



TC.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÖĞRENCİLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE
DÜRTÜSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

OĞUZHAN GENÇ

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Gökben HIZLI SAYAR

İSTANBUL – 2021

TC.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÖĞRENCİLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE
DÜRTÜSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

OĞUZHAN GENÇ

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Gökben HIZLI SAYAR

İSTANBUL – 2021

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Türkiye Salgın Dönemi Bağımlılık ve Ruh Sağlığı Haritası Projesi (TURBAHAR COVID-19)” kapsamında, “Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Dürtüsellik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Oğuzhan Genç

Tarih: 15.06.2021

ÖNSÖZ

Babam Şerif GENÇ'e sonsuz minnetle.

Oğuzhan GENÇ

İstanbul, 2021



(GENÇ, Oğuzhan., Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2021)

ÖZET

Bu çalışmada öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik arasındaki ilişki ve söz konusu değişkenlerin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, yaşanan yer, sigara ve alkol kullanımı gibi birtakım sosyodemografik verilerle farklılık oluşturup oluşturmadığı incelenmiştir.

Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bu çalışmaya 15 yaş ve üzeri bireylerden oluşan 3751 kadın ve 1558 erkek olmak üzere toplam 5309 öğrenci katılmıştır. Katılımcılara sosyal medya kullanımları ve dürtüsellikle ilgili sorular yöneltilmiştir. Türkiye Salgın Dönemi Bağımlılık ve Ruh Sağlığı Haritası Projesi (TURBAHAR COVID-19) için dizayn edilen özel bir dijital platform aracılığı ile veriler toplanmıştır. Örneklem seçimi kar topu yaklaşımı ile yapılmış olup, 2020 Aralık ayından – 2021 Şubat ayına kadar sürmüştür. Araştırma kapsamında elde edilen veriler Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı (SPSS) ile çözümlenmiştir. Araştırmada Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı, Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda, öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında pozitif anlamlı ilişki saptanmıştır. Aynı zamanda, kadın öğrencilerde sosyal medya bağımlılığının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülürken, dürtüsellik alt boyutlarından motor dürtüsellik haricinde cinsiyet ile dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Motor dürtüsellik düzeyi ise erkek öğrencilerde anlamlı düzeyde kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca, porno izleyen öğrencilerin izlemeyenlere göre sosyal medya bağımlılığı daha yüksek bulunurken; boşanmış/dul öğrencilerin sosyal medya bağımlılığının bekar ve evlilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğuna da ulaşılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulguların, ilerleyen dönemlerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik ve ilişkili psikolojik faktörlerin ele alınması bakımından yol gösterici veriler sunduğu düşünülmektedir. Yapılacak çalışmalarla bulgular desteklenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya Bağımlılığı, Dürtüsellik, Öğrenciler, İnternet Bağımlılığı.

(GENÇ, Oğuzhan., Examining The Relationship Between Social Media Addiction and Impulsivity in Students, Master Thesis, İstanbul, 2021)

ABSTRACT

In this study, It was examined whether the relationship between social media addiction and impulsivity in students and the relevant variables differentiate according to some sociodemographic data such as gender, age, education level, marital status, place of residence, smoking and alcohol use.

The study which aims to examine the relationship between social media addiction and impulsivity in students was conducted on a total number of 5309 students, including 3751 female and 1558 male individuals aged 15 and over. Participants were asked questions about their use of social media and impulsivity. The data were collected through a special digital platform designed for the Turkey Epidemic Addiction and Mental Health Map Project (TURBAHAR COVID-19). Snowball sampling was used as a sampling method in this study, which lasted from December 2020 to February 2021. The data collected throughout the research were analyzed with the Statistical Package for the Social Sciences program (SPSS). Bergen Social Media Addiction Scale, Barratt Impulsivity Scale Short Form and Sociodemographic Variables Questionnaire were used within the research.

In accordance with the findings of this study, it is revealed that social media addiction was positively correlated with the impulsivity in students. Furthermore, while it was revealed that social media addiction was higher in female students than in males, it was ascertained that there was no significant correlation between gender and impulsivity, The motor impulsivity level was found to be significantly higher in male students than in females. Additionally, social media addiction of the students who watch porn was found to be higher than those who doesn't not watch porn, while the social media addiction of divorced/widowed students was found to be significantly higher than those of single and married students.

The findings in this study are thought to provide guiding data for the future works in terms of dealing with the social media addiction and impulsivity and related psychological factors. Findings can be supported by further studies.

Keywords: Social Media Addiction, Impulsivity, Students, Internet Addiction

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM I.....	5
1.1. Araştırmanın Problemi.....	5
1.2. Araştırmanın Hipotezi.....	5
1.3. Araştırmanın Amacı.....	5
1.4. Araştırmanın Önemi	5
1.5. Sayıtlar.....	5
1.6. Sınırlılıklar.....	5
1.7. Tanımlar.....	6
BÖLÜM II.....	7
GENEL BİLGİLER.....	7
2.1. SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI.....	7
2.1.1. Sosyal Medya Tanımı.....	7
2.1.2. Sosyal Medya Türleri.....	9

2.1.3. Bağımlılık Tanımı.....	14
2.1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanımı.....	14
2.1.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	16
2.1.6. Sosyal Medya Bağımlılığı Yaygınlığı.....	19
2.1.6.1. Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyete Göre Yaygınlığı.....	19
2.1.6.2. Sosyal Medya Bağımlılığının Eğitime Göre Yaygınlığı.....	21
2.1.6.3. Sosyal Medya Bağımlılığının Medeni Duruma Göre Yaygınlığı.....	22
2.1.6.4. Sosyal Medya Bağımlılığının Yaşa Göre Göre Yaygınlığı.....	23
2.1.7. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı.....	25
2.1.7.1. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyet ile ilişkisi.....	26
2.1.7.2. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Yaş ile ilişkisi.....	27
2.1.7.3. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Kişilik ile ilişkisi.....	28
2.1.8. Sosyal Medya Bağımlılığı Etiyolojisi.....	28
2.1.8.1. Sosyokültürel Nedenler.....	28
2.1.8.2. Bilişsel Davranışçı Kuramsal Nedenler.....	29
2.1.8.3. Psikolojik Nedenler	30
2.1.8.3.1. Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı	32
2.1.8.3.2. Dijital Çelinme.....	34
2.1.8.3.3. Nomofobi.....	35
2.1.8.3.4. Netlessfobi	35
2.1.8.3.5. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu / Fear of Missing Out	36
2.1.9. Sosyal Medya Bağımlılığının Psikolojik Rahatsızlıklarla ilişkisi	36
2.2. DÜRTÜSELLİK	40
2.2.1. Dürtüsellik Tanımı.....	40

2.2.2. Dürtüsellik Özellikleri.....	41
2.2.3. Dürtüsellğe Etki Eden Faktörler.....	42
2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkisi.....	43
2.2.5. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkisi.....	44
BÖLÜM III.....	46
YÖNTEM.....	46
3.1. Evren.....	46
3.2.Örneklem.....	46
3.3.Prosedür.....	47
3.4.Verı Toplama Araçları.....	48
3.4.1.Sosyodemografik Bilgi Formu.....	48
3.4.2.Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği.....	48
3.4.3.Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu	49
BÖLÜM IV.....	50
BULGULAR.....	50
4.1 Örneklemenin İncelenmesi.....	50
4.1.1 Sosyodemografik Özellikler.....	50
4.2 Ölçeklerin İncelenmesi.....	51
4.2.1 Ölçeklerin Normallik Dağılımları.....	51
4.3. Araştırma Değişkenlerinin İlişkisinin İncelenmesine Dair Bulgular.....	52
4.4. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Cinsiyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	53
4.5. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Porno İzleme Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	53
4.6. Dürtüsellik İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54

4.7. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	56
4.8. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Gelir Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	57
4.9. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Sigara Kullanma Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	60
4.10. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Alkol Kullanma Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	61
4.11. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Psikiyatrik Tedavi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	63
4.12. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Yaşanan Yer Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	64
BÖLÜM V.....	66
TARTIŞMA ve SONUÇ.....	66
KAYNAKÇA.....	72

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1.1 Dünyada en çok kullanılan sosyal ağlar.....	12
Tablo 1.2 Sosyal medya kullanımının cinsiyet ve yaşa göre dağılımı.....	13
Tablo. 2.1 Madde Bağımlılığı ile Sosyal Medya Bağımlılığı arasındaki benzerlikler.....	18
Tablo 4.1 Örneklem Ait Tanımlayıcı İstatistik Bulgular.....	50
Tablo 4.2 Ölçekler Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 4.3 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Cinsiyet Arasındaki İlişkiye Ait t-Testi Sonuçları.....	53
Tablo 4.4 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Porno İzleme Durumu Arasındaki İlişkiye Ait t-Testi Sonuçları.....	54
Tablo 4.5 Örneklemin Dürtüsellik Puanları İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	54
Tablo 4.6 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Medeni Durum Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	56
Tablo 4.7 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Gelir Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	58
Tablo 4.8 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Sigara İçme Durumu Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	60
Tablo 4.9 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Alkol Kullanma Durumu Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	62
Tablo 4.10 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Psikiyatrik Tedavi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	63
Tablo 4.11 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Yaşanan Yer Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları.....	65

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Sosyal medya ve ilişkili kavramlar.....	8
Şekil 2. Dürtüsellik ile ilişkili psikolojik bozukluklar.....	42



GİRİŞ

İletişim, insanlık tarihinin başlangıcından günümüze kadar uzanan zaman diliminde bireyler açısından önemli bir role sahip olmuştur. İnsanlar için temel bir ihtiyaç olmasının yanı sıra aynı zamanda bir insan hakkıdır. İletişim konusunda ve diğer birçok konuda son birkaç yüzyılda bilimsel ve teknolojik gelişim ve değişimler yoğun olarak yaşanmaktadır. Bu gelişmelerin varlığı, beraberinde olumlu yönleri getirdiği gibi olumsuz yönleri de getirmektedir (Büyükaslan ve Kırık, 2016; Güleç, 2018).

Günümüzde dünyayı etkisi altına alan ve iletişim kanallarının başında olan bilgisayar ağı uluslararası rekabet sonucunda 1969 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nin California eyaletinde ortaya çıkmıştır. Bilgisayar ağı ilk kez internet adını ise 1991 yılında almıştır. Türkiye'de ilk internet kullanımı Nisan 1993 tarihinde Ortadoğu Teknik Üniversitesi'nde gerçekleşmiştir. İnternetin keşfinden bu yana dünyada ve ülkemizde gün geçtikçe yaygınlığı artmaktadır (Arısoy, 2009).

İnternet teknolojileri, ilk yıllarında kişilerin birbirleriyle iletişim imkanı sağlayamamakta; tek yönlü bir etkileşim sunmaktaydı. Web 2.0 adı verilen teknolojik gelişme ile kişiler internet ağı üzerinden diğerleri ile iletişim kurabilme imkanına kavuşmuştur (Büyüksener, 2009). İnsanın doğuştan sahip olduğu iletişim ihtiyacı düşünüldüğünde bu teknolojik gelişme internete karşı bakış açısını önemli ölçüde etkilemiştir. Sözü edilen Web 2.0 teknolojilerinin ilk kullanıma tarihi 2004 olmakla birlikte (Düvenci,2012) insanlara sunduğu etkileşim araçlarının başında ise sosyal medya uygulamaları gelmektedir (Tutgun, 2019). Kendini çok hızlı revize eden internet, sosyal medya platformları ile birlikte insanların hayatını etkileme konusunda keşfinden bu yana geçen süreçte hiç olmadığı kadar önem kazanmış ve kazanmaya devam etmektedir (Solmaz ve ark., 2013).

İnternetin yaygınlaşmasına paralel olarak, sosyal medya kullanım oranı da artmaktadır (Tektaş, 2014). Sosyal medya çeşitli uygulamalar ve alanlarda kullanıcıların düşünce, duygu, davranış, bilgi, tecrübe, ilgi ve başka diğer verileri; sesli, görüntülü ya da yazılı olarak, gerçek yaşamda tanıdığı ya da tanımadığı bireylerle paylaşması ve bağlantı kurması olarak tanımlanmaktadır (İnce ve Koçak, 2017). Sosyal medya uygulamaları bireye, diğerleri ile iletişim ve etkileşimde bulunma imkanının yanı sıra; oyun oynama, bilgi kazanma, görüntülü ya da sesli arama gibi etkinlikleri de yapma imkanı sunduğu için bireylerin sosyal medya harici internet kullanım ihtiyacını azaltmaktadır (Hazar, 2011).

Bireyler internet aracılığıyla çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak için pek çok farklı sosyal medya aracı kullanmaktadırlar. Bunlardan ilk akla gelen, web 2.0 tabanlı teknolojiler içinde en popüler olan, kullanıcıların birbirlerini takip edilebildiği sosyal ağ platformlarıdır (Köseoğlu, 2012). Bunun yanında web ve log sözcüklerinden türeyen, yazarın ve okuyucuların yorum yapabildiği blog siteleri ve onlardan daha kısa metinleri içeren mikrobloglar (Yağmurlu, 2011), çevrimiçi iletişim ortamı olan podcastler sosyal medya araçlarından bazılarıdır. Yeni medya unsurları arasında web siteleri, e-postalar, elektronik kiosklar, mobil medya ve podcastler sayılabilirken; sosyal medya ya da sosyal ağ olarak tanımlanan uygulamalar arasında Facebook, Twitter, Instagram, Youtube gibi paylaşım siteleri yer almaktadır (Öztürk, 2015).

Türkiye İstatistik Kurumu'nun her yıl yapılan "Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması" verilerine göre 16-74 yaş arasındaki bireylerde internet kullanımı 2019 yılında %75,3 iken 2020 yılında %79 olarak açıklanmıştır. Evden internete erişim imkânı 2019 yılında %88,3 iken 2020 yılında %90,7 oranına ulaşmıştır. 2009 yılından bu yana bireylerde internet kullanımı, internet erişim imkânı ve internet üzerinden alışveriş yapma her yıl artış göstermiştir.

Hootsuite ve We Are Social Digital'in 2021 Ocak Ayı Raporu'na göre dünya üzerinde 4.66 milyar kişi internet, 4.20 milyar kişi ise aktif olarak sosyal medya kullanmaktadır. Ocak 2021 itibarıyla 7.83 milyarlık dünya nüfusunun yarısından fazlasının (%53.6) aktif olarak sosyal medya kullanıcısı olduğu görülmektedir. Ocak 2020 – Ocak 2021 arasında dünya nüfusu %1 (80 milyon kişi) artarken internet kullanımı %7.3 (316 milyon kişi), aktif sosyal medya kullanımı ise %13.2(490 milyon kişi) artış göstermiştir. Bu verilerde görüldüğü üzere, internet ve sosyal medya kullanıcı sayısı dünya nüfusundaki artıştan çok daha fazla olup ve her geçen yıl bu artışı katlayarak sürdürmektedir. Söz konusu araştırmanın Türkiye verilerini de içeren 2021 Türkiye Raporu'na göre Türkiye'de Ocak 2019-2020 arasında sosyal medya kullanımı %4.2 (2.2 milyon) artarak 54 milyon kişi olurken, Ocak 2020-2021 tarihleri arasında ise sosyal medya kullanıcı sayısı %11.1 (6 milyon) kişi artarak 60 milyon kullanıcıya ulaşmıştır. Ülkemizde geçtiğimiz yıl, bir önceki yıla göre neredeyse üç kat daha fazla artış olması da dikkat çeken veriler arasındadır. Bu sayı ve oranlar internet ve sosyal medya kullanımının dünya geneline paralel olarak ülkemizde de her geçen yıl artmakta olduğunu göstermesi, internetin ve sosyal medyanın zaman içerisinde çok daha erişilebilir hale geldiğini ortaya koyması ve Türkiye nüfusunun %70.8'inin sosyal medya kullanıcısı olduğunu ortaya koyması açısından önemlidir (wearesocial.com, 2021).

