalışmasında özdenetim düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşma gösterdiği, kız öğrencilerin özdenetim düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Türkeş'in (2004:108) çalışmasında yine özdenetim düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşma gösterdiği ve kadınların özdenetim düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılmış olan bir başka çalışmada erkeklerin sürekli olarak kadınlardan daha düşük özkontrol gösterdikleri ve kadınların her zaman daha yüksek özkontrole sahip oldukları ortaya konulmuştur (Turner ve Piquero, 2002). Bu çalışmada elde edilen sonuca göre kadınların özkontrol ve özyönetim düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olması, toplumsal cinsiyet rolleri ve kültürümüzdeki kadına atfedilen roller ile açıklanabilir. Kadınların daha özverili ve dikkatli olmaları, evde geçirilen zamanın erkeklere göre fazla olması ve evdeki işler ve çocuk bakımı gibi konulara daha fazla odaklanmış olmaları özkontrol ve özyönetim düzeyleri üzerinde etkili olmuş olabilir.

Bununla birlikte erkeklerin de özkontrol-özyönetimlerini destekleyecek ve geliştirecek çalışmalar yapılmasının faydalı olacağı değerlendirilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din ve aşkınlık alt boyutları cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değiştiği, kadınların din ve aşkınlık maneviyatı kaynaklarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Böylelikle kadınların erkeklerden daha fazla din ve aşkınlık maneviyatı kaynaklarına sahip olduğu görülmektedir. Manevi kaynaklar ölçeği doğa ve insancıl maneviyatı kaynaklarında ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma görülmemektedir. Bulgunun literatür ile uyumlu olduğu değerlendirilmektedir. (Tunç, 2021:83; Demiroğlu, 2021; Dursun, 2019; Çakmak, 2021; Çetintaş vd., 2021: 41; Çelik-İnce ve Utaş-Akhan, 2016: 205; Keskin, 2014: 62; Abdullah ve Topal, 2018: 76; Baynal, 2015: 213; Karşlı, 2019: 244). Bununla birlikte cinsiyetler arası farklılığın olmadığı çalışmalar da mevcuttur (Arvas, 2018:51; Bodur ve Korkmaz, 2017; Kavas ve Kavas, 2015:456; Bulut ve Meral, 2019: 357; Aydın, 2019: 443). Aslında biyolojik farklılıktan kaynaklanmadığı müddetçe cinsiyetler arası farklılığın olmaması istendik bir durumdur. Bundan dolayı maneviyat eğitimleri cinsiyetler arası farklılık oluşturmayacak bir şekilde yapılandırılırsa daha yararlı olabilir. Bu çalışmada elde edilen sonuca göre kadınların din ve aşkınlık maneviyatı kaynaklarının erkeklerden daha yüksek olmasının nedeni maneviyat ile ilgili olan ölçeklerin de düşünmekle değil de daha çok hissetmekle ilgi olmasından dolayı olduğu düşünülmektedir. Kadınlar cinsiyet açısından erkeklerden daha farklı yetiştirilme biçimine sahiptir. Bu da kadınların daha iyi, daha ahlaklı olmaları gerektiği düşüncesini oluşturup yüce bir güçle bağ kurmalarını etkilemiş olabilir (Tunç, 2021: 87).

Yaş

Araştırmadan edilen bulgulara göre çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi yaş değişkenine göre anlamlı şekilde değişiklik gösterdiği, 22-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinin 26 ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası daha düşük yaş grubundaki öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri daha yüksek yaş grubundaki öğrencilerden daha yüksektir. Bu konudaki çalışmaların sonuçları genellikle elde edilen mevcut bulguyla tutarlıdır. Bor ve Bağcı'nın (2020: 226) Covid-19 pandemisinde evde bulunma süreleri artmış olan üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarını incelemiş oldukları çalışmada öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşma gösterdiği tespit edilmiştir. 18-19 yaş aralığındaki öğrencilerin 20-22 yaş ve 23 yaş ve üzerinde olan öğrencilerden sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha

yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı şekilde, 20-22 yaş arasındaki öğrencilerin 23-25 yaş arasındakilerden sosyal medya bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulguyu destekleyen başka çalışmalar da vardır (Uçar vd., 2022: 29; Korkmaz, 2021: 254; Bozkurt ve Bozkurt, 2021: 186; Kovan ve Ormancı, 2021: 134; Turgut vd., 2018: 195). Sosyal medya bağımlılık düzeyinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Özdemir, 2019: 97; Atlı vd., 2021: 65; Baz, 2018: 286; Karakuş vd., 2022: 44; Babaarslan, 2021: 38). Çalışmamızda sosyal medya bağımlılık düzeyinin yaş değişkenine göre farklılaşmasının, yaş grubu arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyinin azalmasının nedeninin genel olarak daha genç yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin sosyal medya platformlarında daha fazla zaman harcaması ve sosyal medyanın hayatlarında çok daha büyük bir öneme sahip olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca 26 yaş ve üzeri yaş grubu yetişkinlik dönemini kapsamı ve bazı yeni ve önemli sorumlulukların alındığı bir dönem olmasından dolayı sosyal medya bağımlılığının da azaldığı bir dönemdir.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu yaşa göre anlamlı bir değişim göstermemektedir. Bu bulgu literatürle tutarlıdır. Çiftçi ve Demir'in (2020: 32) Covid-19 döneminde Türk futbolcuları ile yaptıkları çalışmada katılımcıların Covid-19 korku düzeylerini incelemişlerdir. Katılımcıların Covid-19 korku düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma saptanmamıştır. Yine Babaarslan'ın (2021: 38) Covid-19 sürecinde internet bağımlılığını incelediği çalışmada yaş değişkeni ile Covid-19 korkusu arasında anlamlı olarak bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmaların aksine literatürde Covid-19 korkusu ile yaş değişkeni arasında anlamlı olarak bir ilişkinin olduğunu ve yaş arttıkça covid-19 korkusunun da arttığını ifade eden çalışmalar da vardır (Egrem vd., 2022: 26; Aksoy ve Atılğan, 2021: 46). Bu çalışmada elde edilen sonuca göre yaş değişkeni ve Covid-19 korkusu düzeyi arasında anlamlı bir farklılığın olmasının sebebinin Covid-19 pandemisinin genel olarak her yaş grubundan bireyi etkilemiş olması bunun da yaş üzerinde anlamlı bir farklılığa sebep olmadığı düşüncesidir.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ve kendini ayarlama düzeyinin yaş değişkenine göre anlamlı olarak değişiklik gösterdiği, 26 ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeylerinin 18-21 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin özkontrol-öz yönetim düzeylerinden daha yüksek olduğu ve 26 ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin kendini ayarlama düzeylerinin 18-21 ve 22-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin kendini ayarlama düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası daha yüksek yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim ve kendini ayarlama düzeyleri daha düşük yaş grubundaki üniversite

öğrencilerinden daha yüksektir. Çelik (2021: 76) 17-46 yaş grubu aralığındaki katılımcılarla yapmış olduğu çalışmada katılımcıların özkontrol düzeylerinin yaşa göre anlamlı farklılık göstermiş olduğunu, daha yüksek yaş gruplarındaki bireylerin özkontrol düzeylerinin daha düşük yaş gruplarındaki bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Mevcut bulguya göre daha yüksek yaş grubundaki öğrencilerin kendini ayarlama düzeylerinin daha düşük yaş grubundaki öğrencilerden yüksek olması daha yüksek yaş grubundaki öğrencilerin özkontrol-özyönetim düzeylerinin doğal olarak daha yüksek olacağı, hedef ve planları doğrultusunda daha mantıklı düşünülebilecek yaş düzeyinde olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının doğa ve insancıl alt boyutlarının yaşa göre anlamlı bir şekilde değişim gösterdiği tespit edilmiştir.26 ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin doğa maneviyatı kaynakları 22-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin doğa maneviyatı kaynaklarından daha yüksektir. 26 ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin insancıl maneviyatı kaynakları 18-21 ve 22-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin insancıl maneviyatı kaynaklarından daha yüksektir. Kısacası daha yüksek yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin doğa ve insancıl maneviyatı kaynakları daha küçük yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Manevi kaynaklar ölçeği din ve aşkınlık maneviyatı kaynaklarının ise yaş değişkenine göre değişim göstermediği tespit edilmiştir. Demiroğlu'nun (2021:111) çalışmasında aşkınlık maneviyatı kaynağında yaşa göre anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Baynal'ın (2015:215) çalışmasında dindarlık düzeyinin yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı, yaşın ilerledikçe dindarlık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir. Gençlerde internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisinin incelendiği başka bir çalışmada yine yaş değişkeni ve dindarlık düzeyi arasında anlamlı olarak bir farklılığın olduğu yaşın ilerledikçe dindarlık düzeyinin yükseleceği sonucuna ulaşılmıştır (Karslı, 2019: 244). Dursun'un (2019:42) çalışmasında aşkınlık maneviyatı kaynakları ile yaş değişkeni arasında istatistiksel anlamda bir farklılığın olduğunu ve aşkınlık maneviyatı kaynaklarının 18-24 yaş aralığındaki katılımcıların 25-30 yaş aralığındaki katılımcılardan, 31-35 yaş aralığındaki katılımcıların da 36-40 yaş ve daha üst yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmamızda elde edilen bulguya göre daha yüksek yaş grubundaki öğrencilerin maneviyatlarının daha yüksek olmasının nedeninin 26 yaş ve üzerinden itibaren yetişkinlik dönemine girilmiş olması ve ergenlik dönemindeki dini çalkantıların geride bırakılarak daha dengeli bir dini yönelim yaşanmasının olduğu düşünülmektedir.

Sosyal Medya Hesabı Kullanma

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre değişiklik gösterdiği, sosyal medya hesabı kullananların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin kullanmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yapılan çalışmalar genel olarak bu bulguyu destekler niteliktedir. Parlar'ın (2022: 63) üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve dindarlık ilişkisini incelediği çalışmasında katılımcıların neredeyse tamamının sosyal medya platformlarını kullandığı ve etkin şekilde paylaşımlar yaptığı sonucuna ulaşılmıştır. Ilgaz'ın (2018:215) lise ve üniversite öğrencileri ile sosyal medya bağımlılığı üzerine yaptığı çalışmada, çalışmaya katılan bireylerin %97,4 oranında sosyal medya kullandığı görülmüştür. Uçar vd.'nin (2022: 26) üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullandıkları inceledikleri çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğunun (%94.5) sosyal medya kullandığı belirlenmiştir. Çalışmalara göre genel kanı sosyal medya hesabı kullanmanın sosyal medya bağımlılık düzeyi üzerinde olumlu etkisinin olmasıdır. Bunun nedenini ise bireylerin ne kadar çok sosyal medyayı kullanırsa o kadar sosyal medya bağımlılığı geliştirebileceği düşüncesidir.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu puanları sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre değişiklik göstermemektedir. Literatürde elde edilen bulgunun aksine Wheaton vd. (2019)'nin yapmış olduğu çalışmada özellikle Covid-19 ile ilgili sosyal medya kullanımının Covid-19 korku ve kaygısını önemli ölçüde azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak Covid-19 korkusunun sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre farklılaşmamasının sebebinin çalışma grubunun genel olarak genç kesim olan üniversite öğrencilerinden oluşması, yaşa bağlı olarak hastalık ve dolayısıyla da yüksek kaygıya sahip olmamaları düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeylerinin sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre değişim göstermediği tespit edilmiştir. Özkontrol- özyönetim düzeyleri yüksek olsa bile genel olarak üniversite öğrencileri sosyal medya hesabı kullanmaktadırlar. Elde edilen bulgudan farklı olarak Wilcox ve Stephen (2013) sosyal medya hesaplarını kullanmanın öz kontrol üzerinde düşürücü etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din ve aşkınlık alt boyutlarının sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. Sosyal medya hesabı kullananların din ve aşkınlık alt boyutları kullanmayanlara göre daha yüksektir. Manevi kaynakların doğa ve insancıl alt boyutları ise sosyal medya kullanma durumuna göre anlamlı

bir şekilde farklılaşmamaktadır. Literatürde elde edilen bulgunun aksine Demiroğlu'nun (2021:120) yetişkinlerin maneviyat ve sosyal medya bağımlılık düzeylerini incelediği çalışmasında maneviyat ölçeği aşkınlık maneviyatı kaynağında sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre anlamlı olarak bir farklılaşma saptanmamıştır.