Sosyal medya uygulamalarında kişilerin sürekli güncel olanı takip edebilmesi, her an yeni ve farklı içeriklerle karşılaşması, fotoğraf ve video gibi içerikler paylaşabilmesi, duygu ve düşüncelerini çeşitli araçlarla aktarabilmesi (Aydın, 2016) gibi sunulan imkanların çeşitli olması başta gençler olmak üzere tüm yaş aralığındaki bireylerin dikkatini ve ilgisini çekmekte ve bu yoğun ilginin sonucunda kullanıcılar sunulan materyalleri ayırt etmeksizin doğrudan almakta ve kuşkusuz bu durumdan olumsuz etkilenebilmektedir. Bilinçsiz kullanım davranışlarının neden olduğu sonuçların başında aşırı kullanım, diğer bir deyişle sosyal medya bağımlılığı gelmektedir (Deniz ve Gürültülü, 2018). Her an var olan sosyal medya uygulamalarına yenisinin eklenmesi ve bu uygulamaların her geçen gün daha fazla kişi tarafından aşırı düzeyde kullanılması nedeniyle, sosyal medya bağımlılığının tanımlaması bir ihtiyaç haline gelmiştir (Ünlü, 2018). Sosyal medya bağımlılığını anlamak ve tanımlayabilmek için bağımlılığın oluşum ve işleyiş sürecini bilmek önemlidir. Genel tanımıyla bağımlılık kişilerin bir nesneye, bir maddeye, bir ürüne ya da herhangi bir varlığa, günlük işleyişini ve hayatını etkileyebilecek ve sosyal ilişki ve etkileşimlerinde bozulmalar oluşturacak boyutta zaman ayırması, o nesneye sıkı sıkıya bağlı olması ve o olmadan kendini eksik hissetmesidir (Aktan, 2018).

Günümüzde bireyler aile, arkadaşlık ya da evlilik ilişkisi içerisinde olduğu kişilerle birlikte bulundukları ortamlarda kendi aralarında sohbet etmek yerine sosyal medya uygulamalarında gezinmektedir. Kişilerin gerçek ilişkileri yerine sanal ilişki ve ortamları tercih etmesinin pek çok sebebi bulunmaktadır. Bireyler gerçek yaşamda karşılayamadıkları ihtiyaçlarını, elde edemediklerini, özgürce ifade edemediği düşüncelerini sanal ortamlarda aramakta ve ifade edebilmektedir. Bu davranışlar da kişilerin sosyal medya kullanım sürelerini arttırmakta, öyle ki bu durum da kişiyi bağımlılığa götürmektedir (Çiftçi, 2018).

Ünüböl ve Hızlı Sayar (2019) yayımladıkları Türkiye Bağımlılık Risk Profili ve Ruh Sağlığı Haritası Proje Sonuç Raporu (TURBAHAR)'na göre Türkiye'nin sosyal medya bağımlılığı açısından yüksek risk oranı %43.7 olarak açıklanmıştır. Buna göre ülkemizin neredeyse yarısı sosyal medya bağımlısı olma açısından yüksek riskli bireylerden oluşmaktadır.

Günlük yaşamın büyük bir parçası haline gelerek alışkanlıklarımız üzerinde kontrol sahibi olması, bireysel, toplumsal ve kültürel anlamda değişiklik ve dönüşümlerde rol oynaması, kişileri sosyal ve psikolojik olarak etkiliyor olması, yeni bir iletişim aracı haline gelen sosyal medya kavramı ve kullanım düzeyinin sorgulanması gerektiğine işaret etmektedir (Aydın, 2016).

Patolojik internet kullanımı en çok patolojik kumar oynamaya benzeten Young (1998) patolojik kumar modelinden hareketle, bağımlılık oluşturan internet kullanımını dürtü kontrol bozukluğu olarak ele almaktadır. Bu doğrultuda internet ve sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili bir kavram olan dürtüsellik, genellikle istenmeyen sonuçlara ve uygun olmayan durumlara sebep olan risk içeren ve zamansız ifade edilmiş eylemler olarak tanımlanmaktadır (Özdemir ve ark.,2012). Kişilik özelliği olarak da açıklanan dürtüsellik, herhangi bir davranışın sonucunda olabilecekleri düşünmeden harekete geçme eğilimidir. Plan yapmama, motor dürtüsellik ve dikkatsizlikle ilişkili dürtüsellik olarak temelde üç boyuttan oluşur (Patton ve ark.,1995).

Moeller ve ark. (2001) ise dürtüsellik kavramını biyopsikososyal çerçeveden tanımlamış ve bu kavramın aşağıdaki maddeleri içerdiğini vurgulamıştır.

- 1.Davranışın olumsuz sonuçlarına karşı duyarlılığın az olması
- 2.Üzerine düşünmeden, gelen uyaranlara planlanmamış, hızlı tepki verme
- 3.Uzun vadeli sonuçları dikkate almama

Sosyal medyayı aşırı kullanma davranışı içerisinde ve dürtüsel özellikleri yoğun olan bireyler bu durumun sonucunda karşılaşılabilecekleri olumsuzlukları düşünmeme eğilimi göstermeleri sebebiyle sosyal medya bağımlılığı açısından risk altında oldukları tahmin edilmektedir. Dürtüsellik ile madde ve kumar bağımlılıkları arasında ilişkiyi inceleyen alanyazında birçok araştırma yer alırken sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik arasındaki ilişkiyi inceleyenler görece daha azdır. Bu çalışmada alanyazındaki bu açığı kapatmak amaçlanmış ve öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasındaki ilişki incelenmiştir.

BÖLÜM I

1.1 ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında bir ilişki var mıdır?

1.2 ARAŞTIRMANIN HİPOTEZİ

Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında bir ilişki vardır.

1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Tezin amacı, öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bireylerin sosyal medya kullanımı ve bağımlılığı ile dürtüsellik düzeyi, cinsiyet, yaşanan yer, porno izleme, medeni durum ve eğitim durumu gibi değişkenler çalışmada incelenecektir.

1.4 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Dünya nüfusunun yarısından fazlasının kullandığı sosyal medyanın her geçen yıl kullanımının artışı söz konusuysa (wearesocial.com) bu küresel ve yoğun kullanımın insan psikolojisi üzerindeki etkilerini araştırmak, sosyal medya bağımlılığının nedenleri ve ilişkili kavramların neler olabileceği anlamak açısından önem arz etmekte ve tezin ilgili araştırmalara kaynak olabileceği düşünülmektedir.

1.5. SAYILTILAR

- 1.Araştırma örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- 2.Araştırmaya katılan bireylerin kullanılan form ve ölçeklere doğru şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.6. SINIRLILIKLAR

1. 5309 öğrenciden elde edilen veriler sınırlıdır.

2. Söz konusu veriler internet üzerinden elde edilmiştir.
3. Elde edilen veriler kullanılan ölçeklerde bulunan sorularla sınırlıdır.

1.7. TANIMLAR

Sosyal medya bağımlılığı: “Davranışsal, bilişsel, duygusal ve iletişimsel alanlarda ortaya çıkan sorunlar kapsamında gelişerek bireylerin hayatındaki bütün alanları (iş, sosyal, özel vb.) kapsayacak biçimde meşguliyet, duygu durum bozukluğu, iletişim problemleri, çatışma, davranış değişimi, yalnızlık hissi, anti-sosyal davranış sergileme vb. problemlere yol açan psikolojik ve iletişimsel bir sıkıntıdır” (Ünlü, 2018).

Dürtüsellik: Kötü planlanmış, erken ifade edilmiş, aşırı derecede riskli veya içinde bulunulan durum için uygunsuz ve istenmeyen sonuçları beraberinde getiren davranışları kapsayan bir durumdur (Daruna ve Barnes, 1993).

BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER

2.1.SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI

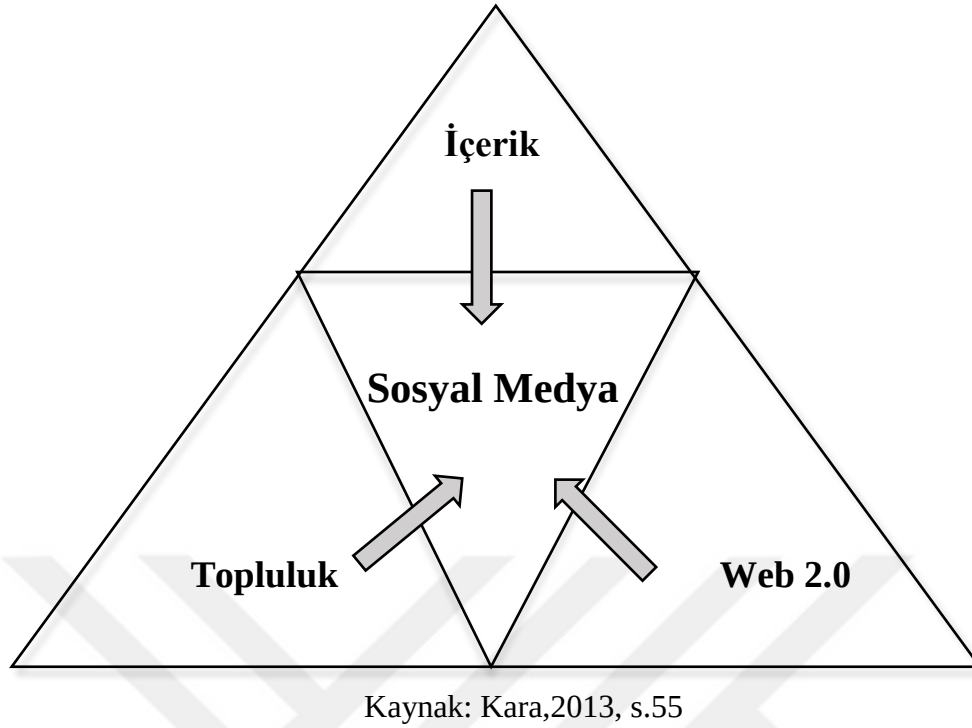
2.1.1. Sosyal Medya Tanımı

Teknolojik gelişmeler ve yeniliklerin oldukça hızlı şekilde ilerlediği 21.yüzyılda, internetin yaygınlaşması ile birlikte günlük yaşamda birçok değişiklik meydana gelmiş ve hayatımıza yeni kavramlar girmiştir. Bu kavramlardan biri de sosyal medyadır (Bulunmaz, 2011).

Sosyal medya son yıllarda insan hayatında oldukça önemli bir yer tutan, insanların diğer insanlarla tanıyıp tanımama koşuluna bağlı olmadan her an iletişime geçebilmesine imkan tanıyan, kullanıcılarının diğerleriyle görüntülü, sesli ya da yazılı olarak paylaşımlarda bulunabilmesi ve etkileşim halinde kalmasını sağlayan, hemen her zaman yazılımlarını güncellemesiyle güncel olma özelliğini hep koruyan (Öztürk, 2015), akıllı telefonlar ya da internete bağlanabilen diğer elektronik cihazlarla kolayca erişilebilen (Yıldız ve Koçak, 2020) web 2.0 tabanlı teknolojiler içerisinde kullanımı her geçen gün yaygınlaşan sosyal ağ sitelerine verilen genel isimdir (Köseoglu, 2012).

Bir başka ifadeyle sosyal medya “içerik üretimi ve paylaşım olanağı sağlayan, kullanıcılar tarafından profil oluşturulan, web 2.0 tabanlı teknolojik ve ideolojik temeller üzerinde kurulmuş internet tabanlı uygulamalar grubu” olarak tanımlamıştır (Kaplan ve Haenlein,2010). Sosyal medya içinde daha başka kavramları da barındırmaktadır. Şekil 1.’de sosyal medya kavramı ve bu kavramı var eden diğer kavramlar ile ilişkisi gösterilmektedir.

Şekil 1. Sosyal medya ve ilişkili kavramlar



Solmaz ve ark. (2013) yaptığı bir araştırmaya göre ise, sosyal medya kendi içinde birçok farklı özellik barındırmaktadır. Bu özellikler:

Bağlantılılık: Sosyal medyada yer alan platformlar birbiriyle bağlantılı işler gerçekleştirir. İnsanlar birbirlerine diğer sitelerin linklerini ya da her konuda araştırmaları gönderebilir.

Katılımcılar: Sosyal medya katılımcılarını cesaretlendirir ve katılımcıların uygulamalar hakkında geri bildirimine izin verir.

Açıklık: Sosyal medya uygulamaları, yeni katılımcılara ve var olan katılımcıların geri dönüşlerine imkan tanımaktadır. Yorum, bilgi paylaşımı, beğeni gibi aktivitelere de imkan tanır.

Konuşma: Geleneksel medya kişilere tek yönlü bir iletişim ortamı (dinleyiciyle bilgi paylaşımı ve içerik aktarımı) sunarken, sosyal medya iki yönlü konuşmaya olanak tanınması bakımından daha avantajlıdır.

Toplum: Sosyal medya, topluluk oluşmasına altyapısal olarak müsaittir. Bireyler bu uygulamalar aracılığıyla hızlıca topluluk oluşturabilirler. Topluluklar da ilgili oldukları konular hakkında birbirlerine paylaşımda bulunabilirler.

Sosyal medyanın özelliklerinden bir diğeri ise hiçbir zaman aynı kalmamasıdır. Yazılımlarını, ara yüzünü kullanıcı beklenti ve taleplerine göre geliştirmeye çalışmakta ve daha fazla kullanıcıya hitap etmeyi amaçlamaktadır; bu şekilde işleyişini devam ettirebilmektedir. Bazı sosyal medya platformlarıysa kurulduklarında yeterli katılımcıya ulaşamamakta ve varlığını devam ettiremeyip kapanmaktadır (Lomborg, 2015).

Açıklamanın faydalı olacağı düşünülen mobil sosyal medya kavramı vardır ki aslında bu, mobil cihazlar ile sosyal medyanın birleşmesine verilen isimdir. Mobil cihazlar üzerinden sosyal medyaya bağlanmak geleneksel sosyal medyadan daha hızlı iletişim kurulabilmesi, konum gönderilebilmesi ve mesaj alışverişinin pratik olması açısından farklılaşmaktadır (Biber, 2020). Mobil cihazlar sosyal medyaya ulaşımı kolaylaştırmakta ve sosyal medyayı yanında taşımaya imkan sağlamaktadır. Bu yönüyle de kullanımı arttırabileceği düşünülmektedir.

2.1.2.Sosyal Medya Türleri

Eröz ve Doğdubay (2012) sosyal medyayı onu kullanan kişilerin ilgili oldukları alanları, bilgilerini ve deneyimlerini mobil elektronik cihazlar ya da internet vasıtasıyla paylaştıkları sosyal platformlar olarak tanımlanmaktadır. Bu platformlara örnek olarak forumlar, webloglar, bloglar, podcastler, wikiler ve Facebook, Twitter, Instagram, Youtube gibi uygulamaları içeren sosyal ağlar gösterilmektedir. Büyüksener (2009) ise sosyal medyayı;

- Forum alanları,
- Bloglar,
- Youtube ve Facebook gibi sosyal ağlar
- Haber sitelerinin yorum kısımlarını bile kapsayan platformlara verilen genel isim olarak tanımlamıştır.

Dolayısıyla kişilerin diğerleriyle paylaşımda bulunabildiği tüm çevrimiçi platformları sosyal medya olarak tanımlamak mümkündür. Bazı sosyal medya türlerine ve açıklamalarına aşağıda yer verilmiştir.