Sosyal Medyayı Kullanma Yılı

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi sosyal medyayı kullanma yılına göre değişim gösterdiği, 7 yıldan fazla sosyal medya kullananların sosyal medya bağımlılık düzeyinin, 1 yıldan az, 1-3 yıl arası ve 4-6 yıl arası sosyal medya kullananlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kısacası sosyal medyayı daha uzun süre kullananlar daha yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılık düzeyine sahip oldukları söylenebilir. Yapılan çalışmalar genellikle elde edilen bulguyu desteklemektedir. Aktan 'ın (2018: 418) üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerini inceledikleri çalışmada katılımcıların sosyal medyayı ne kadar süre kullandıkları ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında bir ilişkinin olduğu, 5 yıldan daha fazladır sosyal medya kullanan katılımcıların bağımlılık düzeyinin 1 yıldan daha az kullanan katılımcılara göre daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ilgaz'ın (2018: 248) sosyal medya bağımlılığını araştırdığı, lise ve üniversite öğrencileri üzerinde uyguladığı nicel çalışmasında 7 yıldan daha fazla sosyal medya kullanan katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bulguyu destekleyen başka çalışmalar da mevcuttur (Demir ve Kumcağız, 2018: 33; Ekşi vd., 2019: 725; Uçar vd., 2019: 29). Kısacası sosyal medya kullanma yılı arttıkça bağımlılık düzeyi de paralel olarak artış göstermektedir

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu sosyal medyayı kullanma yılına göre değişim göstermemektedir. Sosyal medyayı kullanma süresi ile koronavirüs korkusu arasında bir ilişki bulunamamıştır. Literatürde bu bulguyu destekleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri sosyal medyayı kullanma yılına göre farklılaşma göstermemektedir. Bundan dolayı öğrenciler için özkontrollerini geliştirici faaliyetlerin yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Elde edilen bulgunun aksine Ekşi vd. 'nin (2019: 728) yapmış oldukları çalışmada sosyal medya kullanım yılı daha fazla olanlar ile daha az olanlar arasında özkontrol açısından anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din alt boyutunda sosyal medyayı kullanma yılına göre değişiklik olduğu, 1 yıldan daha az sosyal medya kullananların din maneviyatı kaynaklarının, 1-3 yıl arası ve 7 yıldan fazla sosyal medya kullananlardan daha

yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medyayı daha kısa süre kullananların daha fazla din maneviyatı kaynağına sahip oldukları görülmektedir. Kısacası din maneviyatı kaynağının sosyal medya bağımlılığı üzerinde azaltıcı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Doğa, insancıl ve aşkınlık maneviyatı kaynakları ise sosyal medyayı kullanma yılına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Demiroğlu'nun (2021: 380) çalışmasında sosyal medya kullanım yılı ile maneviyat puanları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu, sosyal medyayı kullanma süresi uzadıkça maneviyatın arttığı ve maneviyatın alt boyutu olan aşkınlık maneviyatı ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sosyal Medya Sitelerinde Günde Harcanan Zaman

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre farklılaşma gösterdiği, sosyal medya sitelerinde günde 7 saatten fazla zaman harcayanların sosyal medya bağımlılık düzeyinin, 1 saatten az, 1-3 saat arası ve 4-6 saat arası zaman harcayanlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı şekilde 4-6 saat zaman harcayanların sosyal medya bağımlılık düzeyi 1 saatten az ve 1-3 saat arası zaman harcayanlardan daha yüksektir. 1-3 saat arası zaman harcayanların sosyal medya bağımlılık düzeyi 1 saatten az zaman harcayanlardan daha yüksektir. Kısacası sosyal medya sitelerinde günlük olarak harcanan zaman arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyi de artmaktadır. Güler vd. 'nin (2019: 9) yapmış oldukları araştırmada katılımcıların çoğunluğunun günlük olarak 7 saat ve üzerinde sosyal medyada zaman geçirdikleri ve bu grubun diğer gruplara göre daha fazla sosyal medya bağımlılık düzeyi geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Özdemir'in (2019: 109) çalışmasının sonucuna göre katılımcıların sosyal medyaya ayırdıkları zamanın ve günlük olarak sosyal medyayı kullanma sürelerinin artmasının sosyal medya bağımlılık düzeyleri üzerinde belirleyici olduğu tespit edilmiştir. Kıran vd. 'nin (2020: 440) yapmış oldukları çalışmada sosyal medya bağımlılık düzeyi ile sosyal medyayı kullanma süresi arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bulguyu destekleyen başka çalışmalar da mevcuttur (Aktan, 2018: 416; Aydan, 2018: 367; Koç vd., 2019: 18; Atlı vd., 2021: 68; Ağırtaş ve Güler, 2020: 82; Balcı vd., 2019: 55; Ilgaz, 2018: 251; Ergen ve Akacan, 2021:593; Tutgun-Ünal ve Deniz, 2021: 593; Uçar vd., 2022: 29; Çömlekçi ve Başol, 2019: 182; Çiftçi, 2018: 428; Bilge vd., 2020: 232; Babaarslan, 2021: 41).

Üniversite öğrencilerinin sosyal medya sitelerinde günde harcadıkları zamanın Covid-19 korkuları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Babaarslan 'ın (2021: 41) çalışmasında üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkuları ile internet başında

günlük olarak geçirdikleri süre arasında anlamlı olarak bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Farklı bir sonuç olarak Wheaton vd. 'nin (2021) yapmış oldukları çalışmada günlük olarak fazla sosyal medya kullanımı ile koronavirüs korku ve endişesi arasında zayıf fakat önemli bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Özdemir ve Arpacıoğlu'nun (2020: 377) çalışmasında da sosyal medyada geçirilen zaman ile koronavirüs korkusu arasında pozitif ilişki olduğu, 6 saat ve üzeri sosyal medya kullananların koronavirüs korkularının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin kendini ayarlama ve kendini pekiştirme düzeylerinin sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Sosyal medya sitelerinde günde 1-3 saat arası zaman harcayanların kendini ayarlama düzeyi 4-6 saat arası zaman harcayanlara göre daha yüksektir. Sosyal medya sitelerinde günde 1-3 saat arası zaman harcayanların kendini değerlendirme düzeyi 1 saatten az zaman harcayanlara göre daha yüksektir. Yani sosyal medyada daha az zaman harcayanlarda kendini ayarlama düzeyi daha yüksektir. Sosyal medya sitelerinde daha fazla zaman harcayanlarda kendini pekiştirme düzeyi daha yüksektir. Özkontrol-özyönetim düzeyi ve kendini değerlendirme düzeyi ise sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Yakut'un (2019: 1413) üniversite öğrencilerinde özdenetimi araştırdığı çalışmasında günlük olarak sosyal medya işle meşguliyet süresinin arttıkça özdenetim düzeyinin anlamlı bir şekilde azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa ve insancıl alt boyutları sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre değişim göstermezken, aşkınlık alt boyutunun sosyal medya sitelerinde günde harcanan zamana göre değişim gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Günlük olarak sosyal medya sitelerinde harcadıkları zaman 7 saatten fazla olanların aşkınlık maneviyatı kaynağı, 1-3 saat ve 4-6 saat zaman harcayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Yani sosyal medya sitelerinde daha fazla zaman harcayanların aşkınlık manevi kaynakları daha yüksektir. Manevi kaynakların sosyal medya kullanımı üzerinde azaltıcı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Literatürde bu bulguyu destekleyen bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Covid-19 Sürecinde Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Oranındaki Farklılık

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranında olan farklılığa göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı, Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranında bir farklılık olan üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bozkurt ve Bozkurt' un (2021: 185) çalışmasının sonuçlarına

göre katılımcıların büyük bir çoğunluğu Covid-19 sürecinde sosyal medyada geçirdikleri zamanın artış gösterdiğini belirtmiştir. Bu artışa paralel olarak da sosyal medya bağımlılık düzeyleri artış göstermiştir. Aksu ve Karadağ' ın (2021: 89) çalışmasında da katılımcıların çoğunluğunun pandemi sürecinde sosyal medyayı kullanma oranlarında artış olmuştur ve bu artışa paralel olarak da sosyal medya bağımlılıkları yükselmiştir. Pandemi sürecinde sosyal medya hesapları kişilerin birbirleri ile iletişimi, hastalığın seyri hakkında bilgi alma ve boş vakitlerini değerlendirme açısından daha fazla kullanılır hale gelmiştir.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranında olan farklılığa göre anlamlı bir şekilde değişim göstermediği tespit edilmiştir. Literatürde mevcut bulguyu destekleyen bir çalışmaya ulaşılamamıştır fakat elde edilen bulgunun aksine Arslan ve Akgün (2021: 329) yapmış oldukları çalışmada katılımcıların Covid-19 öncesine göre Covid-19 sonrasında internet kullanma oranları ile koronavirüs korusu arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gökler ve Turan'ın (2020: 110) çalışmasında pandemide günlük sosyal medya kullanımındaki artış ile kaygı ve depresyon düzeylerinde artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gao vd.'nin (2020) yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre de pandemi sürecindeki sosyal medya kullanma oranlarındaki artış olanların kaygı düzeylerinin daha yüksek olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile, kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendin pekiştirme düzeyleri Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranında olan farklılığa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki farklılık ile özkontrol-özyönetim düzeyleri arasında bir ilişki bulunamamıştır. Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları da Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranında olan farklılığa göre değişim göstermemiştir. Covid-19 sürecinde sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki farklılık ile manevi kaynaklar arasında bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Literatürde bulguları destekleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Covid-19 Sürecinde Günlük Olarak Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Oranındaki Artış

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarının kullanma oranındaki artışa göre anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanların sosyal medya

bağımlılık düzeyi 1 saatten daha az olan, 1-3 saat arası olan ve 4-6 saat arası olanlardan daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 4-6 saat arası olanların sosyal medya bağımlılık düzeyi 1 saatten daha az olanlardan daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1-3 saat arasında olanların sosyal medya bağımlılık düzeyi 1 saatten daha az olanlardan daha yüksektir. Kısacası covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranı arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyi de yükselmektedir. Literatürdeki çalışmalar da elde edilen bulguyu destekler niteliktedir (Bozkurt ve Bozkurt, 2021: 184; Körpe ve Küçük, 2021:588; Karaevli, 2022: 77; Arslan ve Akgün, 2021: 329). Elde edilen bulguya göre, üniversite öğrencilerinin salgın sebebiyle evde geçirdikleri sürenin artması ve boş zamanlarını değerlendirmek için, sosyal çevrelerindeki ile iletişim kurmak için internet ve sosyal medya ile daha çok etkileşimde olduklarından dolayı sosyal medya ile geçirilen zaman arttıkça bağımlılık düzeyinin de artacağı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışların Covid-19 korkuları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Covid-19 korkusu, Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 7 saatten fazla olanların Covid-19 korkusu 1 saatten daha az olanlar ve 1-3 saat arasında olanlardan daha yüksektir. Özdemir ve Arpacıoğlu (2020: 377) katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre ile koronavirüs korkuları arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğunu ve sosyal medyada 6 saat ve üzeri zaman geçiren katılımcıların koronavirüs korkularının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Kişilerin Covid-19 sürecinde sosyal medya ile geçirdikleri süre arttıkça Covid-19 hakkında daha çok bilgiye sahip olabilecekleri imkânın artıracığı bunun da algılanan korku ve stres düzeyini üzerinde etkiye sahip olacağı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin. Özkontrol-özyönetim düzeyi ve kendini pekiştirme düzeyi, covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformların kullanma oranındaki artışa göre değişim göstermezken, kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeylerinin değişim gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olanların kendini ayarlama düzeyi 7 saatten fazla olanlardan daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1 saatten az olanların kendini değerlendirme düzeyi 7 saatten fazla olanlardan daha yüksektir. Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artış 1-3 saat olanların kendini değerlendirme düzeyi 7 saatten fazla olanlardan fazladır. Kendini ayarlanma ve kendini değerlendirme düzeyi yüksek

olan öğrencilerin Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanmada daha az oranda artmış olmuştur. Bunun nedeni olarak da üniversite öğrencilerin sosyal medya ile geçirdikleri sürenin arttıkça özkontrol- özyönetim düzeyleri üzerinde düşücü bir etkiye sahip olabileceği düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Manevi kaynaklar ile Covid-19 sürecinde sosyal medyayı kullanma oranındaki artış oranları arasında bir ilişki tespit edilememiştir. Literatürde bu bulguları destekleyen bir çalışma bulunamamıştır.

Akşam Yatarken Son Bir Kez Sosyal Medyayı Kontrol Etme

Araştırmadan edilen bulgulara göre akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etmenin üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol eden üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi kontrol etmeyenlere göre daha yüksektir. Tutgun-Ünal'ın (2019: 73) çalışmasında mevcut bulgunun aksine akşam yatmadan önce sosyal medyasını kontrol eden katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etmenin üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde değişim göstermemektedir. Yine üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermediği tespit edilmiştir. Akşam yatarken son bir kez sosyal medyayı kontrol etme durumunun Covid-19 korkusu, özkontrol-özyönetim düzeyleri ve manevi kaynaklar üzerinde bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Literatürde bu bulguları destekleyen çalışmalara rastlanılmamıştır.

Sabah İlk Kalkınca Sosyal Medyayı Kontrol Etme

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre değişim gösterdiği, sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol eden üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinin kontrol etmeyenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tutgun-Ünal'ın (2019: 72) çalışmasında sabah uyanır uyanmaz ilk iş olarak sosyal medyayı kontrol eden katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı olarak değişim gösterdiği, sabah kalkınca ilk olarak sosyal medyayı kontrol edenlerin Covid-19 korkusunun kontrol etmeyenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol eden bireylerin Covid-19 hakkında bilgi sahibi olmak, gelişmeleri takip edebilmek için sürekli olarak sosyal medyayı kontrol ettikleri düşünülmektedir. Literatürde koronavirüs korkusu ve sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etme arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ve kendini pekiştirme düzeyleri sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre değişim göstermezken, kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeylerinin sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kullanma durumuna göre anlamlı olarak değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etmeyenlerin kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeyleri kontrol edenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları sabah ilk kalkınca sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Literatürde bu bulguları açıklayabilecek çalışmalara rastlanılmamıştır.

Çok Yoğunken Bile Sosyal Medyayı Kontrol Etme

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaştığı, çok yoğunken bile sosyal medyasını kontrol edenlerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin kontrol etmeyenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürdeki çalışmalar mevcut bulguyu destekler niteliktedir. Koç vd.'nin (2019:18) üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları ve sosyal medya bağımlılığını inceledikleri çalışmada sosyal medya hesaplarını saat başı kontrol eden öğrencilerin daha az sıklıkta kontrol eden öğrencilerden daha fazla sosyal medya bağımlılığı geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Aynı sonuca ulaşan başka çalışmalar da vardır (Güler vd., 2019: 12; Eşer ve Alkayan, 2019: 30; Kısaç ve Şensoy, 2017: 379). Genel olarak sosyal medya hesaplarını çok yoğunken bile sıklıkla kontrol edenlerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu kabul gören bir kanıdır.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre değişim gösterdiği, çok yoğunken bile sosyal medyasını kontrol edenlerin Covid-19 korkusunun kontrol etmeyenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun sebebi olarak kişilerin Covid-19 salgınında bilgilendirme aracı olarak internet ve sosyal medyayı çok fazla kullanmaları ve dolayısıyla da bağımlılık seviyelerinin yükselmesinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Literatürde Covid-19 korkusu ve çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme arasındaki ilişkiyi açıklayan bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin Özkontrol-özyönetim düzeyi ve kendini pekiştirme düzeyi çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre değişim göstermezken, kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeylerinin çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etmeyenlerin kendini ayarlama ve kendini değerlendirme düzeyleri kontrol edenlerden daha yüksek bulunmuştur. Yapılmış olan nitel bir çalışmada katılımcılar çok sık olarak sosyal medyayı kullandıklarını, sabah akşam ve genellikle günün her saatinde sıklıkla sosyal medyayı kontrol ettiklerini ve sosyal medyayı kullanmayı bırakmanın zor olduğunu ifade etmişlerdir. Bundan dolayı kendi kendilerini kontrol etme eksikliğine sahip oldukları görülmüştür (Toh vd., 2019).