Blog : “Weblog” kelimesinin kısa ve yaygınlaşmış hali olan blog herhangi bir teknik bilgi gerektirmeyen, hemen her zaman güncellenebilen, kullanıcılar için basit bir arayüze sahip olan, Türkçede “açık günlük” anlamına gelen web siteleridir. Günümüzde 25 milyon blog

kullanıcısı internet üzerinden iletişim kurmakta, fikirlerini ve görüşlerini paylaşmakta aynı zamanda çeşitli konularda yorumlar yapmaktadır. Bloglar kurumlar ya da kişiler tarafından kullanılabilir (Alikılıç ve Onat, 2007).

Mikroblog: Blog'lara göre daha kısa ve anlık içerikler paylaşma olanağı sunmaktadır. Twitter popüler mikroblog servislerinden biridir ve her paylaşım 140 karakter ile sınırlandırılmıştır. İnsanlar anlık olarak her türlü konuyla ilgili paylaşım yapabilmektedirler (Kara,2013).

Podcast : Bloglar gibi yazılı olmayıp sesli olarak iletişime imkan tanıyan bir tür ‘‘Sesli Blog’’ olarak da adlandırabilen, internete ses ve video dosyalarının yüklenmesi ile diğerlerinin zaman ve mekan sınırı olmadan çevrimiçi olarak dinleyebildiği, canlı yayın kaygısının olmadığı radyo yayıncılığı niteliğindeki internet siteleridir (Şener, 2020). Özellikle son günlerde ülkemizde ve dünyada popülerliği artan, kullanıcıların yalnızca sesli olarak iletişim kurabildiği Clubhouse isimli sosyal ağ, podcast yayıncılığının yaygınlaştığının da bir örneği olarak gösterilebilir.

Wiki: Çeşitli konular hakkında bilgi havuzuna sahip kullanıcıların başlıklar altına yazı yazmalarına imkan tanıyan, bilgi paylaşım siteleridir. Ülkemizde de kullanılan Wikipedia, en çok bilinen wiki sayfaları arasındadır (Kara,2013).

Sosyal ağlar ya da sosyal paylaşım ağları, global çapta bilgisayar ağlarını ve sistemlerini birbirine bağlayan elektronik iletişim ağının gelişmesiyle bireyi diğer bireylerle sanal ortamda buluşturan, birbirleriyle etkileşim kurmalarını sağlayan internet siteleridir (Erdem, 2010). Bir diğer deyişle sosyal ağ, ‘‘Bireyler arasında profesyonel ya da kişisel ilişkilerin oluşturulduğu ağ’’ şeklindedir (Akyazı ve Tutgun- Ünal,2013). Sosyal ağlardan bazıları ve tanımlarına örnek olarak aşağıdaki yaygın kullanılan sosyal ağlar gösterilebilir:

Facebook: Mark Zuckerberg tarafından 2004 yılında kurulmuştur. Kişilere internet ve sosyal ağ üzerinden diğerleriyle arkadaş olabilmek, mevcut arkadaşlarla iletişim kurabilmek ve bilgi alışverişinde bulunabilmeyi sağlayan sosyal paylaşım sitesidir (Uluç ve Yarcı, 2017).

Youtube: Video paylaşım ve barındırma web sitesidir. Bireylerin diğer insanların izlemesi için video paylaşımında bulunabilmesine imkan sağlar. Milyonlarca kişi tarafından kullanılmaktadır (Uluç ve Yarcı, 2017).

Whatsapp: What's Up (Ne haber) kelimesinin kelime oyununda türetilmiş halidir. Jan Koum ve Brian Acton tarafından kurulmuştur. 180'den fazla ülkede 2 milyardan fazla

kullanıcıya sahiptir (whatsapp.com). Bir kişiyle ya da grupla mesajlaşma, ses kaydı, video, fotoğraf gönderme gibi imkanlara sahip olan bu uygulama aynı zamanda kişilere çevrimiçi sesli ve görüntülü konuşma olanağı da sunmaktadır.

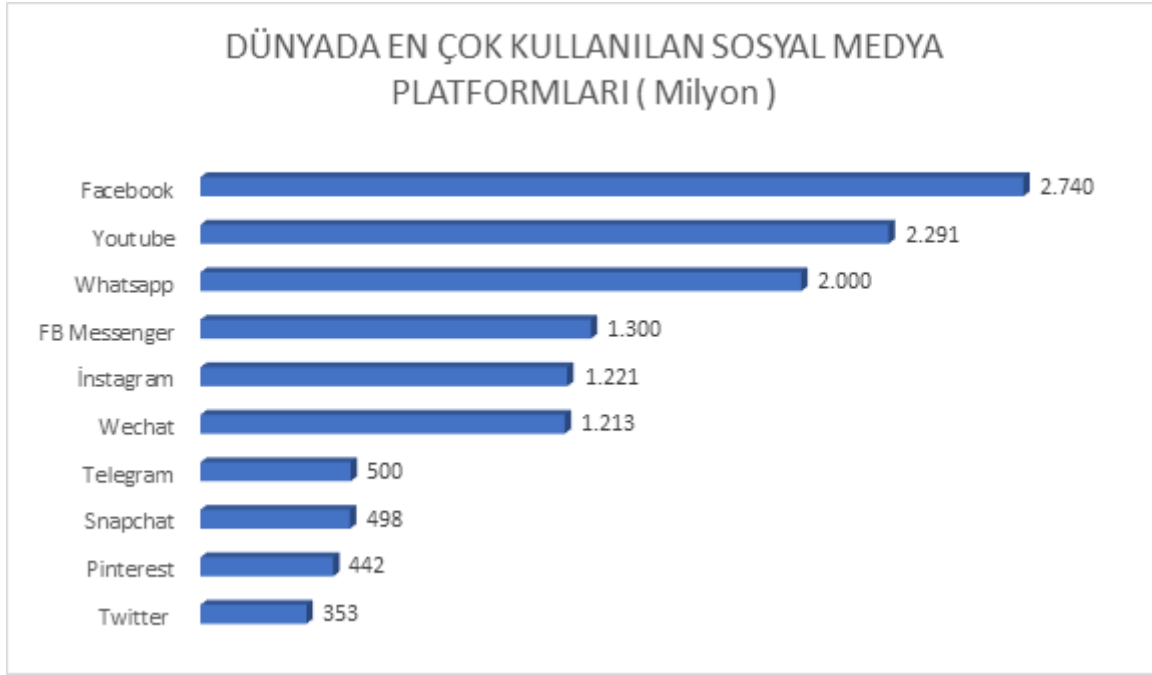
Wechat: Çin’de geliştirilen yazılı ve sesli mesajlaşma servisi olan Wechat’in Çince aslında kelime anlamı ‘‘küçük mesaj’’dır. 2011’de kurulan bu uygulama 2018 yılında bir milyardan fazla aktif kullanıcısıyla dünyanın en büyük bağımsız mobil uygulaması olmuştur (wikipedia.org, erişim tarihi: 01.05.2021).

Instagram: Fotoğraf ve video paylaşımı yapılabilen, bu paylaşımların diğer kullanıcılar tarafından beğenilip yorum yapılabilmesini ve kullanıcıların birbiriyle mesajlaşabilmesini sağlayan bir uygulamadır. Aynı zamanda kullanıcılar 24 saat yayında kalan hikaye paylaşımı yapabilmekte olup fotoğraflarını düzenleyebilecekleri efektleri de kullanmaktadırlar (Kandil, 2019).

Twitter: Kelime anlamı ‘‘kuş cıvıltısı’’dır. Jack Dorsey ve 13 arkadaşı tarafından 2006 yılında kurulmuştur. Bir kerede en çok 140 karakterden oluşan metinlerin paylaşılmasını imkan tanımakla birlikte fotoğraf ve video paylaşımı olanağı da sunmaktadır. Twitter birçok devlet adamı, politikacı ve kurumsal işletmeler tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Öyle ki 2008 yılında ABD Başkanlık seçimlerinde Barack Obama tarafından seçim kampanyalarında kullanılmıştır (Uluç ve Yarcı, 2017). Gün geçtikçe haberlere ilk olarak ulaşılan yer haline gelen bu uygulama, bu özelliğiyle kişilerin gün içinde uygulamayı kontrol etme davranışını ve kullanım sıklığını artırmaktadır (Tutgun, 2015).

Sosyal ağlar günlük hayatın azımsanmayacak derecede parçası haline gelmiştir. Bu ağlar üzerinden yaptıkları ve ürettikleri paylaşımların önemli olduğuna inanan kullanıcılar, günümüzde baskın kültür olan katılımcı kültürün bir parçasını temsil etmektedir. Anlık paylaşımların yapıldığı sosyal ağlara her geçen gün katılımın artması sebebiyle yeni kullanıcıların yanı sıra yeni sosyal ağ siteleri de eklenmektedir (Akyazı ve Tutgun Ünal, 2013). Bu ağ siteleri kişilerin aradığı hemen her şeyi sosyal medyada bulabilmelerini, neredeyse tüm internet ihtiyaçlarını karşılamalarını sağlamakta ve sosyal medya haricinde kullanım ihtiyacını azaltmaktadır (Tutgun, 2015). Bütün bu özelliklere sahip sosyal ağ sitelerinin dünyada en çok kullanılanları aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

Tablo 1.1 DÜNYADA EN ÇOK KULLANILAN SOSYAL AĞLAR



Kaynak: We Are Social, Digital 2021

Tablo 1.1’de Hootsuite ve We Are Social’ın yaptığı, Digital 2021 Araştırması’nın Ocak 2021’de yayınlanan raporuna göre dünyada kullanılan en popüler sosyal medya platformları sıralanmıştır. Sırasıyla en sık kullanılanlar: Facebook, Youtube, Whatsapp, Facebook Messenger, Wechat ve Instagram olarak devam etmektedir.

Bu araştırmanın 2021 Türkiye verilerine göreyse Türkiye’de 16-64 yaş arasındaki kişilerin en fazla kullandıkları sosyal medya platformları sıralanmıştır. Dünyadan farklı olarak Türkiye’de en fazla kullanılan sosyal medya platformları sırasıyla Youtube, Instagram, Whatsapp, Facebook, Twitter olarak devam etmektedir. Her geçen yıl sosyal medya platformları ülkemizde ve dünyada kullanıcı sayısını artırmaktadır. Türkiye’de sosyal medya kullanıcılarının günde ortalama 2 saat 57 dakikalarını sosyal medyada geçirdikleri de yayınlanan önemli veriler arasındadır (We are social, 2021).

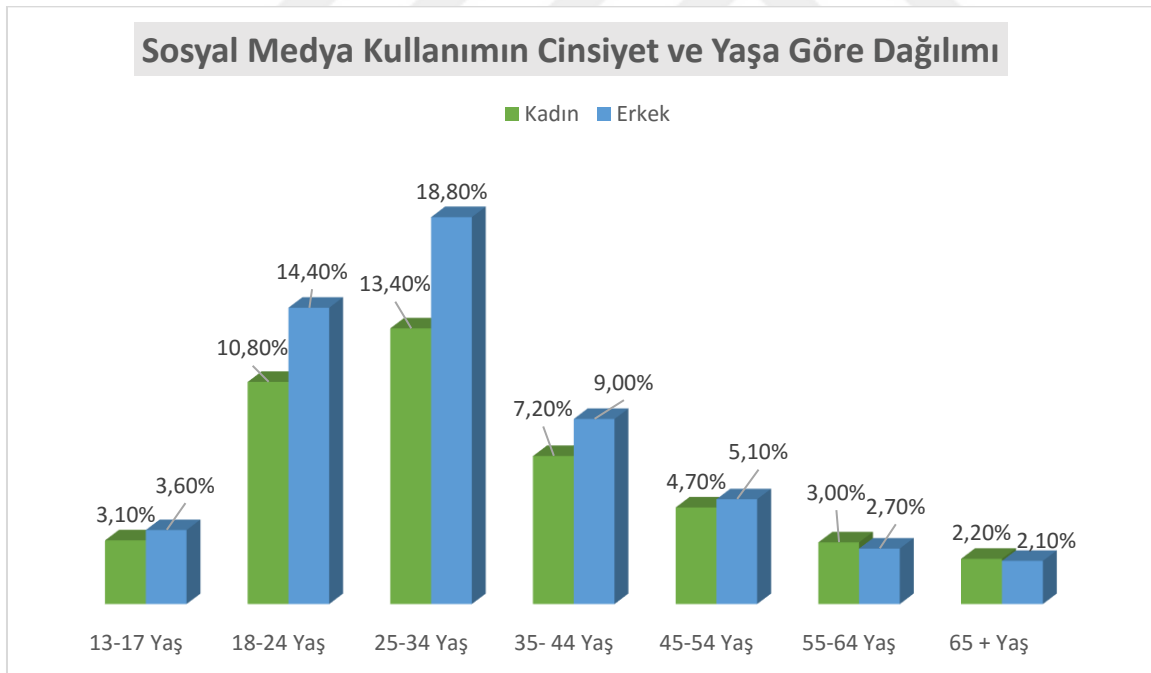
Tablo 1.1’de görüldüğü üzere dünyada en çok kullanılan sosyal medya uygulaması Facebook’tur. İnsanlar neden Facebook kullanıyor sorusuna Duvenci (2012) yaptığı araştırmada şu yanıtları bulmuştur:

- Yeni arkadaşlıklar kurmak
- Var olan arkadaşlarla bağlantıda kalmak
- Arkadaşlarla haberleşebilmek

- Tanınmak
- Fotoğraf ve video paylaşabilmek
- Dedikodu yapabilmek
- Yorum yazabilmek

Bütün bu nedenlerin yanı sıra Facebook kullanıcıları, ortak paydalar çerçevesinde gruplar oluşturma imkanı bulurken; bu gruplarda birçok farklı amaç doğrultusunda var olabilmektedirler. Örneğin üniversite öğrencileri okuduğu üniversiteden yeni insanlarla tanışmak için üniversite gruplarına, ders çalışmak için ders gruplarına, herhangi bir sınava hazırlanıyorsa; örneğin Kamu Personeli Seçme Sınavı gibi sınav gruplarına katılım sağlayabilmektedirler (Düvenci,2012). Dünyada kullanılan tüm bu sosyal medya uygulamalarının hangi yaş gruplarında daha yoğun hangilerinde daha az kullanıldığı da araştırmalara konu olmuştur. Aşağıdaki tabloda bu bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 1.2 SOSYAL MEDYA KULLANIMININ CİNSİYET VE YAŞA GÖRE DAĞILIMI



Kaynak: We Are Social, Digital 2021

Tablo 1.2’de görüldüğü gibi hemen her yaş grubu kullanımda belirli bir paya sahipken genç yetişkin ve yetişkin olarak adlandırabileceğimiz kişiler, tüm yaşlar arasında en çok kullanım yüzdesine sahip yaş gruplarıdır. 25-34 yaş ve 18-24 yaş arası bireylerin sosyal medya kullanımı toplam yaş aralığındaki kullanımın yarısından fazladır. Sosyal medyanın ve akıllı

telefonların ortaya çıkış tarihleri düşünüldüğünde bu yaşlardaki bireylerin, 18-24 ve 25-34 yaş arası, diğerlerine nazaran sosyal medyaya daha kolay uyum sağlaması ve kullanımda daha fazla yüzdeye sahip olması olağandır. Lise ve üniversite çağındaki gençlerin de bu aralıkta yer alması, sosyal medyanın bu öğrenciler üzerindeki etkisinin araştırılmasının önemli olduğuna işaret etmektedir.

Bu bilgiler ışığında söz konusu uygulamaların hemen her yaştaki bireyler tarafından kullanılması, dünyada ve ülkemizde çok sayıda bireyin gün içerisinde sosyal medyaya ayırdıkları zamanın artması, kullanım miktarının ve sürelerinin fazla olması, gündeme ‘‘bağımlılık’’ kavramını getirmektedir (Çiftçi, 2018).

2.1.3. Bağımlılık Tanımı

Bağımlılık bağımlı olunan eylemi, nesneyi ya da herhangi bir olayı, güçlü bir şekilde yapma arzusu ve isteği ile karakterize başlayan; yapıldığında kişide rahatlama, gevşeme gibi hisleri uyandıran, yapılmadığında ise huzursuzluk, yoksunluk gibi duyguları kişinin yaşamasına sebep olan durumların tümüne verilen isimdir. Bağımlılıkta bireylerin huzursuzluk hissinden kaçınma amacıyla bağımlı olunan eylemi yapması önemlidir ve bağımlılık unsuru kişilerin huzursuzluktan kaçınmasında işe yarıyorsa kişinin bağımlı olduğu daha çok kabul görmektedir. Fakat kişi bağımlı olduğu eylemi giderek daha fazla yapma istediği duyuyor ve onu daha fazla yapıyorsa, ilk etapta kişiyi huzursuzluktan kurtaran bu eylem artık uzun süren kullanım saatleri nedeniyle onu huzursuz etmeye başlamaktadır; dolayısıyla kişiler huzursuzluktan kaçınmak için başladıkları bu eylemde, yine aynı eylemi uzun süreler boyunca yapması nedeniyle huzursuzluk hissi yaşamaktadır (Hazar, 2011).

2.1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanımı

Sosyal medya bağımlılığı tıpkı diğer bağımlılık türleri gibi (alkol, madde, alışveriş, internet ve oyun bağımlılığı) bir psikolojik sorundur ve sosyal medyaya erişimin internet üzerinden olması sebebiyle sosyal medya ve internet bağımlılıkları birbirinden ayrı düşünülemediği (Tutgun, 2015) için bu çalışmada alanyazındaki her iki bağımlılık (internet ve sosyal medya) verilerine de yer verilecektir.

Bağımlılık tipolojisini;

- Bilişsel
- Duygusal (sosyalleşme ve kaçış)
- Davranışsal (araçsal ve eylemsel) olarak üçe ayırmak mümkündür (Hazar, 2011).

Bilişsel bağımlılık, kişilerin yaşamları ya da ilgi duydukları alanlar ile bağlantılı bilgilere sahip olmaları gerektiğini ve bu gereklilik düşüncesi çerçevesinde bilgi toplamaya bağımlı olduğunu öne süren bağımlılık şeklidir. Bu bağımlılık şeklinde, kişiler hayatlarını daha kolay hale getirmek için gerekli olduğunu düşündükleri bilgilere sahip olabilmek için sosyal medyaya başvururlar. Bireylerin bu türden bir bağımlılık eylemi göstermesi, psikolojik rahatsızlıkların ve birtakım zihinsel sorunların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Ünlü, 2018).

Duygusal bağımlılık ise sosyal medya kullanımı sırasında kişilerin kendini daha iyi hissetmesi, kullanmadığında boşluk hissi ve kaygı belirtileri yaşaması olarak açıklanabilir. Kullanıcılar kendilerini sosyal medyayı uzun süre kullanmaktan alıkoyamamaktadırlar. Aynı zamanda bu durum, 2015 yılında geliştirilen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarından olan duygudurum düzenleme ile de ilişkilidir (Tutgun-Ünal ve Deniz,2015).

Bağımlılık kavramının bir diğer alt boyutu olan davranışsal bağımlılık kendi içerisinde araçsal ve eylemsel olmak üzere iki başlıkta ele alınmaktadır. Araçsal bağımlılık, doğrudan içerikten bağımsız olarak sosyal medya araçlarına duyulan duygusal bağımlılıktır. Bu tarzda bağımlılığa sahip kişiler herhangi bir iletişim, takip edilme, beğenilme ya da başka bir beklenti içerisinde olmadan; günün belirli zamanlarında sosyal medyayı kullanmayı istemekte ve kullanmaktadır. Eylemsel bağımlılık türünde ise, kişiler sosyal medya uygulamalarının içeriklerini önemsemekte ve onlara odaklanmaktadır. Bu türde bağımlılığa sahip olan bireyler takipçiye ulaşmak, beğeni almak, izlenmek, paylaşımlarının önemsenmesi ve yorum yapılması gibi durumlara ulaşabilmek adına bu uygulamalarda saatlerini geçirmektedirler. Hedefledikleri etkileşime ulaşana dek sosyal medyada içerik oluşturmaya devam eden bu bireyler, günün büyük bir kısmını sosyal medya uygulamalarında amaçlarına ulaşmak sebebiyle geçirdikleri için eylemsel duygusal bağımlı olarak değerlendirilebilir (Ünlü,2018).

Özetle sosyal medya bağımlılığı sosyal medya platformlarının aşırı şekilde kullanılması, davranışsal, bilişsel, ilişkisel yönde bozulmalar, sosyal medya kullanımının azaltılmasında yaşanan yoksunluk belirtisi, kullanım içerisinde duygulanım kontrolünde kişinin

yaşadığı zorluklar ve daha çok kullanım için diğerlerine yalan söyleme gibi özelliklerle kendini gösteren sorunlar bütünüdür (Ünüböl ve Hızlı Sayar,2019).

Sosyal medya bağımlılığı olan kişiler işte, okulda ders sırasında, araç kullanırken, toplantıdayken ya da önemli bir diğer işle meşgul olmasına rağmen sosyal medyaya girmek ve diğerleri ile etkileşim halinde olmak için yoğun bir istek duymaktadırlar (Çiftçi, 2018). Sosyal medya, geleneksel medyadan farklı olarak bireylerin kendilerine has bir alan yaratabilmeleri sebebiyle kişilere her türlü psikolojik tatmini sağlayabildiği için psikolojik ve sosyolojik açıdan göz ardı edilemeyecek kadar önemlidir (Babacan, 2016).

Alanyazında birbiri yerine kullanılan sosyal ağ kurma ve sosyal medya bağımlılığı kavramları arasında ayırım yapmanın önemli olduğunu vurgulayan çalışmalar da bulunmaktadır. Sosyal ağ kurma, sosyal medyanın bir uzantısı olarak görülmekte; ancak bağımlılıkla eş anlamlı olmadığı savunulmaktadır. Sosyal ağ kurma insanların sosyal medya aracılığıyla gerçek hayattaki arkadaşlarıyla iletişimlerini sürdürebilme, ortak ilgileri paylaştıkları diğer insanlarla bir araya gelebilme ve halka açık bireysel bir profil oluşturabilme gibi işlevlere hizmet etmekte; bu yönüyle bağımlılıktan ayrılması gerektiği vurgulanmaktadır (Griffiths ve Kuss, 2017).

2.1.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanı Kriterleri

Sosyal medyanın keşfi internetin keşfinin ardından gerçekleşmiştir. Dolayısıyla alanyazındaki ilk dijital bağımlılık araştırmaları internet bağımlılığı üzerine olmuştur.

İnternet bağımlılığını ölçmeye çalışan araştırmacıların ilki olan Kimberly S. Young 1998’de yaptığı çalışmada aşağıdaki kriterlerden 5 ya da daha fazlasına karşılaman kişileri internet bağımlısı olarak nitelendirmiştir.

1. İnternetle meşgul olma
2. Giderek artan miktarda internet kullanım ihtiyacı hissetme
3. İnternet kullanımını kontrol etmek ya da azaltmak için tekrarlanan girişimler
4. İnternet kullanımını durdurmaya ya da kesmeye çalışırken ruh hali değişiklikleri
5. Başlarken amaçlanandan daha fazla süren internet kullanımı
6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli bir ilişki, eğitim ve iş ya da kariyer fırsatı kaybı
7. İnternet kullanımı hakkında diğerlerine yalan söyleme
8. İnterneti problemlerden kurtuluş yolu olarak kullanım.

Sorunlu internet kullanımı ve internet bağımlılığı hakkında farkındalık yaratan bu çalışmadan sonra internet ve sosyal medya bağımlılığı gibi konularda teknolojik gelişmelerin ve kullanımın artması nedeniyle birçok araştırma yapılmış ve çeşitli tanı kriterleri geliştirilmiştir. Bunlardan bazıları aşağıda örneklendirilmiştir.

Sosyal medya;

- 1.Akademik başarıyı etkiliyorsa,
- 2.Algı eksikliği, dikkat dağınıklığı yaratıyorsa,
- 3.Günlük iş ve eylemlerini engelliyorsa,
- 4.İkili ilişkilere geçişte başarısızlığa neden oluyorsa,
- 5.Hesapların kontrol edilmediği her an huzursuzluk ve endişe yaratıyorsa,
6. Sanal durumlar gerçeklik olarak zannediliyorsa
- 7.Önceden olmayan, sonradan ortaya çıkan vücut fonksiyonlarında bozukluğa (panik atak, stres, öfke) neden oluyorsa bu durum bağımlılık derecesine ulaşmış demektir(Çiftçi, 2018).

Bir başka araştırmaya göre sosyal medya bağımlılığı,

- 1.Toleransın artması (Kullanım süresi ve sıklığının sürekli artışı)
- 2.Çatışma (Sosyal medya kullanımı sebebiyle kişilerarası sorunlar ve psikolojik problemler)
- 3.Yoksunluk (Kullanım süresi ve sıklığının azalması ya da hiç olmaması durumunda yaşanan fiziksel ve psikolojik sorunlar)
- 4.Dikkat Çekme (Sosyal ağlarla ilgili davranışsal, bilişsel, duygusal meşgul olma hali)
- 5.Nüksetme (Sosyal medya kullanımının durdurulmasının ardından bir süre sonra tekrar başlaması ve hızla devam etmesi) gibi özellikleri itibariyle tıpkı madde bağımlılığında olduğu gibi klasik bağımlılık belirtilerini içermektedir (Kuss ve Griffiths, 2011).

Demir Türkdoğan (2019)'a göre sosyal medya kullanımının giderek çeşitlenmesi ve sosyal medyada harcanan zamanın giderek artması sosyal medyayı takip edebilmek uğruna günlük işleri yerine getirememe, sosyal medyaya girilemediğinde hayattan tat alamama, sosyal medyaya girebilmek için diğer planlarda ertelemeler ve değişiklikler yapma, sosyal medyada daha fazla vakit geçirmek adına sosyal ilişkileri hatta ailevi yükümlülükleri bile yerine getirememe, düzenli beslenememe, okul ve iş hayatında düzensizliklere neden olabilmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı, sigara ve madde bağımlılığı gibi temelde bağımlılık mekanizmasıyla benzer bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu bağlantının daha iyi anlaşılabilmesi amacıyla bağımlılık ortak çatısında bulunan kavramlardan olan madde bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı belirtilerinin benzer yönleri aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo. 2.1.

Madde Bağımlılığı Belirtileri	Sosyal Medya Bağımlılığı Belirtileri
1.Madde kullanımı ya da bir madde sebebiyle sorumluluklarını yerine getirememek	1. Sosyal medya kullanımı sebebiyle işleri geciktirmek, günlük rutinleri aksatmak
2.Maddenin yol açtığı sağlık problemlerini bilmesine rağmen kullanmaya devam etmek	2.Aşırı sosyal medya kullanımı sebebiyle yalnızlık, uyku bozuklukları, baş ağrısı, aşırı kilo problemleri yaşamak
3.Madde kullanımı sebebiyle yasal problemlerle karşılaşmak	3.Trafikte sorun yaşamaya neden olmasına rağmen araç kullanırken sosyal medya kullanmaya devam etmek
4. Madde etkisindeyken ya da maddeye erişmeye çalışırken dikkatsiz davranmak	4.Verit satın almak için borç almak, önemli sosyal medya güncellemelerini kaçırmamak bahanesiyle para çalmak
5.Mide bulantısı, baş dönmesi, ruh hali değişiklikleri ve madde kullanımı olmadığında ortaya çıkan birçok fiziksel ve ruhsal semptomları içeren yoksunluk belirtileri yaşamak	5.Konsantrasyon eksikliği, basit talimatları idrak edememe ve telefondan uzakta ya da telefona erişme imkanı olmayan durumlarda karamsar ve mutsuz hissetmek
6. Aile, iş, okul, sosyal ilişkiler, hobiler ve madde kullanımı öncesi sevilen durumları ya da yükümlülükleri görmezden gelmek	6.Sosyal medya kullanımı sebebiyle aile ve sevdikleri görmezden gelmek, yüz yüze iletişim yerine arama ya da mesajlaşmayı tercih etmek
7.Maddeye erişmeye çalışırken ya da madde kullanımından kurtulmaya çalışırken çok fazla zaman harcamak	7.Sosyal medya kullanırken çok fazla zaman harcamak. Telefona her 10-15 dakikada bakmak ve bildirim kontrolünde bulunmak

8.Öz kontrol kaybı. Maddeyi amaçlanandan daha fazla kullanmak ya da maddeyi bırakmak için başarısız girişimlerde bulunmak	8.Aile ve arkadaşların şikayetlerine rağmen sosyal medya kullanımı kontrol edememek
---	---

Kaynak: Ayeni, 2019

2.1.6. Sosyal Medya Bağımlılığı Yaygınlığı

2.1.6.1.Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyete Göre Yaygınlığı

Alanyazın tarandığında sosyal medya bağımlılığının birçok farklı değişkenin yanında, çeşitli sosyodemografik özellikler bakımından da incelendiği görülmektedir. Yapılan araştırmalar direkt olarak bağımlılık düzeyi ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi ortaya koymakla birlikte bazı çalışmalar genel anlamda bağımlılığının cinsiyetle ilişkilendirmesinden çok, içerik ve farklı sosyal ağların hangi cinsiyetteki bireyler tarafından daha fazla tercih edildiğini göstermektedir.

Aksoy (2018) yaptığı araştırmada sosyal medya bağımlılığında kadın ve erkek cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Kadınların sosyal medyayı gerçek hayattaki arkadaşlarıyla iletişim kurmanın bir başka yolu olarak gördüğü, erkeklerin ise daha çok yeni arkadaşlar edinmek için bir araç olarak kullandığı öne sürülmüştür. Bu bulgularla paralel olarak 30-70 yaş arası bireylerin katıldığı başka bir araştırmada, sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur (Sağar,2019). Aynı sonuç katılımcılarının tamamının öğretmenlerden oluştuğu bir başka araştırmada da bulunmuştur (Tekin,2019). 386 ergen üzerinde yürütülen araştırmada da benzer olarak sosyal medya bağımlılığını yordamada cinsiyetin anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Doğrusever, 2021).

Alanyazında sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koyan araştırmalar olduğu kadar, cinsiyetin sosyal medya bağımlılığını yordamada bir değişken olabileceğini öne süren çalışmalar da bulunmaktadır. Bazı çalışmalar kadın cinsiyetine işaret ederken, erkeklerin daha fazla bağımlı olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da yer almaktadır.

Türkiye Bağımlılık Risk Profili ve Ruh Sağlığı Haritası Proje Sonuç Raporu (TURBAHAR) 2019'da katılımcıların sosyal medya bağımlılığı için yüksek risk grubunda olması cinsiyete göre değerlendirilmiş ve kadınlarda sosyal medya bağımlılığı yüksek risk oranı %43.1, erkeklerde ise %44.3 bulunmuştur (Ünüböl ve Hızlı Sayar,2019). Görüldüğü üzere kadın ve erkek cinsiyetleri karşılaştırıldığında sosyal medya bağımlılığı yüksek riski oranları arasında %1.2'lik bir fark söz konusu olurken bununla birlikte söz konusu araştırmaya katılan katılımcıların neredeyse yarısının sosyal medya bağımlılığı açısından yüksek risk grubunda olması da dikkat çekmektedir.