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaşma göstermemektedir. Manevi kaynakların çok yoğun olursa bile sosyal medya hesaplarını kontrol etme üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Alanyazında manevi kaynaklar ile çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme arasındaki ilişkiyi açıklayan bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

İnternet Kullanma Becerileri

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi internet kullanma becerilerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. İnternet kullanma becerileri konusunda kendilerini uzman olarak nitelendirenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin, acemi ve orta olarak nitelendirenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine internet kullanma becerileri konusunda kendilerini ileri olarak nitelendirenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin, acemi ve orta olarak nitelendirenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kısacası internet kullanma becerileri daha üst düzeyde olanların sosyal medya bağımlılık düzeyleri daha yüksektir. Aydın'ın (2016: 376) çalışmasının sonuçlarına göre

katılımcıların tamamının internet kullanma konusunda kendilerini çok iyi buldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin internet kullanma becerilerinin Covid-19 korkuları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Covid-19 korkusunun internet kullanma becerilerinde bir etkisinin olmadığı düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları internet kullanma becerilerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Manevi kaynakların internet kullanma becerileri üzerinde bir etkisinin olmadığı düşünülmektedir. Bu konularda literatürde yapılmış bir çalışmaya rastlanılamamıştır.

Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama ve kendini pekiştirme düzeyleri internet kullanma becerilerine göre anlamlı olarak farklılaşma göstermezken, kendini değerlendirme düzeylerinin farklılaşma gösterdiği tespit edilmiştir. İnternet kullanma becerileri konusunda kendilerini uzman olarak nitelendirenlerin kendini değerlendirme düzeyleri acemi olarak nitelendirenlere göre daha yüksek bulunmuştur. İnternet kullanma becerileri konusunda kendilerini ileri olarak nitelendirenlerin kendini değerlendirme düzeyleri acemi olarak nitelendirenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Yine internet kullanma becerileri konusunda kendilerini orta olarak nitelendirenlerin kendini değerlendirme düzeyleri acemi olarak nitelendirenlere göre daha yüksektir. Kendini değerlendirme düzeyleri yüksek olanlar kendilerini interneti kullanma konusunda daha iyi olarak görmektedirler. Literatürde internet kullanma becerileri ve özkontrol-özyönetim düzeyi arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

İnternette Dini İçerikli Video İzleme

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin internette dini içerikli video izleme durumuna göre değişim gösterdiği, internette dini içerikli video izlemeyenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin izleyenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde genellikle bulguyu destekler niteliktedir. Parlar (2022: 82) üniversite öğrencileri üzerinde uygulamış olduğu çalışmasında sosyal medya bağımlılık düzeyi ile internette dini içerikli video izleme durumu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcılar %97.7 oranında youtube üzerinden dini içerikli konuşma ve videolar izlediklerini ifade etmişlerdir. Yine Gürses ve İrk (2018: 121) internet kullanımı ve ergenlerin dini gelişimleri üzerine yapmış oldukları çalışmada katılımcıların çoğunluğunun (%88) internette dini bilgilere videolara sık sık baktıklarını ifade etmişlerdir. Sonuç olarak bireyler dini bilgi edinme amacıyla sosyal medyayı kullanıp video

izlemeleri sosyal medyada geçirdikleri süreyi artırmış olsa bile dindarlık ve maneviyat düzeyleri yükselmektedir. Bu da paralel olarak sosyal medya bağımlılık düzeyi üzerinde azaltıcı etkiye sebep olmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu internette dini içerikli video izleme durumuna göre değişim gösterdiği, internette dini içerikli video izlemeyenlerin Covid-19 korkusu izleyenlerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun sebebi olarak Covid-19 pandemi sürecinde insanların içinde buldukları stres ve korkudan kurtulabilmek için maneviyata yönelmiş olabileceği ve yüksek maneviyatın da Covid-19 korkusu üzerinde önemli ölçüde azaltıcı etkiye sahip olabileceğinden kaynaklandığı düşünülebilir. Literatürde mevcut bulguyu destekleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin internette dini içerikli video izleme durumunun özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Özkontrol-özyönetim düzeyi ile dini olarak bilgilenme amaçlı internetten video izleme arasında ilişki tespit edilememiştir. Alanyazında bu bulguyu destekleyen bir çalışmaya da rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının Doğa ve insancıl alt boyutları ise internette dini içerikli video izleme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermezken, din ve aşkınlık alt boyutlarının farklılaşma gösterdiği görülmüştür. İnternette dini içerikli video izleyenlerin din ve aşkınlık maneviyatı kaynakları izlemeyenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Parlar (2022: 82) Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve dindarlık ilişkisini incelediği çalışmada katılımcılar %97.7 oranında youtube üzerinden dini içerikli konuşma ve videolar izlediklerini ve bunun dini yaşantılarını olumlu etkilediğini ifade etmişlerdir. Kısacası öğrencilerin dindarlık puanları ile internette dini içerikli video izleme durumu arasında anlamlı olarak ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Sonuç olarak eldeki bulguya göre bireyler dini bilgi ve konular ile ne kadar çok ilgili ve alakalı olursa maneviyatlarının o kadar yüksek olacağı düşünülmektedir. Günümüzde dinin anlatımı ve din eğitimi programları değişkenlik göstermiştir. Bu değişimler içerisinde sosyal medya platformlarının da önem arz etmektedir. Eğitimsiz ve dini konularda bilgisi az olan kişiler tarafından hazırlanan dini içerikler ve paylaşımlar risk faktörü oluşturacağından dolayı sosyal medya platformlarındaki içeriklerin daha deneyimli ve eğitilmiş kişiler tarafından oluşturulması gerekmektedir.

Covid-19 Sürecinde Online Dini Programlara Katılma

Araştırmadan edilen bulgulara göre Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumunun üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkusu, Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre farklılaşma göstermemiştir. Covid-19 sürecinde online olarak dini programlara katılma durumunun Covid-19 korkusu ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile bir ilişkisinin olmadığı görülmektedir. Literatürde bu bulguları açıklayacak bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının doğa alt boyutunda Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre değişim göstermezken, din, insancıl ve aşkınlık alt boyutları üzerinde değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Covid-19 sürecinde online dini programlara katılanların din, insancıl ve aşkınlık maneviyatları katılmayanlara göre daha yüksektir. Doğal olarak Covid-19 sürecinde online olarak dini programlara katılım gösteren kişilerin dini inançlarının ve aşkınlıklarının yüksek olması beklenmektedir. Doğa alt boyutu ise Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Covid-19 sürecinde İslam'ı öğrenmek için en etkili yolun ne olduğunu araştıran bir çalışmada, İslam'ın inanç ver felsefi konularını öğrenmede en etkili öğrenme şeklinin çevrimiçi öğrenme olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sunhaji, 2022: 1436). Covid-19 pandemisi sırasında çevrimiçi bir dua grubuna katılma deneyiminin araştırıldığı bir çalışmada maneviyatın dört alanından üçünü (din, insancıl ve aşkınlık) birbirine bağlamalarına, birbiri arasında ilişki kurmalarına yardımcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Keisari vd., 2022).

Üniversite öğrencilerinin Özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri ise Covid-19 sürecinde online dini programlara katılma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermezken, kendini ayarlama düzeylerinin değişim gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Covid-19 sürecinde online dini programlara katılanların kendini ayarlama düzeyi katılmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Literatürde elde edilen bulguları açıklayacak bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

İnternette İzlenen Dini İçerikli Videolar ve Online Programların Din Algısını Etkileme Durumu

Araştırmadan edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre değişim gösterdiği, internette izlenen dini içerikli videolar ve online

programların din algısını etkileme sorusuna “dinden soğuttu” diyenlerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin, “dine ısındırdı” ve “etkilemedi” diyenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde mevcut bulguyu destekleyen çalışmaların olduğu görülmüştür. Gürses ve İrk (2018)’in yapmış olduğu çalışmada katılımcıların çoğunluğu (%48) internetteki içeriklerin kendilerini dinden soğuttuğunu ve olumsuz etkilediğini %40’ı ise etkilemediğini ifade etmişlerdir. Sadece %12’lik bir kısım kendilerini olumlu etkilediğini ifade etmişlerdir. Demir (2019)’nin “Dini Bilgi Edinme Kaynağı Olarak Sosyal Medya” isimli çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğu kendilerini olumsuz etkilediği ve bilgi kirliliğine yol açtığını ifade etmişlerdir.

İnternette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumunun üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkuları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Covid-19 korkusu ile internette dini içerikli videolar izleme arasında bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşma göstermemektedir. Literatür incelendiğinde internetten dini içerikli videolar izleme ile Covid-19 korkusu ve özkontrol-özyönetim düzeyi arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının doğa alt boyutu internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre anlamlı olarak farklılaşma göstermezken, din, insancıl ve aşkınlık alt boyutları internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşma gösterdiği tespit edilmiştir. İnternette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme sorusuna “dine ısındırdı” cevabını verenlerin din maneviyatı kaynaklarının “dinden soğuttu” ve “etkilemedi” cevabını verenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. “Etkilemedi” cevabını verenlerin din maneviyatı kaynaklarının “dinden soğuttu” cevabı verenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine internette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme sorusuna “dine ısındırdı” diyenlerin insancıl maneviyatı kaynakları “etkilemedi” cevabını verenlerden daha yüksek bulunmuştur. İnternette izlenen dini içerikli videolar ve online programların din algısını etkileme sorusuna “dine ısındırdı” cevabını verenlerin aşkınlık maneviyatı kaynakları “dinden soğuttu” ve “etkilemedi” cevabını verenlerden daha yüksektir. Parlar (2022: 82)’ın üniversite öğrencilerinde sosyal medya ve dindarlık ilişkisini incelediği çalışmasında katılımcılar internetteki dini içerikli video ve içeriklerin din algılarını olumlu etkilediğini ifade etmişlerdir.

Elde edilen bulguya göre genel olarak maneviyat eğilimleri yüksek olan bireylerin internette dini içerikli videoları daha çok izleyeceği ve programlara daha çok katılım sağlayacağı düşünülmektedir.

Sosyal Paylaşım Sitelerindeki Arkadaşların Din Algısını Etkileme Durumu

Araştırmadan edilen bulgulara göre sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme durumunun üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme sorusuna “dinden soğuttu” diyenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin “dine ısındırdı” ve “etkilemedi” diyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan kişilerin sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarının genel olarak kendilerini dinden soğuttuklarını ifade etmişlerdir. Bunun da sosyal medya platformlarındaki içeriklerle ilgili olduğu düşünülmektedir. Sosyal medya platformlarındaki dini içeriklerin uzmanlar tarafından geliştirip düzenlenmesi daha yararlı ve etkili olabilir.

Covid-19 korkusu sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme durumunun üniversite öğrencilerinin Covid-19 korkuları ve özkontrol-özyönetim düzeyi ile kendini ayarlama, kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir. Covid-19 korkusu ve özkontrol-özyönetim düzeylerinin sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme konusunda bir etkilerinin olmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde bu bulguları açıklayan bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin manevi kaynaklarının din, doğa, insancıl ve aşkınlık alt boyutları sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme durumuna göre değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme sorusuna dine ısındırdı diyenlerin din maneviyatı kaynaklarının etkilemedi ve dinden soğuttu diyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine etkilemedi cevabını verenlerin de din maneviyatı kaynağının dinden soğuttu diyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme sorusuna dine ısındırdı diyenlerin doğa ve insancıl maneviyatı kaynakları etkilemedi diyenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşların din algısını etkileme sorusuna dine ısındırdı diyenlerin aşkınlık maneviyatı kaynakları etkilemedi ve dinden soğuttu diyenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Kısacası manevi kaynakları yüksek olanların sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşları din algılarını olumlu olarak daha yüksek düzeyde etkilemiştir. Manevi

kaynaklara sahip olanların sosyal medya platformlarında içerik seçerken daha bilinçli oldukları düşünülmektedir.

Sosyal Medyayı Kullanım Amaçları

Katılımcıların sosyal medyayı hangi amaçla kullandıklarına dair soruya verdikleri cevaplara ilişkin sonuçlara göre sosyal medyayı en fazla (%19,3) eğlence (video, film, müzik vb.) amacıyla, daha sonra sırasıyla iletişim (%16,8), vakit geçirme (%16,1), bilgilenme (%15,3), rahatlama/stres atma (%9,8), alışveriş (%9,0), video/fotoğraf paylaşma (%8,1), kişisel sunum (%3,2), yeni arkadaşlar bulma (%2,4) amacıyla kullanmaktadırlar. İnce ve Koçak'ın (2017:743) üniversite öğrencilerindeki sosyal medyayı kullanma alışkanlıkları ile ilgili yaptıkları çalışmada sosyal medyayı kullanım amaçları ile ilgili elde edilen bulguları destekleyen sonuçlar ortaya koyulmuştur. Bu çalışmanın sonuçlarına göre katılımcıların sosyal medyayı en fazla eğlenmek ve rahatlamak için (%4,10) daha sonra arkadaşlarıyla iletişimde bulunmak (%4,01), çeşitli konular hakkında bilgilenmek (%3,53) için kullanmaktadırlar. Aydın'ın (2016:381) üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımları ile ilgili yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun (%66,4) arkadaşları ile iletişim kurmak için interneti kullandıkları daha sonra bilgilenmek için (%55,1), fotoğraf paylaşmak (%39,7) ve farklı arkadaşlıklar edinmek (%5,7) amacıyla internet ve sosyal medyayı kullandıkları görülmektedir. Demir ve Kumcağız'ın (2019) çalışmasında sosyal medyayı kullanma amaçları açısından incelendiği zaman sosyal medya bağımlılık düzeyi en yüksek olanların sosyal medyayı müzik ve video indirmek için kullanan kişilerde olduğu saptanmıştır. Çömlekçi ve Başol'un (2019:180)'un gençlerin sosyal medya bağımlılıklarını inceledikleri çalışmada gençlerin sosyal medyayı en fazla eğlenme, yakın çevresi ile iletişim kurma ve gündemdeki olayları takip etme nedeni ile kullandıkları saptanmıştır. Diğer bir çalışmada interneti kullanmanın en önemli amacı ilk üç sırada, 'sosyal medyada video/film izlemek ve nedensizce gezmek' olarak belirtilmiştir (Durmuş vd., 2018). Korkmaz'ın (2020) çalışmasında katılımcıların sosyal medyayı kullanma nedenleri ile ilgili olarak, sosyal ağları en çok bilgilenme, hayatı tanıma, eğlenme ve boş zamanlarını geçirme nedeni ile tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Yine bir başka çalışmada katılımcıların sosyal medyayı ilk sırada müzik-video, ikinci sırada ise iletişim amaçlı olarak kullandıkları ortaya koyulmuştur (Bilge vd., 2020: 232).