Andreassen ve ark. (2017) 16-88 yaş arasındaki bireylerden oluşan örneklem üzerinde yürüttüğü bir araştırmada ise kadın olmak sosyal medya bağımlılığını yordamada önemli bir faktör olarak öne çıkmıştır. Kadınların daha çok sosyal etkileşim olanaklarından dolayı, erkeklerin ise bilgisayar oyunları gibi asosyal aktivitelerden dolayı bağımlı olmaya eğilimli oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırma kadın ve erkek bireylerin bağımlı olmalarını etkileyen faktörlerin birbirinden farklılık gösterdiğini ortaya koyması açısından önemlidir. Yine güncel bir çalışmada kadınların sosyal medya bağımlılığı erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur (Kılıç, 2020).

13-66 yaş arası kişilerin katıldığı bir araştırmanın sonucunda ise sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılaştığı, kadınların erkeklere göre daha fazla bağımlı oldukları sonucuna ulaşılmış; kadınların sosyal medyada var olan paylaşım, yorum, beğeni ve takipçilerden erkeklere göre daha fazla etkilendiği tespit edilmiştir. Ayrıca kadınların yeni trendleri takip etme, güncel moda, alışveriş, film, müzik gibi konularda erkeklere göre sosyal medyada daha aktif olduğu da bulunmuştur. Her iki cinsiyette de sosyal medya kullanım alışkanlıkları arasında yeni insanlar tanıma amacı olmasa da erkeklerin kadınlara göre daha fazla bu amaçla kullanabildiği söylenebilmektedir (Kıran ve ark., 2020). Ergenlerle yürütülen başka bir çalışmada da benzer olarak kız ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin erkeklere göre anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur (Öztoprak ve Yüksel-Şahin, 2019).

Yüksel ve ark. (2020) tarafından yürütülen bir çalışmada ise erkeklerin sosyal medya bağımlılığı kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerde sosyal medya bağımlılığının daha yüksek olduğu tespit edilen bir başka araştırmada, erkeklerin beden memnuniyetinin kadınlara göre daha düşük olduğu da dikkat çeken bulgular arasındadır (Gökkaya ve ark., 2020).

Alanyazında genel sosyal medya bağımlılığı ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmasa da, ölçek alt boyutlarında anlamlı farkların var olduğu araştırmalar da mevcuttur.

Aksoy (2019) çalışmasında erkeklerin kadınlara nazaran sanal iletişim alt boyutunda daha fazla etkilenmekte olduğunu tespit ederken, benzer olarak Yalçın (2021) da bazı alt boyutlarda erkeklerin daha riskli olduğunu vurgulamaktadır.

Cinsiyete göre sosyal medya bağımlılığının farklılaşıp farklılaşmadığı konusunda yapılan araştırmalar incelendiğinde bu konuda ortak bir görüşe ulaşılamadığı görülmektedir. Kimi çalışmalar kadınların daha fazla bağımlı olduğunu söylerken kimi çalışmalar erkeklerin bağımlı olmaya daha yatkın olduğunu öne sürmektedir. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmadığını ortaya koyan çalışmaların sayısı da azımsanamayacak düzeydedir. Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda cinsiyetin sosyal medya bağımlılığını yordamada tek başına anlamlı bir değişken olmadığı söylenebilir. Bu konuda farklı yaş gruplarıyla yapılacak çalışmaların, sosyal medya bağımlılığını yordarken hangi yaş gruplarında cinsiyetin daha büyük bir risk faktörü olduğunu ortaya çıkarmak açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

2.1.6.2. Sosyal Medya Bağımlılığının Eğitime Göre Yaygınlığı

İnsanların hangi eğitim düzeyinde olduklarıyla sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişkinin olup olmadığı da alanyazında tartışılan ve merak edilen başka konular arasındadır. Bu bağlamda, aşağıda alanyazındaki çalışmalara yer verilmiştir.

Bireylerin eğitim düzeyi ile sosyal medya bağımlılığına bakıldığında,

- İlkokul ve altı eğitim düzeyindeki kişilerde %32
- Ortaokul mezunu düzeyindeki kişilerde %41.2
- Üniversite mezunu düzeyinde kişilerde %45.3
- Lisansüstü eğitim düzeyindeki kişilerde ise %37.8

yüksek bağımlılık riskinin olduğu sonucu tespit edilmiştir (Ünüböl ve Hızlı Sayar,2019). Katılımcılarda en fazla sosyal medya bağımlılığı riskine sahip grup, üniversite (ön lisans ve lisans) düzeyindeki kişiler olarak görülürken yüksek bağımlılık riskinin en düşük olduğu grup ise ilkököl ve altı eğitim düzeyindekilerdir.

Sosyal medya bağımlılığına sahip olan 170 bireyin katıldığı ve eğitim seviyeleri açısından değerlendirildiği bir araştırmada lise ve altı eğitim seviyesindekilerin %24'ü sosyal medyaya bağımlıyken, üniversite ve üzeri eğitim seviyesine sahip bireylerin sırasıyla %58.7 ve %52.9 bağımlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Şentürk, 2017). Bu araştırmanın bulgularını

destekleyen 18-60 yaş aralığındaki kişilerin katıldığı bir araştırmada doktora düzeyi eğitim seviyesine sahip kişilerin, diğer eğitim düzeylerindeki kişilere göre sosyal medya bağımlılığı ve sosyal onay alma ihtiyacının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Gökkaya ve ark.,2020).

Bu çalışmaların sonuçlarından farklı olarak bir çalışmada düşük eğitim düzeyinin sosyal medya bağımlılığının bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Andreassen ve ark., 2017).

Alanyazında eğitim seviyesinin belirleyici bir faktör olmadığına ilişkin sonuçlar da yer almaktadır. 556 kadın katılımcıyla yürütülen bir araştırmada sosyal medyaya bağımlılık geliştirmeye sahip olunan eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Cybulska ve ark., 2019).

2.1.6.3. Sosyal Medya Bağımlılığının Medeni Duruma Göre Yaygınlığı

Medeni durumu farklı olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği de yazında var olan ilgili problemler arasındadır.

Sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin medeni durumuna bakıldığında, %90.0 bekârken yalnızca %8.8'inin evli olduğu tespit edilmiştir (Şentürk, 2017). Paralel olarak Aljomaa ve ark. (2016) yürüttüğü bir araştırmada evli olmayan bireylerin evli olanlara göre daha fazla akıllı telefon bağımlılığı gösterdikleri ortaya konmuştur. Evli olmanın sosyal medya bağımlılığında koruyucu bir role sahip olduğunu ortaya koyan başka bir çalışmada da benzer olarak bekarların evlilere göre daha fazla sosyal medya kullanımına ve yalnızlığa sahip olduğu, evlilerin ise bekarlara göre yaşam doyumunun daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yüksel ve ark., 2020).

Taş (2020) tarafından yürütülen çalışma, evli ve boşanmış bireylerin internet bağımlılık düzeylerini saptamaya yöneliktir. Araştırma sonucunda boşanmış bireylerin internet bağımlılığı düzeylerinin evli bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçları evli ve boşanmış bireylerin özel olarak kullandıkları sosyal medya uygulamalarına göre bağımlılık düzeylerinin farklılaştığını ortaya koymaktadır. Boşanmış bireylerde kullandıkları sosyal medya uygulamalarıyla bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, evli bireylerin Youtube ve Twitter kullanma durumlarıyla bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu araştırma sonucuna göre diğer sosyal medya

uygulamalarının aksine Youtube ve Twitter kullanmak evli bireylerin sosyal medya bağımlılığını yordamada önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır.

Bu araştırmanın bulgularıyla paralel olarak Sağar (2019) tarafından yürütülmüş bir başka çalışmada da boşanmış bireylerin evli olanlara göre sosyal medya bağımlılıkları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Yapılan güncel bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarından biri olan sanal tolerans boyutunda boşanmış ve bekar olanların evlilere göre daha çok sosyal medya bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aksoy,2019).

556 yetişkin kadın katılımcıyla yürütülen bir çalışmada bir partneri olmayan kadınların ilişkisi olan kadınlara göre daha çok depresif belirtiler gösterdiği, internet ve Facebook bağımlılığına daha yüksek seviyelerde sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Cybulska ve ark., 2019). Herhangi bir romantik ilişkiye sahip olmamak sosyal medyaya bağımlılık gösterme açısından bir risk faktörü olarak ortaya çıkmıştır. Farklı olarak, yazında yer alan bir başka çalışmada bir ilişki içinde olmanın sosyal medya bağımlılığını yordamada anlamlı bir değişken olmadığı tespit edilmiştir (Andreassen ve ark., 2017).

2.1.6.4. Sosyal Medya Bağımlılığının Yaşa Göre Göre Yaygınlığı

Yazındaki araştırmalar sosyal medya bağımlılığı ile yaş arasında ters bir orantı olduğunu ortaya koymaktadır. Yaşlılar daha düşük bağımlılık seviyeleri gösterirken, gençlerin bağımlılık oranlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Dolayısıyla genç olmak, sosyal medyaya bağımlı olmada önemli bir faktördür (Dailey ve ark., 2020).

TURBAHAR (2019) raporunda 24438 katılımcının sosyal medya bağımlılığı yüksek riski ile yaş ilişkisine bakıldığında,

- 18-23 yaş arası katılımcılarda bağımlılık yüksek riski %58.9,
- 24-29 yaş arası %49.5,
- 30-38 yaş arası %38.2,
- 38 yaş ve üstü ise sosyal medya bağımlılığı yüksek risk oranı %26.4

sonuçlarına ulaşılmıştır (Ünübol ve Hızlı Sayar,2019). Görüldüğü üzere 18 ila 23 ve 24 ila 29 yaşlardaki oranlar diğer yaş gruplarına göre daha yüksektir. Bu yaş grubunda lise ve üniversite çağında olan bireyler de yer almaktadır.

Singapur’da yapılan 13-18 yaş aralığındaki 4920 ergen birey ve 19-50 yaş aralığındaki 1000 yetişkin bireyin sosyal medya bağımlılığının karşılaştırıldığı bir çalışmada, ergenlerin yetişkinlerden daha fazla sosyal medyaya bağımlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ho ve ark., 2017). Bu sonuç yaşı küçük olan bireylerin sosyal medyaya bağımlı olma riskinin daha fazla olduğu kanısını desteklemektedir. Ancak 10-17 yaş arasındaki ergen bireyler üzerinde yürütülen bir araştırmada bu yaş grubu içerisinde sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Van Den Eijnden ve ark., 2016).

Sosyal medya bağımlılığına sahip bireylerin yaşlarının incelendiği bir çalışmada %71.2’sinin 18-24 yaş arasında, %24.1’inin 24-34 yaş arasında ve yalnızca %4.7’sinin 35 yaş ve üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca bakarak genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin sosyal medyaya daha çok bağımlılık geliştirdikleri söylenebilir (şentürk, 2017). Benzer olarak örneklemine genç yetişkinlerin oluşturduğu bir araştırmada günlük internet kullanım süresi arttıa sosyal medya bağımlılığı artarken, yaş arttıa sosyal medya bağımlılığının azaldığı tespit edilmiştir (Yüksel ve ark., 2020).

Tamamı sağlık çalışanlarından oluşan başka bir araştırmada kişilerin yaşı arttıa sosyal medya kullanım sresinin azaldığı bulunmuştur. Kullanım süresi ve sıklığı ile bağımlılık arasında pozitif korelasyon bulunması sebebiyle sosyal medyayı daha sık ve uzun sürelerle kullanan gençlerin, orta yaşlı ve yaşlı bireylere nazaran daha fazla bağımlı olma ihtimali olduğu söylenilmektedir (Balcı ve ark., 2020). Bu durumun birçok nedeni vardır. Bunlardan biri orta yaş üstü bireylerin bağımlılığa yakın olduğu halde durumun bilincinde olmamalarıdır. Çoğunlukla emekli bireyler stresli hayatlara sahip olmaları, sevdikleriyle birbirilerinden uzakta olmaları nedeniyle sosyal medyayı sığınılacak bir yer olarak görmektedirler (nl, 2018). Bir diğer neden ise, sosyal medya ile günümüz genç yaştaki bireylerinin yaşlılara göre daha erken yaşta tanışmış olmalarıdır.

30-70 yaş arası bireyler üzerinde yürütülen bir araştırmada ise sosyal medya bağımlılığları ile yaş değişkeni arasında ölçek genel puanı ve alt ölçeklerinde anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur (Sağar,2019). Söz konusu çalışmada elde edilen bu sonuç, sosyal medya bağımlılığının orta yetişkinlik ve sonrasındaki bireylerde gözle görülür bir fark olmadığını ortaya koyduğu bilgisi dikkate alınarak değerlendirilmelidir.

2.1.7. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı

Öğrenciler sosyal medyayı en yoğun kullanan yaş gruplarından olup en çok etkilenenler arasında yer almaktadır öyle ki öğrencilerin örneklemini oluşturduğu bir araştırmada öğrencilerin %97.7'si interneti iletişim kurma ve sohbet etme amacıyla kullandıklarını belirtmiş, ikinci sırayı ise %94.4 ile sosyal medya takip etmiştir (Mamun ve ark., 2019). Bir başka çalışmada ise öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı açısından incelenmiş ve günlük kullanım süreleri ortalama 227,47 dakika olarak bulunmuştur, bu neredeyse 4 saat demektir (Balcı ve Gargalık,2020). 16-64 yaş arasında ise bu süre 145 dakikadır (We are social,2021). Burada da görüldüğü üzere öğrenciler diğer yetişkin yaş gruplarına göre daha çok kullanımda bulunmaktadır.

Üniversite lisans öğrencilerinin katıldığı araştırmada, sosyal medya kullanım süresi ve bağımlılığı arasındaki ilişkiye bakıldığında sosyal medyayı günde 121 dakika ve üzeri kullanan lisans öğrencilerinin günlük 0-60 dakika ve 61-120 dakika kullanan lisans öğrencilerine göre ve 61-120 dakika kullanan öğrencilerin ise 0-60 dakika kullanan öğrencilere göre sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla sosyal medyada geçirilen süre ile bağımlılığın doğru orantılı olduğu söylenebilir (Atlı ve ark.,2021).

Öğrencilerle yapılan başka bir araştırmada problemlili sosyal ağ kullanımı ile eleştirel düşünme eğilimleri arasında ters yönlü bir ilişki saptanmıştır. Yani kişilerde problemlili sosyal ağ kullanımı arttıkça eleştirel düşünme becerileri azaltmaktadır (Kesici,2020). Sosyal ağlardaki oldukça fazla yargılayıcı ve ötekileştirici içeriklerin varlığının kişilerin ve özellikle gençlerin eleştirel düşünme eğilimlerini azalttığı düşünülmektedir.

13-18 yaş arası 386 ergen ile yürütülen bir çalışmada ise ergenlerin %20'sinin sosyal medyaya bağımlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Doğrusever, 2021). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada ise öğrencilerin bağımlılık oranı %5.1 olarak bulunmuştur (Balcı ve Gölcü, 2013). Sosyal medya bağımlılığına sahip kişilerin ise meslek değişkeni açısından değerlendirildiği bir araştırmada bağımlı bireylerin %84.1 gibi yüksek bir oranının öğrencilerden oluştuğu bulunurken, emekli bireylerin %25 oranında bağımlı oldukları, ev hanımlarının ise hiç bağımlı olmadıkları saptanmıştır (Şentürk, 2017).

Yazındaki çalışmalardan hareketle öğrenciler diğer yaşlara ve mesleklere göre daha yoğun sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı riski taşımakta bu bağımlılık türünde incelenmesi önem arz eden bir kitledir.

2.1.7.1. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyet ile ilişkisi

Alanyazın tarandığında öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile ilgili olarak farklı sonuçlar bulan araştırmaların varlığı tespit edilmiştir.