İnternet ve Sosyal Medya Nedeniyle Yaşanan Sorunlar

Katılımcıların internet nedeniyle yaşadıkları sorunlara dair soruya verdikleri cevaplara ilişkin sonuçlara göre internet nedeniyle en çok uyku sorunları (%57,2), daha sonra sırasıyla

akademik başarı ve okul performansında düşüş (%36,1), anksiyete ve gerginlik hali (%19,6), sosyal çevre ile iletişim sorunları (%16,2), yalnızlık (%15,2), aşırı sinirli olmak (%14,7), depresyon (%13,0), sosyal medya nedeniyle görülen ilgiyi kaybetme korkusu (%10,6) gibi sorunlar yaşamakta, %7,7'si ise hiçbir sorun yaşamamaktadır. Koca ve Tunca'nın (2020:97) öğrencilerin sosyal medya bağımlılığından etkilenmeleri ile ilgili yaptıkları çalışmada ailelerin internet ve sosyal medya kullanımlarından dolayı evlatlarının uyku problemi yaşadıklarını, zihinsel ve fiziksel açıdan internet ve sosyal medya kullanımlarından fazlaca etkilenmiş olduklarını, ayrıca internet ve sosyal medyanın gereğinden fazla kullanımından öğrencilerin okuldaki başarılarının da olumsuz olarak etkilendiğini ifade etmişlerdir. Diğer bir çalışmada katılımcılar (%7) gibi bir oranla sosyal medyayı sık sık kullanmalarından dolayı aileleri ile sorunlar yaşadıklarını ifade etmişlerdir (Baz, 2018: 284).

İnternet Erişimi ile İlgili Yaşanan Sorunlar

Katılımcıların internet erişimi ile ilgili yaşadıkları sorunlara dair soruya verdikleri cevaplara ilişkin sonuçlara göre büyük çoğunluğu (%59,6), internet erişimi ile ilgili hiçbir sıkıntı yaşamamaktadır. Problem yaşadığını belirtenler en fazla, alt yapı problemi (%23,6), bunu takiben kota sıkıntısı (%17,0), internetin çekmemesi (%16,2), evde wifi bağlantısı olmaması (%5,5) ve maddi yetersizlik (%3,5) yaşamaktadır. Kırmancı ve Özer'in (2018) bir kolejde eğitim gören öğrencilerin eşzamanlı olarak uzaktan yapılan eğitimde karşılaşmış oldukları sorunlara dair yaptıkları çalışmada internet altyapısı gelişmiş olsa dahi öğrencilerin %54' ü internet erişiminde yaşadıkları sorundan dolayı çevrimiçi yapılan derslere girmekte sorun yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Yapılan çalışmada öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (%62) dizüstü bilgisayarlarının olduğu dolayısıyla da en önemli sorunlarının internet erişimi olduğu varsayılabilir.

2.3.2. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Özkontrol ve Özyönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Bu çalışmada kullanılan ölçeklerin kendi aralarındaki ilişki de araştırılmıştır. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ölçeği ile koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı arasında pozitif, anlamlı ve düşük düzeyde korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılığı arttıkça koronavirüs korkuları da artmaktadır. Katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre boyunca daha fazla Covid-19 hakkında bilgi ile karşılaştıkları ve bunun sonucunda da hem koronavirüs korkularının hem de sosyal medya bağımlılık düzeylerinin artış gösterdiği düşünülmektedir. Literatürde sosyal

medya bağımlılığı ile koronavirüs korkusu arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar mevcuttur. Babaarslan (2021: 42) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada internet bağımlılığı düzeyi ile Covid-19 korkusu arasında pozitif ilişkinin olduğunu, Covid-19 korkusu yükseldikçe internet bağımlılığının da arttığını tespit etmiştir. Hashemi vd.'nin (2020) sosyal medya kullanıcıları ile yaptıkları çalışmada koronavirüs korkusu ile sorunlu internet kullanımı arasında pozitif ilişki olduğunu, koronavirüs korkusu arttıkça sorunlu internet kullanımının arttığını ortaya koymuşlardır. Huang vd. (2020) mikroblog kullanıcıları ile yaptıkları çalışmada yüksek düzeyde sorunlu sosyal medya kullanımının Covid-19 korkusunu artırdığını tespit etmişlerdir. Liu vd. (2021) Z kuşağı sosyal medya kullanıcıları ile yaptıkları çalışmada sosyal medyada Covid-19 ile ilgili aşırı bilgiye maruz kalmanın sosyal medya bağımlılığını ve Covid-19 korkusunu artırdığını tespit etmişlerdir. Mevcut bulgunun aksine Eğren (2021:18) ve Çelik ve Diker (2021: 43)'in çalışmalarında katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları ile Covid-19 anksiyeteleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı ile manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyut puanı arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça insancıl maneviyatı kaynakları artmaktadır. Katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre zarfında birçok kişi ile iletişim içinde olduklarından dolayı insancıl maneviyatlarının ve sosyal medya bağımlılık düzeylerinin doğal olarak daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ile maneviyat arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların olduğu görülmektedir. Karslı (2019: 246) gençlerle yaptığı çalışmada internet bağımlılığı ile dini şuur, dini değer ve dini bilinç düzeyleri arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Çakmak (2021: 59) ergenlerle yaptığı çalışmada maneviyat ölçeği alt boyutlarından aşkınlık ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif ilişkinin bulunduğunu tespit etmiştir. Bărcăcianu ve Goga (2019) Hristiyan öğrenciler ile yapmış oldukları çalışmada Tanrı ile iyi ilişkinin internet kullanımını ve bağımlılığı azalttığı sonucuna ulaşmışlardır. Mevcut bulguların aksine Nadeem vd. (2019) dindarlık ile internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı ile özkontrol-özyönetim ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça kendini ayarlama düzeyleri düşmektedir. Kendini ayarlama düzeyine sahip olan bireyler sosyal medyada geçirdikleri zamanları da ayarlayabilecekleri için daha az düzeyde bağımlılık geliştirdikleri düşünülmektedir. Literatürde sosyal medya bağımlılığı ve özkontrol-özyönetim arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur. Ekşi vd. (2018: 728) üniversite öğrencileri ile yaptıkları

çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile özkontrol arasında negatif bir ilişkinin bulunduğunu tespit etmişlerdir. Kim vd. (2017) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada internet bağımlılığı ile özkontrol arasında negatif ilişkinin bulunduğu ve özkontrolün internet bağımlılığını azaltmak için gerekli olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Van Deursen vd. (2015) 386 katılımcı ile yaptıkları çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile öz düzenleme arasında negatif bir ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir. Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puanı ile özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri düşmektedir. Kaşıkçı vd. (2021: 152) gençlerle yaptıkları çalışmada sosyal medya bağımlılığı düzeyi ile özkontrol arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir. Arvesen (2020: 187) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyleri ile öz düzenleme puanları arasında negatif ilişki olduğunu belirtmiştir. Yay (2018: 31) lisans öğrencileri ile yaptığı çalışmada telefon bağımlılığı ve öz düzenleme arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Solmaz'ın (2021: 40) çalışmasına göre katılımcıların öz denetimleri ile sosyal medya bağımlılıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yılmaz ve Yılmaz'ın (2022: 13) yapmış oldukları çalışmanın sonuçlarına göre katılımcıların problemleri internet kullanmaları üzerinde özkontrol-özyönetimin doğrudan bir etkinin olmadığı görülmüştür. Akın vd. 'nin (2015) özkontrol yönetimi ve internet bağımlılığı üzerine yapmış oldukları çalışmada, internet bağımlılığının özkontrol ve özyönetimi doğrudan etkilediği, internet bağımlılığı yüksek olan katılımcıların özkontrol-özyönetim düzeylerinin daha düşük olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ve manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyutu puanı arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça doğa manevi yönelimleri artmaktadır. Koronavirüs korkusuna sahip olan bireylerin doğaya yüklemiş oldukları bir maneviyata sahip oldukları kısacası doğa ile ilişkilerinin daha iyi olduğu görülmektedir. Literatürde Covid-19 korkusu ve maneviyat arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur. Wood vd. (2016) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada maneviyatın koronavirüs korkusu ve stresi ile negatif yönde ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Paksoy'un (2020: 152) yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre inanç ile koronavirüs salgını sürecinde oluşan korku arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ve özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanı ve kendini pekiştirme alt boyutu arasında pozitif, anlamlı ve düşük düzeyde bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça

özkontrol-özyönetim düzeyleri ve kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Artan koronavirüs korkusu karşısında katılımcıların kendi özkontrol ve özyönetimlerinin sağlamada daha iyi oldukları düşünülmektedir. Katılımcıların koronavirüs (Covid-19) korkusu ölçeği toplam puanı ile özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların koronavirüs korkusu arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Literatürde Covid-19 korkusu ve özkontrol-özyönetim arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur. Schnell vd. (2020) yapmış oldukları çalışmada yüksek özkontrol düzeyinin Covid-19 stres ve korkusu üzerinde düşürücü etkiye sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Ahmed vd. (2022) karantina sürecindeki bireylerle yapmış oldukları çalışmada özkontrolün Covid-19 korkusu ve yaşanan depresyon düzeyleri üzerinde önemli ölçüde azaltıcı etkiye sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Göktaş ve Varlı (2023:7) yapmış oldukları çalışmada algılanan stres düzeyi ile özkontrol-özyönetim yeteneği arasında negatif ve düşük bir korelasyon olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu da kişinin algıladığı stresi arttıkça kendini ayarlama ve öz değerlendirme düzeyinin azalacağını göstermektedir.

Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği din alt boyutu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanı ile kendini ayarlama ve kendini pekiştirme alt boyutları arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların din manevi yönelimleri arttıkça özkontrol-özyönetim düzeyleri ve kendini ayarlama ile kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Din maneviyatının bireylerin özkontrol ve özyönetimlerini sağlamada olumlu bir etkisinin olduğu görülmektedir. Sağır (2019:61)' in ergenlerle yaptığı çalışmada dindarlık ve öz denetim arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu, dindarlık düzeyinin arttıkça öz denetim düzeyinin de artacağını tespit etmiştir.

Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyutu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanı ve kendini ayarlama ile kendini pekiştirme alt boyutları arasında pozitif bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça özkontrol-özyönetim düzeyleri ve kendini ayarlama ve kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Doğa maneviyatının bireylerin özkontrol ve özyönetimlerini sağlamada olumlu bir etkisinin olduğu görülmektedir. Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyutu ile özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların doğa manevi yönelimleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Yakut (2019: 1413) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada özdenetim ile yaşantıda dini kaynak olarak alma arasında pozitif ilişki olduğunu,

yaşantıda dini kaynak olarak alma oranının arttıkça özdenetim düzeyinin de artacağını ifade etmiştir.

Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyutu ile özkontrol-özyönetim toplam puanı ve kendini ayarlama ve kendini pekiştirme alt boyutları arasında pozitif, anlamlı bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça özkontrol-özyönetim düzeyleri ve kendini ayarlama ile kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. İnsancıl maneviyatının bireylerin özkontrol ve özyönetimlerini sağlamada olumlu bir etkisinin olduğu görülmektedir. Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği insancıl alt boyutu ile özkontrol-özyönetim ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların insancıl manevi yönelimleri arttıkça kendini değerlendirme düzeyleri azalmaktadır. Desmond vd. (2013) ergenlerle yapmış oldukları çalışmada dindarlık ve öz kontrolün birbiriyle pozitif ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Katılımcıların manevi kaynaklar ölçeği aşkınlık alt boyutu ile özkontrol-özyönetim ölçeği toplam puanı ve kendini ayarlama ve kendini pekiştirme puanları arasında pozitif, anlamlı ve düşük seviyede bir korelasyon vardır. Buna göre, katılımcıların aşkınlık manevi yönelimleri arttıkça özkontrol-özyönetim düzeyleri ile kendini ayarlama ve kendini pekiştirme düzeyleri de artmaktadır. Aşkınlık maneviyatının bireylerin özkontrol ve özyönetimlerini sağlamada olumlu bir etkisinin olduğu görülmektedir. Türkes (2004) ergenlerle yapmış olduğu çalışmada kendini dindar görme eğiliminin arttıkça öz denetim düzeyinin de arttığını tespit etmiştir. Rounding (2012: 637) öğrencilerle yapmış oldukları çalışmada din ile özkontrol arasında pozitif ilişki olduğunu, dinin öz kontrol düzeyini arttırmada etkili rol oynadığını ifade etmişlerdir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

3.1 Sonuçlar

Çalışma ışığında genel olarak şu sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı ile Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
2. Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı ile Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
3. Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.
4. Katılımcıların Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.
5. Katılımcıların Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı ile Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
6. Katılımcıların Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
7. Katılımcıların Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.
8. Katılımcıların Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
9. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile doğa alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
10. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile insancıl alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
11. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
12. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

13. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
14. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği din alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
15. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile insancıl alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
16. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
17. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
18. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
19. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında anlamlı ve düşük seviyede bir ilişki vardır.
20. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
21. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu ile aşkınlık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
22. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
23. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
24. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.
25. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
26. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği aşkınlık alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
27. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği aşkınlık alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
28. Katılımcıların Manevi Kaynaklar Ölçeği aşkınlık alt boyutu ile Özkontrol- Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

29. Katılımcıların Özkontrol- Özyönetim Ölçeği toplam puanları ile kendini ayarlama alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
30. Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam puanları ile kendini değerlendirme alt boyutu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.
31. Katılımcıların Özkontrol- Özyönetim Ölçeği toplam puanları ile kendini pekiştirme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
32. Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyut puanları ile kendini değerlendirme alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
33. Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyut puanları ile kendini pekiştirme alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
34. Katılımcıların Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme alt boyut puanları ile kendini pekiştirme alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
35. Üniversite öğrencilerinin Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği, Öz Kontrol-Öz Yönetim Ölçeği ve Manevi Kaynaklar Ölçeği toplam ve alt boyutları puanları:
- Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Manevi Kaynaklar Ölçeği Doğa ve insancıl puanları, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam ve kendini değerlendirme ve kendini ayarlama puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği toplam puanı cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Koronavirüs korkusu puanı kadınlarda erkeklerden daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği din ve aşkınlık puanları cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Din ve aşkınlık puanları kadınlarda, erkeklere göre daha yüksektir. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme puanı cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Kendini pekiştirme puanı kadınlarda, erkeklere göre daha yüksektir.
 - Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanı, manevi kaynaklar ölçeği doğa ve insancıl puanları, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği toplam ve alt boyut puanları sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre farklılaşmamaktadır. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı sosyal medya kullanma durumuna göre farklılaşma göstermemektedir. Sosyal medya bağımlılığı puanı sosyal medya hesabı kullananlarda, kullanmayanlara göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği din ve aşkınlık puanları sosyal medya hesabı kullanma durumuna göre farklılaşmaktadır. Din ve aşkınlık

puanları sosyal medya hesabı kullanmayanlarda, kullananlara göre daha yüksektir.