Erkek öğrencilerin kadınlara göre sosyal medyaya daha fazla bağımlı olduğu sonucuna ulaşan birçok araştırma mevcuttur (Baş ve Diktaş, 2020), (Balcı ve Gölcü, 2013), (Çiftçi, 2018), (Mamun ve ark., 2019), (Özdemir, 2019), (Aljomaa, 2016), (Çan ve İşbulan, 2012), kadın öğrencilerin de erkeklere göre sosyal medyaya daha fazla bağımlı olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur; (Eşer ve Alkaya, 2019), (Daşlı ve Baloğlu, 2020).

Bu araştırmaların dışında öğrencilerde cinsiyet değişkeninin sosyal medya bağımlılığı açısından anlamlı bir fark teşkil etmediği sonucuna ulaşan araştırmalar da vardır ve bu araştırmalardan bazılarını aşağıda atıfta bulunulmuştur.

Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi'nde öğrencilerinin katıldığı bir çalışmada sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Tutgun, 2019). 1034 üniversite öğrencisiyle yapılan başka bir araştırmada, sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunurken, alt ölçeklerde bir farklılık tespit edilmiştir. Kadınların erkeklere göre sosyal medyada daha fazla meşgul olduğu, daha fazla zaman geçirdiği ve oradan duygusal destek aldığı bulunurken erkeklerin ise sosyal medya ile daha fazla çatışma halinde olduğu ve olumsuz etkilendiği saptanmıştır (Tutgun ve Deniz, 2016). Paralel olarak kadın öğrencilerin zihinsel olarak sosyal medyaya daha bağlı oldukları, sosyal medyaya girmediklerinde zihinlerini meşgul ettiği ve erkeklere göre daha fazla meşgul oldukları başka çalışmalarda da tespit edilmiştir (Eşer ve Alkaya, 2019), (Daşlı ve Baloğlu, 2020), (Deniz ve Gürültü, 2018).

Üniversite öğrencilerinin ortalama 4 saat 16 dakika sosyal medya kullanımının tespit edildiği ve sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunurken, kadınların erkeklere göre 40 dakika fazla kullandığı da tespit edilmiş (Çömlekçi ve Başol, 2019) ve kadınların Facebook sosyal ağını erkeklere nazaran daha fazla eğitsel amaçlı kullandığı bulunmuştur (Yılmazsoy ve Kahraman, 2017). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunurken (Tekneci, 2020), benzer sonuç Takan (2020)'da ve Koç ve Gülyağcı (2013)'da da bulunmuştur.

Lise öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada anlamlı bir farkın olmadığı saptanırken bu öğrencilerin yüksek derecede sosyal medyaya bağımlı olduğu ve sosyal medya bağımlılığının internet kullanım süresi ile doğru orantılı olduğu da tespit edilmiştir

(Yılman,2020). Yine lise öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrenciler akademik başarı düzeylerine göre “çok yüksek, yüksek, orta ve düşük” olarak 4 gruba ayrılmış ve sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Doğrusever, 2021).

Van Den Eijnden ve arkadaşlarının (2016), 10-17 yaş arasındaki ergenleri kapsayan ve üç farklı örneklem üzerinde yürüttükleri bir çalışmada cinsiyete göre sosyal medya bağımlılığının farklılaşmasıyla ilgili her örnekte farklı sonuçlara ulaşıldığı ortaya konmuştur. Birinci örnekte erkeklerin (%10.2) kadınlara göre (%4.9) daha fazla bağımlı olduğu bulunmuş, diğer iki örnekte ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

2.1.7.2.Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Yaş ile ilişkisi

Sosyal medya bağımlılığında gençlerin yaşlılara göre daha riskli olduğunu tespit eden yazında çalışmalar mevcuttur. Öğrenci kitlesinde bu bağımlılığın yaş açısından farklılaşıp farklılaşmadığı da merak edilen problemler arasındadır.

Tamamı Üniversite öğrencilerinden oluşan araştırmada, 25 yaş ve üzeri olanlarda sosyal medya bağımlılığının 25 yaş altındakilere göre daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Daşlı ve Baloğlu,2020). Ancak 10-17 yaş arasındaki ergen bireyler üzerinde yürütülen bir araştırmada bu yaş grubu içerisinde sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Van Den Eijnden ve ark., 2016).

Üniversite 1. Sınıfta okuyan öğrencilerin gelişmeleri kaçırma korkusu üniversite 4.sınıfta okuyanlara göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Gelişmeleri kaçırma korkusu sosyal medyayı derste ya da ders dışında daha sık kontrol etme ihtiyacı ve eylemi ile sonuçlandığından (Çınar ve Mutlu, 2018), aşırı sosyal medya kullanımını dolayısıyla da bağımlılık riskini arttırabilmektedir.

Üniversite öğrencilerinde yapılan başka bir çalışmada Üniversite 1. Sınıf öğrencilerinin 2-3-4. Sınıf öğrencilerine göre sosyal medya kullanımının sürelerinin daha az olmasına rağmen daha fazla bağımlı oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Hazar, 2011).

TURBAHAR projesi verilerine göre,18-23 yaş arası bireylerin %58.9’u sosyal medya bağımlılığı açısından yüksek riskliken 24-29 yaş arası bireylerin %49.5’i sosyal medya bağımlılığı açısından yüksek risklidir (Ünüböl ve Hızlı Sayar, 2019). Buradan hareketle

üniversite çağındaki bireylerde iki kişiden birinde yüksek bağımlılık riski görülmekteyken, üniversite ilk yıllarındaki yaşlarda bulunan kişilerin görece son yıllardaki yaşlara göre daha yüksek riskli olduğu söylenebilmektedir.

2.1.7.3. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Kişilik ile İlişkisi

Öğrencilerde sosyal medya kullanımının kişiliğe etkisinin olup olmadığı ilgili araştırmalarda yer bulan bir başka konudur. Üniversite öğrencilerinin katıldığı bir araştırmada, kişilerin narsisizm düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin var olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda narsisizm alt boyutu olan teşhir boyutunda, sosyal medya bağımlılık faktörlerinden olan imrenme ve kendini tanıtmaya isteği aracılığı ile gösterişçi tüketimi yüksek düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Avcılar ve Atalar,2019).

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile nevrotik kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Çınar ve Mutlu, 2018).

2.1.8.Sosyal Medya Bağımlılığı Etiyolojisi

Sosyal medya bağımlılığının birçok nedeni olabilir. Bu sebeple ayrı ayrı başlıklar altında bu bağımlılığa neden olan durumları incelemeye çalışacağız.

2.1.8.1.Sosyokültürel Nedenler

İnsan psikolojisi ile ilgili olarak belirli kişilik özellikleri gösteren bireylerin, potansiyel bağımlılıkla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu kişilik özelliklerinden içedönüklük ve dışadönüklük ön plana çıkmaktadır. Çünkü bu tarz kişilerin sosyal ağlara katılımı daha olasıdır. Ancak bu iki farklı kişilik özelliği gösteren bireylerin ortak özelliği olan sosyal ağları kullanma eyleminin sebepleri ve motivasyon kaynakları bireylerde farklılık göstermektedir. Söz gelimi, dışadönük bireylerin var olan sosyal ilişkilerini geliştirmesi ve içinde bulundukları topluluklar ile bağlantılarını koruması onların sosyal ağları kullanmasına neden olurken; içedönüklerin ise gerçek hayattaki sosyal ilişkilerindeki eksikliklerini telafi etme ve giderme amacıyla kullandıkları görülmüştür (Kuss ve Griffiths, 2011).

Birey sosyal medyada kendini önemsiz bir varlık olarak değil, tam tersine hayatın ve toplumun merkezinde bulunan önemli biri olarak görmektedir. Toplumsal yaşamın bir parçası olduğunu hisseden kişi, bunu pekiştirme ve toplumsal hayata tutunma çabası sonucunda sosyal medya bağımlılığını pekiştirmektedir. Sosyal medya kullanımının bağımlılık düzeyine ulaşmasının sebepleri arasında, bu uygulamaların bireyi sonsuzca özgür kıldığı algısı ve bireyin toplumsal özne olma rolünü beslemesi gösterilebilir (Babacan, 2016). Bu toplumsal özne kimliğiyle paralel olarak yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal onay ihtiyacı arasında ise pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (Gökkaya ve ark.,2020).

15-20 yaş arası bireylerin sosyal medya uygulamalarını hayata dair bilgiler öğrendikleri, ilk kez özgürlüğü deneyimledikleri, aile ve arkadaşları ile iletişim aracı olarak algıladıkları görülmüştür. Yaşadığımız çağın ergenlik dönemindeki bireyleri, sosyal medyaya daha fazla katılma eğilimindedir. Çünkü sosyal medya onlar için yaşlıları ile arkadaş olabilecekleri modern ve medeni bir platformdur. İçinde bulunduğumuz çağ, sosyal medya kullanan tüm bireyleri oradaki her unsura açık hale getirmektedir. Özellikle ergenler ve gençlerin gördükleri şeyler ve aşırı maruz kalmaları şüphesiz onları sosyal ve kültürel yönlerden etkilemektedir. Katılımcılar, sosyal medyanın insan ahlakını ve disiplinli olmayı azalttığını da düşünmektedirler (Olorunsogbon ve Olalekan, 2017).

Sosyal medya üzerinden bireyler yalnızca arkadaşları ve aileleri ile değil aynı zamanda daha uzak tanıdıklarıyla, yeni tanıştıkları kişilerle de iletişim kurmak ve iletişimde kalmak istemektedirler. Nitekim de bu ağlar üzerinden iletişim kurmakta ve bu etkileşimleri sürdürmektedirler. Bu durumun varlığı da bireyleri bu ağları aşırı kullanmaya iterek bağımlılık yaratan davranışları daha fazla sergilemelerine neden olmaktadır (Kuss ve Griffiths, 2011). Fakat sanal yolla kurulan bu iletişim gerçek hayattaki sosyal ilişkileri olumsuz etkileyebilmekte, olumsuz sosyal ilişkiler de sanal iletişim ihtiyacını arttırabilmektedir; öyle ki örnekleme üniversite öğrencilerinden oluşan bir çalışmada, sosyal medya ile iletişim becerileri arasında zayıf ve ters yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla kişilerin iletişim becerileri azaldıkça sosyal medya bağımlılığının arttığı söylenebilmektedir (Aliusta ve ark., 2019).

2.1.8.2. Bilişsel Davranışçı Kuramsal Nedenler

Aksu ve arkadaşlarının (2019) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü bir çalışmada sosyal medya bağımlılığının bilişsel faktörler ve sosyal problem çözme becerileriyle ilişkisi

incelenmiştir. Sorunlara negatif bakış açısıyla yaklaşma ve problem çözmede kaçınan tarza sahip olma ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Problemleri negatif tarzda çözmeye çalışan bireyler için sosyal medyanın korunaklı bir alan olarak görüldüğü ifade edilmiştir. Aynı araştırmanın bir diğer bulgusu da sosyal medya bağımlılığı ile negatif otomatik düşünceler ve işlevsiz ara inançlar arasında bulunduğu ilişkidir. Negatif otomatik düşüncelere daha yoğun düzeyde sahip olan bireylerin sosyal medyaya daha fazla bağımlı oldukları bulunmuştur.

Bilişsel Davranışçı Kuram'a göre Sosyal Kaygı Bozukluğu yaşayan bireylerde internetin, özellikle sosyal medyanın aşırı kullanımı, sosyal kaygı ile başa çıkmak ve gerçek sosyal temastan kaçınmak için bir güvenlik davranışıdır. Bu durum sosyal medya kullanımının tekrarlanmasına, bağımlılığın ve işlevsiz düşüncelerin artmasına neden olmaktadır. Temelde sorun olarak sosyal kaygıyı baz alırsak bu durum bireylerin internet ve sosyal medya bağımlılığını azaltmak için tedavi edilmelidir. Bu nedenle hem sosyal kaygı hem de sosyal medya bağımlılığı konularına aynı anda müdahale etmek için atılması gereken birkaç adım öne sürülmektedir; psiko eğitim, davranış değiştirme, bilişsel yeniden yapılandırma ve maruz bırakma (Putri ve ark., 2018).

2.1.8.3. Psikolojik Nedenler

Sosyal medya kullanımının bağımlılığa dönüşmesinin altında yatan psikolojik dinamikler çokça merak edilmiştir. Bu başlık altında ilgili konuda yapılan araştırmalar incelenmeye çalışılmıştır.

Bizlerin teknolojiye mi yoksa teknolojinin bize sunduğu şeylere mi bağımlılık geliştirdiği sorusu bağımlılığın psikolojik nedenlerini anlamamız konusunda bize yol göstermektedir. Yazında teknolojiye değil insanlarla iletişimde kalmaya, beğenilerin ve olumlu yorumların sağladığı güzel hislere karşı bağımlılık gösterdiğimiz konusunda fikirler bulunmaktadır (Griffiths ve Kuss, 2017).

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada sosyal dışlanmanın sosyal medya bağımlılığını yordadığı sonucuna ulaşılrken, öğrencilerin gerçek dünyada sosyal ilişkilerden (özellikle arkadaş, aile ve öğretmenleriyle olan ilişkilerden) dışlanması sonucunda sosyal medya bağımlılıklarının artış gösterdiği tespit edilmiştir. Sosyal dışlanma ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki pozitif ilişkiye bir ara değişken olarak öz kontrol becerileri dahil edilmiş

ve hem sosyal dışlanma düzeyi hem de öz kontrolü yüksek olan kişilerde sosyal medya bağımlılığının sosyal dışlanma düzeyi yüksek ve öz kontrolü düşük olan bireylere göre daha az olduğu bulunmuştur. Yani sosyal dışlanmaya aynı derece maruz kalan bireylerin öz kontrolünün yüksek olması koruyucu bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Burada dikkat edilmelidir ki sosyal olarak dışlanmış bireylerin öz kontrolünün yüksek olması sosyal medya bağımlılığını tamamen ortadan kaldırmaya yetmemekte, yalnızca riski azaltmaktadır (Kaşıkçı ve ark., 2021). Sosyal olarak dışlanmış bireylerin düşük öz kontrol becerilerine sahip olması ise durumu daha da olumsuz etkileyebilmektedir. Dürtüsel bireylerin öz kontrol becerilerinin düşük olduğu bilinmektedir. Bu bilgiden hareketle öz kontrol becerilerindeki zayıflığın, yani dürtüsellüğün varlığının, sosyal medya bağımlısı olma ihtimalini artırabileceği düşünülmektedir.

14-19 yaş arasında bulunan lise öğrencileri üzerinde yürütülen bir çalışmada bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip ergenlerin sosyal medya bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma stili ile sosyal medya bağımlılığı arasında ise negatif bir ilişki bulunmuş ancak bu farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (Dilsiz ve Kandemir, 2020). Bu doğrultuda kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip olmanın sosyal medya bağımlılığı için bir risk faktörü olduğu söylenebilir.

Sosyal medyayı kullanım süresi de bağımlılık ilişkili olabilir öyle ki, İstanbul ilinde yaşayan 473 lise öğrencisiyle yürütülen bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı ve meşguliyet düzeylerinin kullanım yılı arttıkça aşamalı olarak arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medyayı 6 yıldan daha uzun süredir kullanan öğrencilerin bu platformları daha çok duygu düzenleme amacıyla kullandığı bulunmuştur (Deniz ve Gürültü, 2018). Duyguları düzenleme becerilerindeki zayıflık da burada bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır.

Eijnden ve ark. (2016) üç farklı ergen grubu üzerinde yürüttükleri bir çalışmada özsaygı ve sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Bu bulguyu destekleyen bir başka çalışma da Andreassen ve ark.(2017) tarafından yapılmıştır. Sosyal medya bağımlılığının benlik saygısı ile ilişkisinin incelendiği bir diğer çalışmada da düşük benlik saygısına sahip bireylerin sosyal medya bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Öztoprak ve Yüksel-Şahin, 2019). Bu üç araştırmadan yola çıkarak özellikle ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile düşük özsaygı arasında negatif bir ilişki söz konusudur.

Sosyal medya bağımlılığıyla ilişkili olabileceği düşünülen bir başka değişken ise yaşam doyumdur. Bu konuda yürütülen bir araştırmada bireylerin yaşam doyumu ve sosyal medya

bağımlılık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Şahin, 2017). Lise öğrencileri üzerinde yapılan bir başka çalışmada da bu bulguyla örtüşen sonuçlara ulaşılmıştır. Ergenlerin yaşam doyumu düştükçe sosyal medyaya bağımlı olma düzeyleri artmaktadır (Dilsiz ve Kandemir, 2020). Düşük yaşam doyumunun bireylerin sosyal medyaya karşı bağımlılık geliştirmesinde önemli bir neden olduğu söylenebilir.

Aksoy (2018) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen bir araştırmanın sonucunda sosyal medya kullanım nedenleri sırasıyla arkadaş eksikliği, sosyal aktivite ihtiyacı, bir görevi yerine getirme hissi, güncel olayları kaçırmama isteği, sosyal medya ile sosyal hayatın birbirine karışması şeklinde bulunmuştur.

Ergenler üzerinde yürütülen bir çalışmada sosyal medya bağımlılığının algılanan anne-baba tutumu ile olan ilişkisine bakılmıştır. Algılanan anne tutumu ilgili ve demokratik olan ergenlerin, anne tutumunu ilgisiz algılayan ergenlere göre daha az bağımlı olduğu bulunmuştur. Ancak algılanan baba tutumuna göre herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (Öztoprak ve Yüksel-Şahin, 2019).

Sosyal medya bağımlılığı ile beden algısı ve beden kitle indeksi arasındaki ilişki incelenmiş, beden algısı ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken beden kitle indeksi ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Al Saud ve ark., 2019).

Bütün bunların yanı sıra sosyal medya bağımlılığı etiyolojisi ve psikolojik nedenler arasına dahil edebileceğimiz bir dizi kavram ve yaklaşım aşağıda açıklanmaya çalışılmıştır.

2.1.8.3.1. Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı

Sosyal medya bağımlılığı etiyolojisinin daha iyi anlaşılması için kullanımlar ve doyumlar yaklaşımından bahsetmekte yarar olduğu düşünülmektedir (Aktan E,2018).

Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı, Elihu Katz'ın 1959'da "Medya insanlara ne yapıyor?" sorusu yerine "İnsanlar medya ile ne yapıyor?" sorusu ile düşünce temelleri atılan bir yaklaşımdır. O tarihe kadar medyanın kullanıcıları etkilediği, kullanıcıların ise medya üzerinde etkisiz ve pasif olduğu düşüncesi hakimdi. O yıldan itibaren izleyicilerin de medya üzerinde etkisinin olduğu ve oradan bir doyum aldığı fikri ilk kez gündeme gelmiş oldu. Günümüzdeki tanımı itibarıyla bu yaklaşım var olan bir doyum olduğunu, bu doyuma dayalı

olarak kullanımdan bahsedebileceğini ve medya ile kullanıcısı arasındaki ilişkinin ancak bu şekilde anlaşılabilceğini ve açıklanabileceğini öne sürmektedir (Küçükkurt ve ark., 2009).

Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımının temellerini atan Elihu Katz'ın ve arkadaşlarının (1973) yaptığı bir araştırmada bireylerin kitle iletişim araçlarının kullanım gereksinimlerini beş ana başlıkta çerçeveledikleri görülmektedir ve bu beş maddeye aşağıda yer verilmiştir.

1. Bilişsel gereksinimler (bilgi edinme ve çevreyi anlama ihtiyacı)
2. Duygusal gereksinimler (haz ve duygusal tatmin amacıyla medya kullanımı)
3. Bütünleştirici gereksinimler (istikrar ve statüyü artırma ihtiyacıyla medya kullanımı)
4. Sosyal gereksinimler (aile, dost ve diğer kişilerle olan iletişimi geliştirme ihtiyacı sonucu medya kullanımı)
5. Kaçma gereksinimi (günlük yaşamın stresi ve baskısından kaçma amacıyla medya kullanımı)

Bu araştırma günümüzden uzun bir zaman önce yapılmış olsa da medya kullanım motivasyonlarını ve ihtiyaçlarını açıklamasıyla, sosyal medya kullanımı ve bağımlılığını açıklamaya çalışan güncel araştırmaların kriterleri ile benzer nitelikler taşımasıyla dikkat çekmektedir.

Daha sonraki yıllarda web 2.0 teknolojileri ve sosyal medya var olmuş ve yaygınlaşmıştır. Bu gelişmelerin ardından kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı daha da önem kazanmıştır. Söz konusu gelişmeler, kullanıcıların rolünü kuşkusuz daha aktif hale getirmiştir. Kullanıcılar ihtiyaçları, eğilimleri ve istekleri çerçevesinde; tüketerek, katılımda bulunarak ve hatta içerikleri üreterek sosyal medya kanallarını kullanmaktadır. Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı medya kullanımının ardında kişilerin psikolojik ve sosyal motivasyonlarının olduğunu, bireyin kitle iletişim araçlarını aktif bir şekilde seçerek kullandığını ve bu kullanımlar sonucunda doyumlar elde ettiğini varsaymaktadır ki bu durum günümüz sosyal medya kullanım motivasyonlarını açıklamada oldukça yol göstericidir (Koçak, 2012).

Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı bağlamında genelde tüm bağımlılıklar ve özelde sosyal medya bağımlılığı önceden denenmiş ve belirli bir doyuma ulaşmayı sağlamış, gelecekte de yeni doyumlara ulaşmayı sağlayabileceği öngörülen düşünce ya da davranış kaynaklı olabilmektedir (Hazar, 2011).

Aslında sosyal medya bağımlılığının, kişilerin sosyal medyadan aldıkları doyuma yeniden ulaşma arzusu ile giderek artan ve tolerans geliştiren kullanım sonucu geliştiği

söylenabilir. Dailey ve arkadaşlarının (2020) yaptığı araştırmada bu görüşe paralel olarak bağımlılığın sosyal medyayı kullanım yoğunluğu ve sosyal karşılaştırmaların ötesinde oluştuğunu, sosyal medya insanların ihtiyaçlarını karşıladığında bağımlı olma olasılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.1.8.3.2. Dijital Çelinme

Dijital çelinme kavramını açıklamanın sosyal medya bağımlılığının nedenlerini anlama açısından uygun ve önemli olacağını düşünüyoruz. Dijital çelinme iki alt başlıkta incelenmektedir.

Dijital-e Çelinme: Sosyal medyada ya da herhangi bir sanal ortamda olmayan kişilerin mobil cihazlarına bildirimler, sesli ve ışıklı sinyaller, dikkat çekici bildirim sesleri gibi çeşitli yöntemlerle mobil cihaza ve ekrana yönlendirilmesi durumudur (Kurt ve ark., 2021).

O anda başka işlerle uğraşan kişilerin, bu bildirim ve uyaran çeşitliliğine maruz kalması onları mobil cihazlarına yöneltebilir ve bu cihazlarla daha fazla vakit geçirmelerine sebep olabilmektedir. Dolayısıyla sosyal medyada geçirdikleri süre de mobil cihaz kullanımına paralel olarak artış gösterebilmektedir. Diğer bir dijital çelinme kavramı ise dijital-de çelinmedir.

Dijital-de Çelinme: Herhangi bir dijital cihaz kullanılarak herhangi bir işle uğraşan bireylerin dijital cihaz ekranlarında, görseller, reklamlar, çeşitli tasarımlar kullanılarak kişileri onlara yönlendirme çalışması olarak tanımlanabilir. Tıklama tuzakları, anlamsal web (Kişilerin önceki tıkladıkları görseller ve aradıkları kelimeler) ve tasarımlar kullanılarak onları dijital ortamda çeşitli davranışlarda bulunmaya yönlendirme amaçlanmaktadır (Kurt ve ark., 2021).

Burada bahsedilen dijital çelinme türleri sosyal medyada da sık sık yaşanmakta ve varlığını sürdürmektedir. Sosyal medya platformlarında beğeni, arkadaşlık isteği, yorum, etiketleme gibi durumların bildirim olarak ekrana yansması ya da telefonda başka bir işle meşgulken ekranda bildirimlerin görünmesi kişilerin sosyal medyada daha fazla zaman geçirmesine dolayısıyla sosyal medya bağımlılığına neden olabilmektedir.

Söz gelimi “Ringsiyete” kavramından da kısaca bahsetmekte yarar olduğu düşünülmektedir. Ringsiyete kişilerin akıllı telefonlarına gelen bildirim sesini hayali olarak duyması ya da duyduğu herhangi bir sesi bildirim sesi sanması sebebiyle telefonunu kontrol

etme ile sonuçlanan bir durumdur (Bragazzi,2014). Dolayısıyla bu durum akıllı telefonla daha fazla yan yana kalmaya ve daha uzun sürelerle kullanıma yola açabilmektedir.

2.1.8.3.3.Nomofobi

No Mobile Phone kelimelerinin kısaltılmış hali olan Nomofobi, akıllı telefonlardan uzak kalındığında ya da onlara ulaşamadığında oluşan, stres, panik ve diğer işlerine odaklanamama, mobil cihazını kontrol etme ihtiyacı hissetme durumudur (Polat,2017).

Ülkemizde üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada öğrencilerin %51.9'unun orta düzeyde, %13.6'sının ise şiddetli düzeyde nomofobiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Nomofobinin problemli internet kullanımı, sosyal medya kullanım düzeyi ve sosyal görünüş kaygısıyla ilişkisinin incelendiği çalışmada nomofobi ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde nomofobi ve problemli internet kullanımı arasında da orta düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Ayar ve ark., 2018). Nomofobi ve sosyal medya kullanımı arasındaki bu ilişki, sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin varlığı düşünüldüğünde, nomofobi ile sosyal medya bağımlılığı arasında da bir ilişkinin var olabileceğini akla getirmektedir.

2.1.8.3.4. Netlessfobi

Günümüz insanı özellikle de genç yaşlardakiler için internet, hayatın sanki doğal bir parçası haline gelmiş ve onsuz dünyanın tasavvur edilemediği bir konumdadır. Covid-19 salgınıyla birlikte internet üzerinden çalışma, haberleşme, sosyal medya kullanılarak iletişim kurma ve diğer tüm konularda internet kullanımı daha da önem kazanmıştır. Dolayısıyla internete bağlanma oranı ve yaygınlığının artışta olduğunu düşünmek şaşırtıcı olmayacaktır. Hal böyleyken, internetsiz kalmanın yarattığı korkudan bahsetmek gerekli olmuştur.

Netlessfobi: Kişinin internetsiz ortamlarda kalamama durumu ve bu durumdan yoğun endişe ve rahatsızlık duymasıdır. Bu kavram fobik özellikler gösteren kavramlarla ilişkilendirilmiştir ve yeni bir kavram olması sebebiyle de kesin bir tanımlaması da yoktur ancak nomofobi kavramı ile birlikte ele alındığında anlaşılması kolaylaşacak ve daha bütüncül olarak açıklayıcı olacaktır (Öztürk, 2015).

2.1.8.3.5.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu / Fear of Missing Out

Sosyal medya ile etkinliklere, çeşitli aktivitelere ve bilgiye gerçek zamana göre daha hızlı erişebilmekteyiz. Bu hızlı erişim imkanı beraberinde bir korkuyu getirdi. İngilizcesi Fear of Missing Out (Fomo) olarak adlandırılan Türkçeye Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) olarak çevrilen bu korku diğerlerinin neler yaptığından, gelişmelerden ve olup bitenlerden haberdar olabilmek için sürekli olarak bağlantıda kalma ve sosyal medyada aktif olmakla sonuçlanmaktadır (Przybylski ve ark., 2013).

Üniversite öğrencilerinde GKK yaygınlığı incelenmiş ve yaygınlığın orta düzeyde olduğu tespit edilirken (Hoşgör ve ark., 2017) bir başka çalışmada ise sosyal medya kullanım süresi ile GKK arasında ve aynı zamanda nomofobi ve GKK arasında da bir ilişki bulunmuştur (Arslan ve ark., 2019). Akıllı telefon bağımlılığının GKK'yi yordadığı da ulaşılan bulgular arasındadır (Biber, 2020). Bahsedilmesinin önemli olduğu düşünülen bir diğer sonuçtan biri, dürtüselliğin GKK'yi anlamlı bir düzeyde yordadığı bulgusudur (Ercengiz, 2020). Diğerisi ise GKK, araştırmada adı geçtiği şekliyle, gelişmelerden geri kalma korkusu ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif ilişkiye ulaşıldığı bulgusudur (Tanrıku, 2018). Yani GKK arttıkça sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı arttıkça da GKK arttığı yorumunda bulunulabilir.

Üniversite öğrencilerinde GKK ile Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin varlığı da söz konusudur. DEHB'ye sahip bireylerin, dikkat süreçlerinde problem yaşıyor oluşu ve dürtüsel olarak sürekli uyarılma durumu internette sürekli gezinme ve güncelleme eylemlerine sebep olabilmektedir (Çınar ve Mutlu,2018). Bir başka araştırmada da benzer olarak dürtüsellik ve DEHB ile GKK arasında ilişkinin varlığı tespit edilmiş ve GKK korkusunun cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur (Ünöl ve Hızlı Sayar,2020).

2.1.9. Sosyal Medya Bağımlılığının Psikolojik Rahatsızlıklarla İlişkisi

Sosyal medya bazı durumlarda yalnızlık, depresyon, stres ve kaygı gibi rahatsızlıkların hafifletilmesi için kullanılan bir ortam olarak görülse de aşırı ve bilinçsiz kullanım sonucunda bağımlı olma ve buna bağlı olarak davranışsal ve psikolojik rahatsızlıklara sebep olabilmektedir (Biber,2020). Bu doğrultuda yazında yer alan sosyal medya bağımlılığı ile psikolojik rahatsızlıkların ilişkisine bakıldığı çalışmalar bu başlık altında incelenmeye çalışılmıştır.

Sosyal medyayı aşırı kullanım sonucunda bireylerde içe kapanma, benlik saygısında azalma, vakit kaybı, tatmin olamama ve duygu durum değişiklikleri gibi belirtilerin yaşandığı sonucuna ulaşılırken aynı bireylerde; internet, sosyal medya ve akıllı telefonlarına ulaşamadıkları zamanlarda kaygı, endişe, stres, yalnızlık, depresyon ve sosyal ortamlardan uzak olmayı isteme gibi davranışsal ve duygusal rahatsızlıkların oluşabileceği de saptanmıştır. Kullanıma başlanan ilk zamanlarda kişiler sosyal medyayı yalnızlık, anksiyete ve depresyon giderici bir mecra olarak görse de aşırı kullanıma bağlı gelişen bağımlılık sonucunda kişilerde yalnızca sosyal medya kullanımı bu belirtileri ortaya çıkaran bir etken haline gelebilmektedir (Diker ve Taşdelen, 2017). Paralel olarak, gençlerde sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında çift yönlü bir ilişki saptanmıştır. Bu bağımlılık bireysel savunmasızlığa yol açarken depresif belirtileri de şiddetlendirmektedir. Öte yandan bireyler olumsuz ruh hallerini düzeltmek için de sosyal medyayı kullanabilmekte ve sorunlardan (kaygı, olumsuz duygular vb.) sosyal medya aracılığıyla kaçınmaya çalışmakta, dolayısıyla bireyler sağlıksız baş etme stratejileri geliştirmektedir (Li ve ark., 2018). Bir başka açıdan bakmak gerekirse çok stresli ve depresif kişilerin sosyal medyaya bağımlı olma olasılığının daha yüksek olduğu da var olan bulgular arasındadır (Dailey ve ark., 2020).