- c) Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut puanları ve özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve kendini pekiştirme puanları çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermemektedir. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre farklılaşmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol edenlerde, etmeyenlere göre daha yüksektir. Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Koronavirüs korkusu puanı çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol edenlerde, etmeyenlere göre daha yüksektir. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama ve kendini değerlendirme puanları çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etme durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kendini ayarlama ve kendini değerlendirme puanları çok yoğunken bile sosyal medyayı kontrol etmeyenlerde, edenlere göre daha yüksektir.
- d) Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa ve insancıl alt boyut puanları ile öz kontrol-öz yönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları internette dini içerikli video izleme durumuna göre farklılaşmamaktadır. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanları internette dini içerikli video izleme durumuna göre farklılaşmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanı ve koronavirüs korkusu puanı internette dini içerikli video izlemeyenlerde, izleyenlere göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği din ve aşkınlık puanları internette dini içerikli video izleme durumuna göre farklılaşmaktadır. Din ve aşkınlık puanları internette dini içerikli video izleyenlerde, izlemeyenlere göre daha yüksektir.
- e) Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanı, Manevi Kaynaklar Ölçeği din ve aşkınlık alt boyut puanlar, Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme ve kendini pekiştirme alt boyut puanları yaş değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı yaşa göre farklılaşmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanı 22-25 yaş grubunda, 26-52 yaş grubuna göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği doğa alt boyut puanı yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır. Doğa puanı 26-

52 yaş grubunda, 22-25 yaş grubuna göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl alt boyut puanı yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır. İnsancıl puanı 26-52 yaş grubunda, 18-21 ve 22-25 yaş gruplarına göre daha yüksektir. Özkontrol- Özyönetim Ölçeği toplam puanı yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır. Özkontrol- özyönetim puanı 26-52 yaş grubunda, 18-21 yaş grubuna göre daha yüksektir. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama alt boyut puanı yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır. Kendini ayarlama puanı 26-52 yaş grubunda, 18-21 ve 22-25 yaş gruplarına göre daha yüksektir.

- f) Manevi Kaynaklar Ölçeği alt boyut puanları ve Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini pekiştirme alt boyut puanı Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre farklılaşmamaktadır. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre farklılaşmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanı 7 saatten fazla artış olanlarda, 1 saatten az, 1-3 saat arası ve 4-6 saat arası artış olanlardan daha yüksektir. 7 saatten fazla artış olanlarda, 1 saatten az artış olanlara göre daha yüksektir. 4-6 saat arası artış olanlarda, 1 saatten az artış olanlara göre daha yüksektir. Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanı Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre farklılaşmaktadır. Koronavirüs korkusu puanı 7 saatten fazla artış olanlarda, 1 saatten az ve 1-3 saat arası olanlardan daha yüksektir. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini ayarlama puanı Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre farklılaşmaktadır. Kendini ayarlama puanı 1 saatten az artış olanlarda, 7 saatten fazla artış olanlara göre daha yüksektir. Özkontrol-Özyönetim Ölçeği kendini değerlendirme puanı Covid-19 sürecinde günlük olarak sosyal medya platformlarını kullanma oranındaki artışa göre farklılaşmaktadır. Kendini değerlendirme puanı 1 saatten az artış olanlarda, 7 saatten fazla artış olanlara göre daha yüksektir. 1-3 saat arası artış olanlarda, 7 saatten fazla artış olanlara göre daha yüksektir.
- g) Koronavirüs Korkusu Ölçeği toplam puanı, manevi kaynaklar ölçeği doğa alt boyut puanı ve özkontrol-özyönetim ölçeği toplam ve alt boyut puanları internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din

algısını etkileme durumuna göre farklılaşmamaktadır. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanı “dinden soğuttu” diyenlerde, “etkilemedi” ve “dine ısındırdı” diyenlere göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği din puanı internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır. Din puanı “dine ısındırdı” diyenlerde, “etkilemedi” ve “dinden soğuttu” diyenlere göre daha yüksektir. “Etkilemedi” diyenlerde, “dinden soğuttu” diyenlere göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği insancıl puanı internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır. İnsancıl puanı” dine ısındırdı” diyenlerde, “etkilemedi” diyenlere göre daha yüksektir. Manevi Kaynaklar Ölçeği aşkınlık puanı internette izlenen dini içerikli videolar ve katılan online programların din algısını etkileme durumuna göre farklılaşmaktadır. Aşkınlık puanı “dine ısındırdı” diyenlerde, “dinden soğuttu” ve “etkilemedi” diyenlere göre daha yüksektir.

3.2. Öneriler

1. Bu çalışma, yüksek lisans tez araştırması olması, pandemiden kaynaklı nedenlerin kısıtlı imkanlar sunması ve sadece lisans düzeyindeki öğrenciler ile yapılması sebebiyle yalnızca nicel yöntemler kullanılarak hazırlanmıştır. Araştırmaya konu olan ilişki dinamiklerinin daha doğru anlaşılabilmesi için, ileri tarihlerde bu konu hakkında yapılacak çalışmalarda, farklı eğitim seviyelerindeki öğrenciler ile de görüşmeler yapılarak nitel ve nicel araştırmalar yürütülmesi, konunun daha kapsamlı anlaşılmasına yardımcı olabilir.

2. Öğrencilerin sosyal medyada geçirdikleri zamanın ve bağımlılık düzeylerinin artmasına engel olabilmek için öğrencilerin sosyal medyayı kullanım oranlarının kontrol edilebilir veya sınırlandırılabilir.

3. Öğrencilere yönelik olarak sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığından dolayı yaşanan sorunlar ve zaman yönetimi konularında bilgilendirici konferanslar, seminerler ve eğitimler düzenlenebilir.

4. Öğrenciler zamanlarının çoğunu sosyal medyada geçirdikleri için, maneviyat düzeylerini yükseltmek amacıyla dini içerikli sosyal medya paylaşımları ve bu tarz önemli içerikler geliştirilebilir.

5. Manevi kaynaklar ve sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki bulunamamış olmasından dolayı manevi kaynakların bağımlılıklardan korunmada katkı sağlayabileceği öngörülerek sosyal medya bağımlılığından korunma konusunda öğrencilere bu yönde bilgilendirmeler yapılabilir. Manevi kaynaklar konusunda bilgi ve düzeylerini artırıcı eğitimler planlanabilir.

6. Özkontrolün sosyal medya bağımlılık düzeyi üzerinde azaltıcı bir etkisi olduğundan dolayı, öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları karşısında kendi otokontrollerini sağlayabilmeleri için özkontrol ve özyönetim düzeylerinin artırılmasına yönelik olarak eğitim ve faaliyetler düzenlenebilir.

7. Koronavirüs korkusu arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyi de yükseldiği için bireylerin korku ve kaygı açısından doğru bir şekilde bilgilendirerek psikolojik açıdan daha dayanıklı ve daha pozitif hissetmeleri sağlanabilir. Daha pozitif hisseden ve psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerde de sosyal medya bağımlılığının engellenmesi sağlanabilir.

8. Cinsiyet değişkeni açısından elde edilen farklılıklar göz önünde bulundurularak öğrencilere yönelik toplumsal cinsiyet yaklaşımlarıyla ilgili dersler verilebilir.

9. Öncelikle üniversite öğrencilerinde, genel anlamda ise tüm toplumda sosyal medya bağımlılık düzeylerini azaltıcı, özkontrol-özyönetim düzeylerinin ve manevi kaynakların ise artırılmasına yönelik olarak farkındalık ve eğitim faaliyetleri geliştirilebilir.

10. Ulusal ve uluslararası literatürde sosyal medya bağımlılığı, özkontrol-özyönetim düzeyleri ve manevi kaynaklar konusunun birlikte ele alındığı çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu konuda daha fazla araştırma yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abdullah, M. Ve Topal, İ. (2018). “Benlik Ayrışmasının Manevi Yönelimi Yordayıp Yordamadığını ve Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(14): 68-91.
- Ahmed, S., Waqas, H., Awais-E-Yazdan, M. and Chaman, S. (2022). “Threat Is Virus Not The People: Fear of Covid-19, Depression and Self-Control”. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 19(4): 173-189.
- Ahorsu, D.K., Lin, C-Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). “The Fear Of COVID-19 Scale: Development And İntial Validation”. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 1-9.
- Ağırtaş, A. ve Güler, Ç. (2020). “Sosyal Medya Kullanan Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Durumlarının Değerlendirilmesi”. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1): 76-89.
- Akın, A., Arslan, S., Arslan, N., Uysal, R., ve Sahraç, Ü. (2015). “Self-Control Management And İnternet Addiction”. *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(3): 95-100.
- Aksu, S. ve Karadağ, S.(2021). “Covid-19 Sürecinde İnternet ve Sosyal Medyada Vakit Geçirme Sürecindeki Artışın, Sosyal Medya Bağımlılığı, Gösterişçi Tüketim ve Narsistik Kişilik Üzerine Etkisi”. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1): 76-97.
- Aksoy, C. ve Atılğan, D. (2021). “Covid-19 Korkusu ve Yaşam Doyum: Özel Yetenek Giriş Sınavlarına Katılan Öğrenciler Örnekleme.” *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1): 40-50.
- Aktan, E. (2018). “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”. *Erciyes İletişim Dergisi*. 5(4): 405-421.
- Alberts, H. J., Martijn, C., & De Vries, N. K. (2011). Fighting self-control failure: Overcoming ego depletion by increasing self-awareness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(1): 58-62.
- Alcorn, S. R., Balboni, M. J., Prigerson, H. G., Reynolds, A., Phelps, A. C., Wright, A. A. ve Balboni, T. A. (2010). “If God Wanted Me Yesterday, I Wouldn't Be Here Today: Religious And Spiritual Themes İn Patients' Experiences Of Advanced Cancer”. *Journal of Palliative Medicine*, 13(5): 581-588.

- Aliusta, Z., Akmanlar, Z., & Gökkaya, F. (2019). “Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1): 10-13.
- Altundağ, Y. (2021). “Erken Dönem Covid-19 Pandemisinde Covid-19 Korkusu ve Psikolojik Dayanıklılık”. *EKEV Akademi Dergisi*, (85): 499-516.
- Andreassen, C., Pallesen, S., & Griffiths, M. (2017). “The Relationship Between Addictive Use of Social Media, Narcissism, And Self-Esteem: Findings from A Large National Survey”. *Addictive Behaviors*, 64: 287-293.
- Angın, Y. (2021). “Covid-19 Pandemi Sürecinden Geçerken Sağlık Çalışanlarında Dini Başa Çıkma ve Psikolojik Sağlık İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 25(1): 331-345.
- Arvas, F. B. (2018). “Kişisel Değerler ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Bir İnceleme”. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(5): 40-63.
- Arseven, İ. (2020).” Lise Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeyleri ile Öz-Düzenlemeli Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.” *EKEV Akademi Dergisi*, (82): 173-196.
- Aslan, A. K., Cicioğlu, H. İ. ve Demir, G. T. (2021). “Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısının İncelenmesi”. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3): 142-153.
- Arslan, S. ve Akgün, Z. (2021). “Covid-19 Fobisi, İnternet Bağımlılığı ve Çevrimiçi Satın Alma Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yobü Öğrencileri Örneği”. S. Sarıbaş (Ed.), *Küreselleşen Dünyada Sosyal Bilimler*, Duvar Yayınları, İzmir, 309-339.
- Aşkın, İ. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Öz-Yönetimli Öğrenme Becerilerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atay, Ü. T., Dinçer, N. N., Yarkac, F. U. Ve Öncü, E. (2020). “Covid-19 Pandemi Sürecinde Diş Hekimliği Uzmanlık Öğrencilerinin Korku ve Anksiyete Düzeylerinin Değerlendirilmesi”. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Diş Hekimliği Dergisi*, 2(3): 86-93.
- Atlı, F., Buga, A., Mammadli, T. ve Atlı, A. Y. (2021). “Türkiye’de Üniversite Öğrenimi Gören Öğrencilerin Öz-Anlayışları ile Sosyal Medya Bağımlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1): 59-77.
- Aydan H. (2018). “Sosyal Medya Kullanımı ile Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma: Ege Üniversitesi Örneği”. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4): 351-369.

- Aydın, İ. E. (2016) “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımları Üzerine Bir Araştırma: Anadolu Üniversitesi Örneği”. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (35): 373-386.
- Aydın, M. (2019). “Genç Yetişkinlerde Mutluluğun Maneviyat ve Kanaat Açısından İncelenmesi”. *The Journal of Social Science*, 3(6): 439-448.
- Babaarslan, D. (2021). *İnternet Bağımlılığı ve Covid-19 Pandemi Süreci Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Babacan, M. E. (2016). “Sosyal Medya Kullanım Alanları ve Bağımlılık İlişkisi”. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 3(1): 7-28.
- Babacan, M. E., Haşlak, İ., Hira, İ. (2011). “Sosyal Medya ve Arap Baharı”. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 6(2): 63-92.
- Bakioğlu, F., Korkmaz, O. ve Ercan, H. (2021).” Fear of Covid-19 and Positivity: Mediating Role Of İntolerance Of Uncertainty, Depression, Anxiety, and Stress”. *International journal of mental health and addiction*, 19(6): 2369-2382.
- Balboni, T. A., Paulk, M. E., Balboni, M. J., Phelps, A. C., Loggers, E. T., Wright, A. A. ve Prigerson, H. G. (2010). “Provision Of Spiritual Care to Patients With Advanced Cancer: Associations With Medical Care And Quality Of Life Near Death”. *Journal of Clinical Oncology*, 28(3): 445.
- Balcı, Ş., Bekiroğlu, O. ve Karaman, S. Y. (2019). “Sosyal Medya Bağımlılığının Bir Belirleyicisi Olarak Öz Saygı: Konya Örneğinde Bir Araştırma”. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2019(48): 35-64.
- Bărcăcianu, D., and Goga, M. (2019). “Relation Between Internet And Spirituality At Romanian Students”. In E. Soare and C. Langa (Eds.). *Education Facing Contemporary World Issues*, Future Academy, 989-995.
- Baynal, F. (2015). “Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı”. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1): 206-231.
- Baz, F. Ç. (2018). “Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma”. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16): 276–295.
- Bilge, Y., Baydili, K. Ve Göktaş, S. (2020). “Sosyal Medya Bağımlılığını Yordamada Anksiyete, Stres ve Günlük Sosyal Medya Kullanımı: Meslek Yüksekokulu Örneği”. *Bağımlılık Dergisi*, 21(3): 223-235.

- Bodur, H. ve Korkmaz, S. (2017). “İlahiyat Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı ve Dindarlık İlişkisi”. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (30): 329-351.
- Bilgili H. A. (2018). “Sosyal Medya Kullanımı ile Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma: Ege Üniversitesi Örneği”. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4): 351-369.
- Bonelli, R., Dew, R. E., Koenig, H. G., Rosmarin, D. H., & Vasegh, S. (2012). “Religious and Spiritual Factors in Depression: Review and Integration of the Research”. *Depression Research and Treatment*, 1-8.
- Bor, N. A. ve Bağcı, Ş. T. (2020). “Covid-19 Salgını Önleme Nedeni ile Evde Kalma Süreleri Artan Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı”. *Tam Metin Bildiriler Kitabı-Sağlık Bilimleri*, 218-231.
- Bozkurt, İ. ve Bozkurt, Ö. (2021). “Covid-19 Kısıtlamaları Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Bağımlılık Dergisi*, 23(2): 181-190.
- Bulut, İ. ve Koç, A. (2022). “Covid-19 Salgını İnanç İlişkisi”. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 22(1): 281-312.
- Bulut, H. K. ve Meral, B. (2019). “Öğrenci Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakımı Algılama Düzeyleri ve Etkileyen Bazı Faktörlerin Belirlenmesi”. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(4): 353-362.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Pegem Akademi Yayınları, Ankara.
- Çakmak, Z. (2021). *Ergenlerde Maneviyat, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Değerler Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi. Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, F. ve Diker, E. (2021). “Covid-19 Sürecinde Depresyon, Stres, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Zorlayıcı Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkiler”. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(1), 17-43.
- Çelik, E. *Madde Kullanım Bozukluğu Olan Bireylerin Duygusal Farkındalık ve Öz-kontrol Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlerle İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Çelik, E. O. (2021). *Dağcılık Sporunu ile Uğraşan Bireylerin Doğaya Bağlılık, Bilinçli Farkındalık, Öz Kontrol Düzeylerinin İncelenmesi*, Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

- Çelik-İnce, S., ve Utaş-Akhan, L., (2016). “Öğrenci Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakıma İlişkin Algıları”. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma*, 13(3): 202-208.
- Çetintaş, İ., Dirik, F. Z., İlhan, E. ve Kostak, M. A. (2021). “Hemşirelik Öğrencilerinin Maneviyat ve Manevi Bakım ile İlgili Algıları”. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1): 38-46.
- Chen, H. T., & Kim, Y. (2013). “Problematic Use Of Social Network Sites: The Interactive Relationship Between Gratifications Sought And Privacy Concerns”. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(11): 806-812.
- Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L. ve Luk, J. W. (2021). “Prevalence Of Social Media Addiction Across 32 Nations: Meta-Analysis With Subgroup Analysis Of Classification Schemes And Cultural Values”. *Addictive Behaviors*, 117, 106845.
- Çiftçi, F., ve Demir, A. (2020). “Covid-19 Pandemisinde Türk Profesyonel Futbolcuların Covid-19 Korkusu ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi”. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(Özel Sayı 1): 26-38.
- Çiftçi, H. (2018). “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı.” *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4):417-434.
- Ciotti, M., Ciccozzi, M., Terrinoni, A., Jiang, WC, Wang, CB ve Bernardini, S. (2020). “Covid-19 Pandemic Critical Reviews In Clinical Laboratory Sciences”. *57 (6): 365-388.*
- Coşansu, G. (2015). “Verilerin analizi ve yorumlanması”. S. Erdoğan (Ed), *Hemşirelikte Araştırma: Süreç, Uygulama ve Kritik*. Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul, 237-279.
- Çömlekçi, M. F. ve Başol, O. (2019). “Gençlerin Sosyal Medya Kullanım Amaçları ile Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinin İncelenmesi”. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4): 173-188.
- Debbarma, R. and Umadevi, G. (2021). “Self-regulation among young adolescents towards internet addiction”. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 12(1): 100-105.
- Delgado, C., (2005). “A Discussion Of The Concept Of Spirituality”. *Nursing Science Quarterly*, 18(2): 157-162.
- Demir, İ. (2019). *Dini bilgi edinme kaynağı olarak sosyal medya (İlahiyat Fakültesi öğrencileri örneği)*, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Demir Y. ve Kumcağız H. (2019). “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52): 23-42.

- Demircan, Ü., Işık, M. ve Gürhan, N. (2022). “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Siber Zorbalık”. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2): 596-609.
- Demirci, İ. (2019). “Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Depresyon Ve Anksiyete Belirtileriyle İlişkinin Değerlendirilmesi”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1): 15-22.
- Demiroğlu, B. (2021). *Yetişkinlerin Maneviyat ve Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Demiroğlu, B. and Taş, B. (2021) "Relationship Between Spirituality and Social Media Addiction Among Adults." *Research on Education and Psychology* 5 (2): 368-396.
- Desmond, S. A., Ulmer, J. T. and Bader, C. D. (2013). “Religion, Self Control, and Substance Use”. *Deviant Behavior*, 34(5): 384-406.
- Dikmen, M. (2021). “Covid-19 Pandemisinde Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Rolünün İncelenmesi: Bir Yapısal Eşitlik Modeli”. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1): 20-30.
- Doğan, M. (2022). “Oruç İradeyi Güçlendirir Mi? Ramazan Orucunun Öz Denetim Ve Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisinin Deneysel Olarak İncelenmesi”. *Bilimname*, 48(2): 495-533.
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S. and Gross, J. J. (2014). Self-control in school-age children. *Educational Psychologist*, 49(3): 199-217.
- Duman, N. (2020). “Üniversite Öğrencilerinde Covid-19 Korkusu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük”. *The Journal of Social Science*, 4(8): 426-437.
- Durmuş, H., Günay, O., Yıldız, S., Timur, A., Balcı, E. Ve Karaca, S. (2018). “Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Üniversite Yaşamı Boyunca Değişimi”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(4): 383-389.
- Dursun, N. (2019). *Evli ve bekar bireylerin yaşamın anlamı ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eğren, A., Başpınar, M. M. ve Basat, O. (2022). “Covid-19 Anksiyete Sıklığında Sosyal Medya Bağımlılığının Rolü Nedir? Kesitsel Bir Çalışma.” *Ege Tıp Dergisi*, 61(3): 334-341.
- Eğren, A. (2021). *Koronavirüs Anksiyetesi ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkinin Değerlendirilmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Gaziosmanpaşa Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, İstanbul.

- Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). “Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinde Genel Erteleme Davranışlarının Aracı Rolü”. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3): 717-745.
- Ekşi, H., Çelimli, Ç., Sevim, E. ve Ekşi, F. (2019). “Manevi Kaynaklar Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması”. *V. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi Tam Metin Kitapçığı içinde*, 759-767.
- Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). “Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinde Genel Erteleme Davranışlarının Aracı Rolü”. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3): 717-745.
- Elksin, D. N., Hedstrom, L. L., Hughes, J. A. L., Leaf, A. and Saunders, C. (1988). “Toward A Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, And Measurement”. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4): 5-18.
- Ercoşkun, M. H. (2016). “Adaptation Of Self-Control and Self-Management Scale (SCMS) Into Turkish Culture: A Study on Reliability and Validity”. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16, (4): 1125-1145.
- Ergen, R. M. ve Akacan, B. (2021). “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Duygusal Zeka Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (52): 582-599.
- Ergül Ş, Bayık A. “Hemşirelik ve Manevi Bakım”. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2004; 8(1): 37-45.
- Ergül, A. (2021). “Öz Denetimi Güçlendirici Bir Vasıta Olarak Kur’an’da Şehâdet, Ru ‘yet, Basîret ve Murâkabe”. *Usul İslam Araştırmaları*, 36(36), 1-28.
- Eşer, A. K. ve Alkaya, S. A. (2019). “Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Durumu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi”. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 1(1): 27-36.
- Fardin, M. A. (2020). “Covid-19 Epidemic and Spirituality: A Review of the Benefits of Religion in Times of Crisis”. *Jundishapur Journal of Chronic Disease Care*, 9(2). e104260.
- Frame, M. W. (2002). “Integrating Religion And Spirituality İnto Counseling: A Comprehensive Approach”. *Wadsworth Pub Co*.
- Fujita, K. (2008). Seeing the forest beyond the trees: A construal-level approach to self-control. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3): 1475-1496.

- Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., ... & Dai, J. (2020). "Mental Health Problems and Social Media Exposure During Covid-19 Outbreak". *Plos One*, 15(4), 1-10.
- Gencer, N. (2020). "Pandemi Sürecinde Bireylerin Koronavirüs (Kovid-19) Korkusu: Çorum Örneği". *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, (4): 1153-1173.
- Göktaş, A., & Varlı, M. (2023). "Psychosocial health and activities during the Covid-19 pandemic". *Work*, (Preprint), 1-12.
- Gökler, M. E. ve Turan, Ş. (2020). "Covid-19 Pandemisi Sürecinde Problemlili Teknoloji Kullanımı". *Estüdam Halk Sağlığı Dergisi*, 5: 108-114.
- Gundogan, S. (2021). "The Mediator Role of the Fear of Covid-19 İn The Relationship Between Psychological Resilience and Life Satisfaction". *Current Psychology*, 40(12): 6291-6299.
- Güler, E. Ö., Veysikarani, D. ve Keskin, D. (2019). "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerine Bir Araştırma". *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1): 1-13.
- Gürses, İ. ve İrk, E. (2018). "İnternet Kullanımı ve Ergenlerin Dini Gelişimleri Üzerine Bir Araştırma". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 27(1): 109-135.
- Harmancı, H., Dayıoğlu, H. ve Kırkpınar S. (2019). "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ve Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ". *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, S 3: 242-255.
- Hashemi, S. G. S., Hosseinnezhad, S., Dini, S., Griffiths, M. D., Lin, C. Y. and Pakpour, A. H. (2020). "The Mediating Effect Of The Cyberchondria And Anxiety Sensitivity İn The Association Between Problematic İnternet Use, Metacognition Beliefs, And Fear Of COVID-19 Among Iranian Online Population". *Heliyon*, 6(10): e05135.
- Hill, P.C., & Pargament, K.I. (2003). "Advances İn Conceptualization And Measurement Of Religion And Spirituality: Implications For Physical And Mental Health Research". *American Psychologist*, 58 (1): 64-74.
- Hiçdurmaz D, Öz F. "Stresle Başetmenin Bir Boyutu Olarak Spiritüalite". *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2013; 16(1): 50-6.
- Hodge, D. R. (2005). "Spiritual Ecograms: A New Assessment Instrument For Identifying Clients' Strengths İn Space And Across Time". *Families in Society*, 86(2): 287-296.
- Hodge, A. S., Alderson, C. J., Mosher, D. K., Davis, C. W., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R. ve Davis, D. E. (2020). "Religion And Spirituality, Free Will, And Effective Self-Regulation". *The Science of Religion, Spirituality, and Existentialism*, 103-117.

- Horozcu, Ü. (2010). "Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki". *Milel ve Nihal*, 7(1), 209-240.
- Huang, F., Ding, H., Liu, Z., Wu, P., Zhu, M., Li, A. and Zhu, T. (2020). "How Fear And Collectivism Influence Public's Preventive İntention Towards COVID-19 İnfection: A Study Based On Big Data From The Social Media". *BMC Public Health*, 20(1), 1-9.
- İnce M. ve Koçak M. C. (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi Örneği". *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7 (2): 736-749.
- İlğaz, M. (2018). "Sosyal Medya Bağımlılığı: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma". *Turkish Journal of Marketing*, 3(3): 238-257.
- Kalgı, M. E. (2021). "Covid-19 Salgınına Yakalanan Kişilerde Dindarlık ve Dini Başa Çıkma". *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*, 21(1), 131-150.
- Karagöz, S. "Covid-19 Küresel Salgını Sürecinde Sağlık Çalışanlarının Anlamlandırma ve Başa Çıkma Deneyimlerinde Dinin Rolü". *Bilimname*, (47): 575-622.
- Karakuş, K., Demirel, M., Kaya, A. (2022). "Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Medya Bağımlılığının Rekreatif Faaliyetlere Katılım ve Serbest Zaman Değerlendirme Değişkenleri Açısından İncelenmesi". *ERPA International Congresses on Education 2022*, 40-50.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Karlı, N. (2019). "Gençlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (46): 225-260.
- Karaevli, H. (2022). "Okul Öncesi Öğretmenlerinin Covid-19 Salgını Öncesi ve Salgın Döneminde İnternet ve Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi". *Atlas Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(12): 62-81.
- Kasapoğlu, F. (2020). "Covid-19 Salgını Sürecinde Kaygı ile Maneviyat, Psikolojik Sağlık ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". *Turkish Studies*, 15(4): 599-614.
- Kaşıkcı, F., Denli, Ö. S. ve Karaman, N. G. (2021). "Gençlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal Dışlanma: Öz-Kontrolün Aracılık Rolünün Değerlendirilmesi". *Başkent University Journal of Education*, 8(1): 147-159
- Kavas, E. ve Kavas, N. (2015). " Hastalarda Manevi Bakım İhtiyacı konusunda Doktor, Ebe ve Hemşirelerin Manevi Destek Algısının Belirlenmesi: Denizli Örneği". *Electronic Turkish Studies*, 10(14).

- Keisari, S., Biancalani, G., Tavelli, E., Fassina, S., and Testoni, I. (2022) "Spirituality during Covid-19 in Northern Italy: The experience of participating in an online prayer group." *Pastoral psychology* 71(2): 201-215.
- Keskin, Ü. (2014). *Sınıf öğretmeni adaylarının insani değerlere sahip olma düzeylerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Kıran, S. ve Küçükboşancı, H. ve Emre, İ. E. (2020). "Sosyal Medya Kullanımının Kişiler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi". *Bilişim Teknolojiler Dergisi*, 13(4): 435-441.
- Kırmacı, Ö., & Acar, S. (2018). "Kampüs Öğrencilerinin Eşzamanlı Uzaktan Eğitimde Karşılaştıkları Sorunlar". *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 14(3): 276-291.
- Kısaç, İ. ve Şensoy, M. E. M. (2017). "Gençlerde Sosyal Medya Algısı ve Kullanma Davranışı". In *Mediterranean International Conference on Social Sciences by UDG*, Mayıs 2017, Podgorica, 379-392.
- Kim, J., Hong, H., Lee, J. and Hyun, M. H. (2017). "Effects Of Time Perspective And Self-Control On Procrastination And Internet Addiction". *Journal of behavioral addictions*, 6(2): 229-236.
- Kimter, N. (2020). "Covid-19 Günlerinde Bireylerin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi". *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 574-605.
- Koca, E. B. ve Tunca, M. Z. (2020). "İnternet ve Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrenciler Üzerindeki Etkilerine Dair Bir Araştırma". *Alanya Akademik Bakış*, 4(1): 77-103.
- Koca, F. "Covid-19 Nedir?". <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/covid-19-nedir-.html> (erişim tarihi:29.11.2022).
- Koç, A., Gökler, M. E. ve Bilgehan, T. (2019). "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Takıntılı Özçekim Davranışının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Bakımından Karşılaştırılması". In *Yeni Symposium*, 57(4): 15-20.
- Koçak, M. ve Traş, Z. (2021). "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Yaşamın Anlamı Arasındaki Yordayıcı İlişkiler". *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3): 1618-1631.
- Korkmaz, S. (2021). "Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık İlişkisi". *Tasavvur/Tekirdağ İlahiyat Dergisi*, 7(1): 237-271.
- Korkmaz, Ö. (2020). "Sosyal Medya Bağımlılığı: Bayburt Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme". *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2): 237-250.

- Kovan, A. Ve Ormancı, N. (2021). “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medyadaki Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişki: Covid-19 Pandemi Örneği”. *Erciyes İletişim Dergisi*, Özel sayı (2): 125-145.
- Körpe, G. ve Küçük, L. (2021). “Covid-19 Döneminde Hemşirelik Öğrencilerinde Teknoloji Bağımlılığı”. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (15): 581-592.
- Köse, A. ve Ayten, A. (2015). *Din Psikolojisi*. Timaş Yayınları, İstanbul.
- Larson, D. B., & Larson, S. S. (2003). "Spirituality's Potential Relevance To Physical And Emotional Health: A Brief Review Of The Quantitative Research". *Journal of Psychology and Theology*, 31 (1): 37-51.
- Liu, C. and Kuo, F. (2007), “A Study Of İnternet Addiction Through The Lens Of The İnterpersonal Theory”. *CyberPsychology and Behavior*, 10(6): 799.
- Liu, H., Liu, W., Yoganathan, V. and Osburg, V. S. (2021). “COVID-19 İnformation Overload And Generation Z's Social Media Discontinuance İntention During The Pandemic Lockdown”. *Technological Forecasting and Social Change*, 166: 120600.
- Longstreet, P. and Brooks, S. (2017). Life Satisfaction: A Key To Managing İnternet & Social Media Addiction. *Technology In Society*, 50: 73-77.
- Malaney, GD (2004). “İnternet use of students”. *Journal of Educational Technology Systems*, 33 (1): 53-66.
- Mazılı S., ve Gültekin, Ö. Ü. M. (2020). “Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığının Özdenetim Açısından İncelenmesi”. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 10(2): 705-730.
- Mcmahon, B. T. and H. C. Biggs. (2012). “Examining Spirituality And İntrinsic Religious Orientation As A Means Of Coping With Exam Anxiety”. *Journal Vulnerable Groups & Inclusion*, 3(1): 1-21.(4)
- Meek, K. R., McMinn, M. R., Brower, C. M., Burnett, T. D., McRay, B. W., Ramey, M. L., and Villa, D. D. (2003). “Maintaining Personal Resiliency: Lessons Learned From Evangelical Protestant Clergy”. *Journal of Psychology and Theology*, 31(4): 339– 347.
- Mezo, P. G. (2009). “The Self-Control and Self-Management Scale (SCMS): Development of An Adaptive Self-Regulatory Coping Skills Instrument”. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 31(2): 83-93.
- Nadeem, M., Buzdar, M. A., Shakir, M., & Naseer, S. (2019). “The Association Between Muslim Religiosity and İnternet Addiction Among Young Adult College Students”. *Journal of Religion and Health*, 58(6): 1953-1960.

- Naheivan, N. (2015). "Nicel araştırma tasarımları". S. Erdoğan (Ed), *Hemşirelikte Araştırma: Süreç, Uygulama ve Kritik*. Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul, 89-128.
- Olunade, O. Y., Adetunde, C. O., Iwelumor, O. S., Ozoya, M. I. and George, T. O. (2021). "Coronavirus Pandemic and Spirituality in Southwest Nigeria: A Sociological Analysis". *Heliyon*, 7(3), e06451.
- Oyman, N. (2016). "Sosyal Medya Dindarlığı". *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (28): 125-167.
- Özdemir, Z. (2019). "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı". *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(2): 91-105.
- Özdemir, D. ve Arpacıoğlu, S. (2020). "Sosyal Medya Kullanımı, Sağlık Algısı ve Sağlık Arama Davranışının Koronavirüs Korkusu Üzerine Etkisi". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12: 364-381.
- Paksoy, H. M. (2020). "Covid-19 Pandemisi ile Oluşan Korku ve Davranışlara İnancın Etkisi Üzerine Bir Araştırma: Türkiye Örneği". *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2): 135-155.
- Pargament, K. I. (2007). "Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding And Addressing The Sacred". *New York: Guilford Press*. (29-53).
- Parlar, S. (2022). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve dindarlık ilişkisi üzerine bir inceleme (Batman ili örneği)*, Yüksek Lisans Tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Panzini, R. G., Rocha, N. S. d., Bandeira, D. R. and Fleck, M. P. d. A. (2007). "Qualidade de vida e espiritualidade". *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 34, 105-115.
- Piedmont, R. L. (1999). "Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five-Factor Model". *Journal of Personality*, 67: 985-1013.
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K. and Reller, N. (2014). "Improving The Spiritual Dimension of Whole Person Care: Reaching National And International Consensus". *Journal of Palliative Medicine*, 17(6): 642-656.
- Rahman, S. (2021). "Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Covid-19 Fobi Durumlarının Değerlendirilmesi". *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 35(1): 68-73.
- Rathakrishnan, B., Singh, S. S. B., Yahaya, A., Kamaluddin, M. R. and Aziz, S. F. A. (2022). "The Relationship Among Spirituality, Fear, and Mental Health on Covid-19 Among Adults: an Exploratory Research". *Frontiers in psychology*, 12, 815332.

- Rocheleau, G. C. (2021). "Religious Bonds, Low Self-Control, And Deviant Behavior: A Fixed-Effects Approach". *Criminal Justice Studies*, 34(2): 235-250.
- Rounding, K., Lee, A., Jacobson, J. A. and Ji, L. J. (2012). "Religion Replenishes Self-Control". *Psychological science*, 23(6): 635-642.
- Şahin, S.(2021). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Aile Yaşam Doyumu ve Dini Yönelim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Şahin, E. ve Hamamcı, Z. ve Türk, F. (2021). "Covid-19 Pandemi Sürecinde Depresyon, Anksiyete ve Stres ile Başa Çıkma Tutumlarının Sosyal Medya Bağımlılığıyla İlişkisi". *Erciyes İletişim Dergisi*, 9(1): 165-186.
- Sağır, R. (2019). *Ergenlerde Dindarlık, Öz Denetim ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi*, Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sandage, S. J. and Harden, M. G. (2011). "Relational Spirituality, Differentiation of Self, and Virtue as Predictors of Intercultural Development". *Mental Health, Religion & Culture*, 14, 819–838.
- Schou Andreassen, C. and Pallesen, S. (2014). "Social network site addiction-an overview. Current pharmaceutical design," 20(25): 4053-4061.
- Schnell, T. and Krampe, H. (2020). "Meaning İn Life And Self-Control Buffer Stress İn Times of Covid-19: Moderating And Mediating Effects With Regard to Mental Distress". *Frontiers in Psychiatry*, 983.
- Shroff, D. M., Breaux, R. and Von Suchodoletz, A. (2021). "Understanding The Association Between Spirituality And Mental Health Outcomes İn Adolescents İn Two Non-Western Countries: Exploring Self-Control As A Potential Mediatör". *Development and Psychopathology*, 1-10.
- Steinhauser, K. E., Christakis, N. A., Clipp, E. C., McNeilly, M., McIntyre, L., & Tulsky, J. A. (2000). "Factors Considered İmportant At The End Of Life By Patients, Family, Physicians, And Other Care Providers". *Jama*, 284(19): 2476-2482.
- Solmaz, R. (2021). *14-18 Yaş Arası Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Bağlanma Stilleri ve Özdenetim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Arel Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Sunhaji, S. (2022). "Learning Strategy for Islamic Religious Education During the Covid-19 Epidemic". *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 16(4): 1436-1447.
- TDK, <https://sozluk.gov.tr> (Erişim tarihi: 22.11.2022)

- Tanyi, R. A. (2002). "Towards Clarification of The Meaning of Spirituality". *Journal Of Advanced Nursing*, 39(5): 500-509.
- Tiliouine, H., Cummins, R. A., & Davern, M. (2009). "Islamic Religiosity, Subjective Well-Being, and Health". *Mental health, religion & culture*, 12(1): 55-74.
- Treem, J. W., Dailey, S. L., Pierce, C. S. and Biff, D. (2016). "What We Are Talking About When We Talk About Social Media: A Framework For Study". *Sociology Compass*, 10(9): 768-784.
- Tunç, E. (2021). "Covid-19 Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Manevi Kaynakları ve Mental İyi Oluşları". *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (4): 75-96.
- Turgut, M., Kutlu, G. ve Mut, S. (2018). "Sağlık Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Sosyal Medya Kullanımları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi". *İşletme Bilimi Dergisi*, 6(1): 185-205.
- Turner, M. G., & Piquero, A. R. (2002). "The Stability of Self-Control". *Journal of Criminal Justice*, 30(6): 457-471.
- Tutgun-Ünal, A. (2019). "İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının İncelenmesi: Üsküdar Üniversitesi Örneği". *Kastamonu İletişim Araştırmaları Dergisi*, (2): 49-80.
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2020). "Sosyal Medya Kuşaklarının Sosyal Medya Kullanım Seviyeleri ve Tercihleri". *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(22): 1289-1319.
- Türkeş, M. C. (2004). *Ergenlerde Sapkın Davranışın Nedenleri Olarak Özdenetim ve Aile İçi Denetim Mekanizmalarının Analizi*, Doktora Tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Toh, S. H., Howie, E. K., Coenen, P., & Straker, L. M. (2019). "From the Moment I Wake Up I Will Use it... Every Day, Very Hour": A Qualitative Study on the Patterns of Adolescents' Mobile Touch Screen Device use From Adolescent And Parent Perspectives. *BMC Pediatrics*, 19(1): 1-16.
- Uçar, E., Tümer, A., Taner, A., ve Balkaya, N. A. (2022). "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımları ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki: Bir Sağlık Bilimleri Fakültesi Örneği". *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 7(1): 9-10.
- Uğurlu, EG. (2003). *Türkiye'de Ulusal Televizyon Kanallarında Yayınlanan Reklamlarda Annelik Rolünün Sunum*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

- Ürkmez, S. ve Eskicumalı, A. (2021). “Kullanımlar ve Doyumlar Teorisi Çerçevesinde Covid-19 Pandemi Sürecinde Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Motivasyonları: Instagram Örneği”. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(2), 111-129.
- Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M. and Kommers, P. A. (2015). “Modeling Habitual And Addictive Smartphone Behavior: The Role Of Smartphone Usage Types, Emotional İntelligence, Social Stress, Self-Regulation, Age, And Gender”. *Computers in human behavior*, 45: 411-420.
- Velavan, T. P., & Meyer, C. G. (2020). “The Covid-19 Epidemic”. *Tropical Medicine & International Health*, 25(3): 278-280.
- Walsh, F. (2009). Religion, Spirituality, And The Family Multifaith Perspectives. Walsh, F. (Ed.). *Spiritual Resources in Family Therapy*. Guilford Publications. 3-30.
- Walsh, F. (2009). “Human-Animal Bonds I: The Relational Significance Of Companion Animals”. *Family Process*, 48(4): 462–480.
- Westbrook, C. J., Davis, D. E., McElroy, S. E., Brubaker, K., Choe, E., Karaga, S., ... Hook, J. (2018). “Trait Sources Of Spirituality Scale: Assessing Trait Spirituality More Inclusively”. *Measurement And Evaluation İn Counseling and Development*, 51(2): 125–138.
- Wheaton, M. G., Prikhidko, A. and Messner, G. R. (2021). “Is Fear Of Covid-19 Contagious? The Effects Of Emotion Contagion and Social Media Use On Anxiety in Response to The Coronavirus Pandemic”. *Frontiers in psychology*, 11(567379): 1-9.
- Wilcox, K and Stephen, A. T. (2013). “Are close friends the enemy? Online social networks, self-esteem, and self-control”. *Journal of Consumer research*, 40(1): 90-103.
- Wood, M., Center, H. and Parenteau, S. C. (2016). “Social Media Addiction And Psychological Adjustment: Religiosity And Spirituality İn The Age Of Social Media”. *Mental Health, Religion & Culture*, 19(9): 972-983.
- Worthington, E. L., Jr. (2012). Progress in physics and psychological science affects the psychology of religion and spirituality. In L. J. Miller (Ed.), *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 47–62). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Yaka, A. İ. (2011). *Bağlanma, Erken Döneme Yönelik Şemalar, Öz-Yönetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yakut, S. (2019). “Üniversite Öğrencilerinde Öz-Denetim”. *Journal of International Social Research*, 12(65): 1409-1418.

- Yay, M. (2018). *Problemlili Akıllı Telefon Kullanımı ve Kendini Sabotaj İlişkisinde Öz Düzenlemenin Aracı Rolünün İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık, Ankara.
- Yılmaz, R., ve Karaoğlan Yılmaz, F. G. (2022). "Problematic Internet use in Adults: The Role of Happiness, Psychological Resilience, Dispositional Hope, and Self-control and Self-management". *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 1-19.
- Zinnbauer, B. J., and Pargament, K. I. (2005). "Religiousness And Spirituality". In R. F. Paloutzian and C. L. Park (Ed.). *Handbook Of The Psychology Of Religion And Spirituality*. NY: Guilford Press, New York, 21– 42.



9. İnternet nedeniyle aşağıdaki sorunlardan hangilerini yaşıyorsunuz (birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz).

1. Uyku sorunları (uykuya geç dalma, uykusuzluk gibi)
2. Akademik başarı ve okul performansında azalma
3. Yalnızlık
4. Sosyal çevre ile iletişim sorunları
5. Depresyon
6. Anksiyete ve gerginlik hali
7. Aşırı sinirli olmak
9. Sosyal medya nedeniyle görülen ilgiyi kaybetme korkusu
10. Diğer.....

10. Akşam yatarken son bir kez sosyal medyanızı kontrol eder misiniz?

1. Evet
2. Hayır

11. Sabah ilk kalktığınızda sosyal medyanızı kontrol eder misiniz?

1. Evet
2. Hayır

12. Çok yoğun olsanız da sosyal medyanızı kontrol eder misiniz?

1. Evet
2. Hayır

13. İnternet erişimi ile ilgili..... (boşluğu size uygun cümleler ile tamamlayınız./ Birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz.)

1. Bulduğum yerde alt yapı problemi var
2. Kota sıkıntım var
3. Evde wifi bağlantım yok
4. İnternet çekmiyor
5. İnternete bağlanacağım araç gerecim yok (telefon, bilgisayar, tablet vb.)
6. Maddi imkânım yetersiz
7. Hiçbir sıkıntım yok
8. Diğer:

14. İnternet kullanma becerileriniz konusunda kendinizi hangi düzeyde nitelendirirsiniz?

1. Acemi
2. Orta
3. İleri
4. Uzman

15. İnternette hiç dini içerikli videolar izlediniz mi?

1. Evet
2. Hayır

16. Covid-19 sürecinde online dini programlara katıldınız mı?

1. Evet
2. Hayır

17. İnternette izlediğiniz dini içerikli videolar ve katıldığınız online programlar sizin din algınızı nasıl etkiledi?

1. Dine ısındırdı
2. Dinden soğuttu
3. Etkilemedi

18. Sosyal paylaşım sitelerindeki arkadaşlarınız genel olarak sizin din algınızı nasıl etkiledi?

1. Dine ısındırdı
2. Dinden soğuttu
3. Etkilemedi

EK-2: Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

<p>Son bir yılınızı düşünerek sosyal medya (Facebook, Instagram, Twitter, vb.) kullanımınız hakkındaki aşağıdaki durumları ne sıklıkla yaşadığınızı belirtiniz.</p> <p><i>(1) Çok nadir (2) Nadir (3) Bazen (4) Sıkça (5) Oldukça sık</i></p>						
1	Sosyal medyayı düşünerek ya da sosyal medya kullanmayı planlayarak çok fazla zaman harcadınız mı?	1	2	3	4	5
2	Sosyal medyayı giderek daha fazla kullanma arzusu hissettiniz mi?	1	2	3	4	5
3	Sosyal medyayı kişisel sorunlarınızı unutmak için kullandınız mı?	1	2	3	4	5
4	Sosyal medya kullanmayı bırakma denemeleriniz başarısızlıkla sonuçlandı mı?	1	2	3	4	5
5	Sosyal medya kullanmanız yasaklansaydı rahatsız ve sıkıntılı olur muydunuz?	1	2	3	4	5
6	Sosyal medyayı çok fazla kullanmanız işlerinizi/çalışmalarınızı olumsuz etkiledi mi?	1	2	3	4	5

EK-3: Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni**Ölçme Aracı
Kullanım İzni**

Kullanmak istediğiniz ölçme aracını psikometrik çalışmalarının yapıldığı benzer örneklemlerde yürütülen ticari amaç gütmeyen bilimsel çalışmalarda ve uygulamalarda kaynak göstererek kullanabilirsiniz.

Çalışmalarınızda başarılar dilerim.

İletişim:

Doç. Dr. İbrahim Demirci Sinop Üniversitesi



EK-4: Koronavirüs (Covid-19) Korkusu Ölçeği

1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Kararsızım, 4: Katılıyorum, 5: Kesinlikle katılıyorum					
	1	2	3	4	5
1. Koronavirüsten (Covid-19) çok korkuyorum.					
2. Koronavirüsü düşünmek beni rahatsız ediyor.					
3. Koronavirüsü düşündüğümde ellerim soğuk soğuk terliyor.					
4. Koronavirüs nedeniyle hayatımı kaybetmekten korkuyorum.					
5. Sosyal medyada koronavirüsle ilgili hikayeleri ve haberleri gördüğümde gerilir veya endişelenirim.					
6. Koronavirüse yakalanacağım korkusundan dolayı uyuyamıyorum.					
7. Koronavirüse yakalanacağımı düşündüğümde kalbim hızla çarpmaya başlıyor.					

Not: Ölçek uygun atıf biçimiyle izin alınmadan kullanılabilir.

EK-5: Özkontrol-Özyönetim Ölçeği

Alt Boyutlar	Değerli Katılımcı, Lütfen aşağıdaki ifadelerin her birini okuyunuz ve her bir ifadenin sizi ne kadar iyi betimlediğini aşağıdaki ölçeği kullanarak derecelendiriniz: 5: Beni tamamıyla tanımlıyor. 4: Beni büyük ölçüde tanımlıyor. 3: Beni biraz tanımlıyor. 2: Beni pek tanımlamıyor. 1: Beni çoğunlukla tanımlamıyor. 0: Beni hiç tanımlamıyor.	Beni hiç tanımlamıyor	Beni çoğunlukla tanımlamıyor	Beni pek tanımlamıyor	Beni biraz tanımlıyor	Beni büyük ölçüde tanımlıyor	Beni tamamıyla tanımlıyor
Kendini Ayarlama	1. Bir şey üzerinde çalıştığım zaman, tüm dikkatimi ona veririm.	0	1	2	3	4	5
	2. Yapmam gereken görevlere, onları sevmesem de odaklanırım.	0	1	2	3	4	5
	3. Bir amaç uğruna çalışırken, yaptığım şeyin bilincinde olurum.	0	1	2	3	4	5
	4. Bir hedef doğrultusunda çalışırken, ilerleyişimi sürekli takip ederim.	0	1	2	3	4	5
	5. Zor bir şey üzerinde çalışırken, düşüncelerim üzerinde yoğunlaşıyorum.	0	1	2	3	4	5
	6. Bir amaç doğrultusunda çalışırken, hangi yolu takip edebileceğimi bilirim.	0	1	2	3	4	5
Kendini Değerlendirme	7. Kendim için önemli hedefler belirlediğimde, o hedefleri genellikle başaramam.*	0	1	2	3	4	5
	8. Hayatımda karşılaştığım çoğu sorun için net planlar yapma yeteneğine sahip olduğumu düşünmüyorum.*	0	1	2	3	4	5
	9. Başardığım hedefler benim için çok şey ifade etmez.*	0	1	2	3	4	5
	10. Plan yapmanın faydasız olduğunu düşünüyorum.*	0	1	2	3	4	5
	11. Kendim için oluşturduğum standartlar belirsizdir ve bir görevi nasıl yapmam gerektiği konusunda karar vermem zor olur.*	0	1	2	3	4	5
Kendini Pekiştirme	12. Başarı sağladığımda kendimi takdir ederim.	0	1	2	3	4	5
	13. Daha sonra tadını çıkarmak için plan yaparak zor işlere girişirim.	0	1	2	3	4	5
	14. Başkaları beni takdir etmese de, ben kendimi sessizce takdir ederim.	0	1	2	3	4	5
	15. Bir şeyi doğru yaptığımda, bunun tadını çıkarırım.	0	1	2	3	4	5
	16. İlerleme sağladığım zaman, kendimi ödüllendiririm.	0	1	2	3	4	5

*Ters maddeler

EK-6: Özkontrol-Özyönetim Ölçeği Kullanım İzni

Özkontrol-Özyönetim ölçeği Gelen Kutusu x ✕ 🖨 📧

büşra koca <büşrakoca@ataturk.edu.tr> 28 Ara 2020 10:30 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: m... ▼

Merhaba, yüksek lisans tez çalışmamda üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, manevi kaynaklar, öz kontrol ve öz yönetim konusunu çalışmak istiyorum. İzniniz olursa sizin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığınız Özkontrol- Özyönetim ölçeğinizi kullanabilir miyim?

M. Hanifi ERCOŞKUN <hanifercoskun@ataturk.edu.tr> 28 Ara 2020 11:59 📧 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: ben ▼

Merhaba,
Daha önce tarafımda Türkçeye uyarlanan Özkontrol - özyönetim ölçeğimi çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ekte uyarladığım ölçek makalemin Türkçe ve İngilizce formunu gönderiyorum. İstedığınız bilgiler ve ölçeğin bir örneğine bu makalelerden ulaşabilirsiniz. (Makalenin ekindeki ölçekte ters olarak değerlendirilecek maddelerin sonunda * işareti var.) Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. Selamlar
Dr. M. Hanifi ERCOŞKUN
Atatürk Üniversitesi
Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi
Temel Eğitim Bölümü Sınıf Öğretmenliği ABD

EK-7: Manevi Kaynaklar Ölçeği

	Manevi Kaynaklar Ölçeği	HİÇ Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Tanrı'yla/kişisel inancımınla bağım hayatımda bir amaç ve anlam katar.	1	2	3	4	5
2	Tanrı'yla/kişisel inancımınla ilişkim hayatıma anlam katar.	1	2	3	4	5
3	Tanrı'yla/kişisel inancımınla ilişkim, kim olduğuma dair en önemli parçalardan biridir.	1	2	3	4	5
4	Tanrı'yla/kişisel inancımınla ilişkim yaptığım her şeyi etkiler.	1	2	3	4	5
5	Tanrı'ya /kişisel inancımınla yakınlığım ve bağlantım hayatımdaki en önemli şeydir.	1	2	3	4	5
6	Tanrı/kişisel inancımınla ilişkimde sık sık yakınlık ararım.	1	2	3	4	5
7	Doğayla bağlantım hayatıma amaç ve anlam katar.	1	2	3	4	5
8	Doğayla ilişkim hayatıma anlam katar.	1	2	3	4	5
9	Doğayla ilişkim, kim olduğuma dair önemli parçalardan biridir.	1	2	3	4	5
10	Doğayla ilişkim, yaptığım her şeyi etkiler.	1	2	3	4	5
11	Doğayla yakınlığım ve bağlantım hayatımdaki en önemli şeydir.	1	2	3	4	5
12	Doğayla olan ilişkimde sık sık yakınlık ararım.	1	2	3	4	5
13	İnsanlıkla olan bağlantım hayatıma amaç ve anlam katar.	1	2	3	4	5
14	İnsanlıkla ilişkim hayatıma anlam katar.	1	2	3	4	5
15	İnsanlıkla ilişkim, kim olduğuma dair önemli parçalardan biridir.	1	2	3	4	5
16	İnsanlıkla ilişkim yaptığım her şeyi etkiler.	1	2	3	4	5
17	İnsanlıkla yakınlığım ve bağlantım hayatımdaki en önemli şeydir.	1	2	3	4	5
18	İnsanlıkla olan ilişkimde sık sık yakınlık ararım.	1	2	3	4	5
19	Aşkın/yüce'yle olan bağlantım hayatıma amaç ve anlam katar.	1	2	3	4	5
20	Aşkın/yüce'yle olan ilişkim hayatıma anlam katar.	1	2	3	4	5
21	Aşkın/yüce'yle ilişkim, kim olduğuma dair önemli parçalardan biridir.	1	2	3	4	5
22	Aşkın/yüce'yle olan ilişkim yaptığım her şeyi etkiler.	1	2	3	4	5
23	Aşkın/yüce'yle olan yakınlığım ve bağlantım hayatımdaki en önemli şeydir.	1	2	3	4	5
24	Aşkın/yüce'yle olan ilişkimde sık sık yakınlık ararım.	1	2	3	4	5

EK-8: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu

Değerli katılımcı,

Covid-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Manevi Kaynaklar, Özkontrol ve Özyönetim ile ilgili bir araştırma yapmaktayız. Bu çalışma, araştırma amaçlı olarak yapılmaktadır ve katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırmanın amacına ulaşması için sizden tüm soruları eksiksiz bir şekilde içtenlikle cevaplamanız beklenmektedir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler yalnızca araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır.

Katılımınız için çok teşekkür ederiz.

Büşra KOCA

Akdeniz Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Yüksek Lisans Öğrencisi

“Yukarıda yazılı olan bilgileri okudum anladım. Araştırma hakkında yazılı olarak bilgilendirildim. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.”

Adı-Soyadı:

Tarih:

İmza:

Ö Z G E Ç M İ Ş

Adı ve SOYADI	Büşra KOCA
EĞİTİM DURUMU	
Mezun Olduğu Lise	Seydişehir Mahmut Esat Anadolu Lisesi, 2014
Lisans Diploması	Akdeniz Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, 2019
Tez Konusu	Covid-19 Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Özkontrol-Özyönetim ve Manevi Kaynaklar
Yabancı Dil / Diller	Arapça