292 üniversite öğrencisinin katıldığı bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile depresyon, somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla sosyal medya bağımlılığı yüksek olan bireylerin psikolojik rahatsızlık semptomu gösterme olasılığının da yüksek olduğu söylenebilir (Karadağ ve Akçınar, 2019). Bu ilişki çift yönlü olabilir öyle ki meslek yüksekokulu öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile depresyon, kaygı ve stres arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada bu değişkenlerin sosyal medya bağımlılığının %36 yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bilge ve ark., 2020).

Sağlık çalışanları ile yapılan bir araştırmada ise benlik saygısı ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Araştırmaya katılan bireylerin kendini değerli hissetme, kendiyle barışık olma, yaptığı işi yeterli görme ve kendini farklı alanlarda başarılı ve yetenekli bulma düzeyleri arttıkça, sosyal medya bağımlılığı düzeylerinde azalma yaşandığı bulunmuştur (Balcı ve ark., 2020). Bir başka deyişle sosyal medya bağımlılığı kişilerin kendine dair tutumlarını ve öz saygılarını olumsuz etkileyebilmektedir.

Sosyal medyaya bağımlısı kişilerde sosyal medyadan bildirim aldıklarında dopamin salgılanmaktadır. Kişi eğer bildirim almazsa yaşıtlarıyla ilişkilerinde, evde ve sosyal davranışlarda problemler yaşayabilmekte hatta bildirimsizlik, hakaret, dolandırıcılık gibi suç

fillerine yol açabilmekte ve bağımlılık tepkisine bağlı olarak kişide kaygı ve endişe oluşturabilmektedir (Muflih ve ark., 2018). Paralel olarak Facebook kullanımına bağlı olarak kişilerde yargılama korkusu, mahremiyete ilişkin endişeler, onay arama ihtiyacının artışı, aşırı ruminasyon, akranlarla karşılaştırma yapma ve anksiyete bozuklukları gibi birçok olumsuz özelliğin tetiklenebileceği bulunmuştur. Aynı zamanda Facebook kullanımı, kişileri olumsuz söylemlerle karşı karşıya bırakabildiği için, anksiyete ile baş etmeyi zorlaştırabilmektedir (Calancie ve ark., 2017).

Sosyal medya kullanımı ile koronavirüs korkusunun ve ilişkisinin incelendiği bir araştırmada sosyal medyada günde 4-5 saat ve 6 saat üzeri zaman geçirenlerin korona virüs korkusu düzeyleri, sosyal medyada 2-3 saat ve 1 saatten daha az zaman geçirenlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle kişilerin sosyal medyada geçirdikleri zaman arttıkça koronavirüs korkusu ve bağımlı olma riski de artmaktadır. Yine aynı araştırmada, Covid-19 salgını sonrasında katılımcıların %45,3,'ü her zamankinden daha fazla, %15,1'i her zamankinden çok daha fazla sosyal medya kullandıklarını belirtirken yalnızca %6,5'i her zamankinden daha az kullandıklarını belirtmektedirler. Çalışmada görüldüğü üzere Covid-19 salgını araştırmaya katılan kişilerin büyük bir oranının sosyal medyada geçirdikleri zamanı arttırmıştır (Arpacıoğlu ve Özdemir, 2020). Bu doğrultuda Covid-19'un sosyal medya kullanımı ve dolayısıyla bağımlılığını arttırabileceği düşünülmektedir.

Brailovskaia ve arkadaşlarının (2020) sosyal medya bağımlılığının nedenlerine ilişkin yürüttüğü çalışmada “negatif duygulardan kaçma” motivasyonu ile sosyal medya kullanan kişilerin günlük stres, depresyon ve anksiyete puanlarının yüksek çıktığı görülmüştür. Van Den Eijnden ve arkadaşları (2016) ise ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile depresyon, dikkat eksikliği ve günlük sosyal medya kullanım sıklığı arasında orta düzeyde; yalnızlık ile zayıf düzeyde ilişki tespit etmiştir.

Andreassen ve ark. (2017) 23,532 kişiyle yaptıkları çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile narsisizm arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinde ise anlamlı zayıf düzeyde pozitif bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Kişilerin narsisizm düzeyleri arttıkça günlük sosyal medya kullanım süresinde de artışın olduğu dikkat çekmektedir (Balcı ve Gargalık,2020). Benzer şekilde narsistik kişilik özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunan bir araştırmada sosyal medyanın bireylerin egolarını arttırıcı davranışları içeren ideal bir sosyal arena olduğun vurgulanmıştır (Şafak ve Kahraman,2019).

Öğretmenler ile yapılan çalışmada araştırmaya katılan öğretmenlerin %53'ü orta ve yüksek düzeyde sosyal medya bağımlısı olduğu bulunurken genel erteleme davranışlarının da ortanın üzerinde olduğuna ulaşılmıştır. Ayrıca bağımlılık seviyeleri ile genel erteleme davranış eğilimleri arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki de bulunmuştur (Tekin,2019). Örneklemini öğretmenler olan başka bir araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile iş doyumunu arasında ters yönde negatif ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin sosyal medya bağımlılığı arttıkça iş doyumları azalmaktadır (Yalçın,2021). Gelecek nesilleri yetiştiren bu kişilerin iş doyumunun azalması, eğitim kalitesinin azalmasına da sebep olabilir.

Sosyal medya bağımlılığı arttıkça yaşam doyumunu ve yalnızlığın da arttığı tespit edilenler arasındadır (Yüksel ve ark., 2020). Yetişkinlerde sosyal medya ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon tespit edilmiştir. Bağımlılık düzeyi arttıkça depresyon puanlarında da artış olduğu bulunanlar arasındadır (Çil,2020).

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış bir çalışmada problemli internet kullanımına sahip bireylerin psikiyatrik semptom (depresyon, anksiyete, stres) puanlarının problemli internet kullanımı göstermeyen bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuş, yapılan regresyon analizi sonucunda depresyon ve stresin problemli internet kullanımını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Mamun ve ark., 2019). Yine üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış bir araştırmada sosyal medya kullanım sıklığı ve insomnia arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal medyanın özellikle akşam saatlerinde ve gece yatmadan önce kullanılmasının insomnia için bir risk faktörü olduğu vurgulanmıştır (Abdalqader ve ark., 2018).

Örneklemin tamamı kadınlardan oluşan araştırmada kişilerin sosyal medya bağımlılıklarının orta düzeyde olduğu tespit edilirken, sosyal medyada var olan ideal kız figürüne çok sık maruz kalmaları sebebiyle beden memnuniyetsizliği yaşadıkları ve ideal kız olmak için sağlıklı beslenmeden de uzaklaştıkları tespit edilmiştir (Özgür ve Uçar,2020). Benzer şekilde yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı ile beden memnuniyeti arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir (Gökkaya ve ark.,2020).

Çocukluk çağı yaşanan travmaların ergenlik döneminde sosyal medya bağımlılığına neden olabildiği de bulunan sonuçlardandır. Sosyal medya bağımlılığının çocukluk çağı travması alt ölçeklerinden olan Cinsel İstismar, Duygusal İhmal, Duygusal İstismar boyutlarından pozitif yönde etkilenmekte olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Takan, 2020). Ergenlerde (11-17 yaş) ise davranım bozukluğu, borderline, şizotipal, histriyonik ve bağımlı kişilik bozuklukları puanları arttıkça sosyal medya kullanım bozukluğunun da arttığı ulaşılan

sonuçlar arasındadır (Türk ve Karaaziz,2020). 583 ergen ile yürütülen bir çalışmada sosyal medya bağımlılığının bazı psikolojik bozukluklarla olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda sosyal medya bağımlılığı ile öfke-düşmanlık, fobik anksiyete, paranoid düşünce ve psikotizm arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Bilgin, 2018).

Bu araştırmalarda görüldüğü üzere sosyal medya bağımlılığı ve aşırı kullanımı hemen her yaş grubu özellikle gençlerde anksiyete bozukluklarından kişilik bozukluklarına kadar birçok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili bulunmuştur. Bu ilişkilerin varlığı, sosyal medya bağımlılığının ciddi sonuçlar ve olumsuzluklar yaratabilen bir bağımlılık olduğunu da göstermektedir.

2.2. DÜRTÜSELLİK

2.2.1. Dürtüsellik Tanımı

Dürtüsellik kötü planlanmış, erken ifade edilmiş, aşırı derecede riskli veya içinde bulunulan durum için uygunsuz ve istenmeyen sonuçları beraberinde getiren davranışları kapsayan bir durum (Daruna ve Barnes, 1993) olmakla birlikte çeşitli psikolojik rahatsızlıkların anlaşılması ve teşhisinde önemli rol oynamaktadır (Whiteside ve Lynam,2001).

Depue ve Collins 1999’a göre ise dürtüsellik: ‘‘Risk alma, duygu arayışı, yenilik arayışı, maceraperestlik, cesaret, can sıkıntısına yatkınlık, güvenilmezlik ve düzensizlik gibi terimleri içeren heterojen bir alt düzey özellik kümesinden oluşmaktadır.’’ Daha güncel bir tanımlamaya göre dürtüsellik, genellikle istenmeyen sonuçlara ve uygun olmayan durumlara sebep olan risk içeren ve zamansız ifade edilmiş yaygın bir eylemdir (Özdemir ve ark.,2012).

Bir yatkınlık olarak tanımlanan dürtüsellik kavramı tek bir davranıştan öte, davranış örüntülerini içermektedir. Bir eylemin sonunda neler olabileceğini düşünmeden ya da hesaplamaadan, hızlı ve bilinçli olarak planlanmamış davranışlardan oluşmaktadır. Ek olarak, sonucunda genellikle heyecan arama ile ilişki riskleri beraberinde getirmektedir; bir diğer deyişle dürtüsel davranışlarda bulunan bireyler, kendilerinin ve diğerlerinin eylemlerinin sonucunu değerlendirme ve düşünmede sorun yaşamaktadırlar (Atalan Ergin,2018).

Dickman (1990) ise dürtüsellığı, işlevsel olmayan dürtüsellik ve işlevsel dürtüsellik olarak iki bölümde kategorize etmiştir. Genellikle araştırmaların odaklandığı ve dikkatsizce tepkide bulunma olarak da tanımlanan işlevsel olmayan dürtüsellik, bireyin eylemlerinin sonuçlarını ve devamında neler olabileceğini öngörememesi ve planlayamaması sebebiyle

olumsuz durumlar yaşanması sonucudur. İşlevsel olmayan dürtüsellik bireylerde zorluklara yol açarken işlevsel dürtüsellik, daha çok cesaret ve maceraperestlik ile ilişkilidir ve kişilere olumlu sonuçlar yaşatmaktadır.

2.2.2. Dürtüsellik Özellikleri

Patton ve ark. (1995) Dürtüsellik özelliklerini üç başlıkta incelemiştir.

1. Anlık gelen dürtü etkisiyle hareket etme (Motor aktivasyon)
2. Var olan işe odaklanmamak (Dikkat)
3. Dikkatlice plan yapmamak ve üzerine düşünmemek (Planlama Eksikliği)

Dürtüsellğin parçası olan bu başlıklar düşünüldüğünde dürtüsellik kavramının bilişsel ve davranışsal kısımlarının olduğu söylenebilir. Buna göre kişinin gerçekleştireceği davranışların sonucunda neler olacağını düşünmemesi ve muhtemel sonuçlarını tahmin edememesi dürtüsellğin bilişsel boyutunu oluştururken, bu bilişsel süreçlerin önemsenmemesi sonucunda gerçekleştirilen ani ve riskli hareket ve davranışlar da dürtüsellğin davranışsal yönü olarak ifade edilebilmektedir (Satıcı ve ark., 2019).

Moeller ve ark.(2001) ise dürtüsellik kavramını biyopsikososyal çerçeveden tanımlamış ve bu kavramın aşağıdaki maddeleri içerdiğini vurgulamıştır.

1. Davranışın olumsuz sonuçlarına karşı duyarlılığın az olması
2. Üzerine düşünmeden, gelen uyaranlara planlanmamış, hızlı tepki verme
3. Uzun vadeli sonuçları dikkate almama

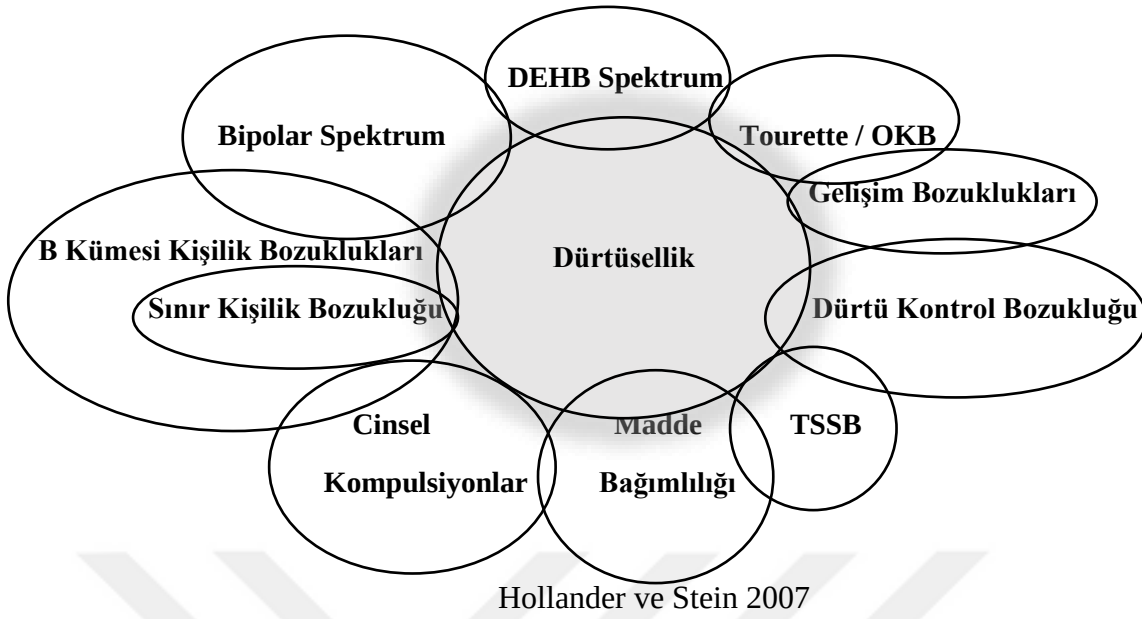
Dürtüsellik kavramı bir başka çalışmada,

- Yanıt engellenmesi (Dürtüsel hareket/ motor dürtüsellik)
- Ödül gecikmesinin kontrol edilememesi (Dürtüsel tercih/ karar alma)

olarak iki farklı boyutta incelenmektedir (Yazıcı ve Yazıcı, 2010).

Bu tanımlama ve özelliklerden yola çıkarak dürtüsellğin aslında psikolojik birçok davranış ve kavramla ilişkili olduğu, özellikle kontrolsüz davranışlara sebep olabildiği ve birçok psikolojik rahatsızlıkların belirtisi içerisinde yer aldığı söylenebilir. Aşağıdaki şekilde dürtüsellik ve ilişkili olduğu psikolojik rahatsızlıklar yer almaktadır.

Şekil 2. Dürtüsellik ile ilişkili psikolojik bozukluklar



Tez konusu çerçevesinde, ilişkili rahatsızlıklardan dikkat çeken rahatsızlık madde bağımlılığıdır. Bu bağımlılık türü ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki benzerlikler Tablo 2.1.' de yer almaktadır. Söz konusu araştırmanın da yapıldığı yıllarda sosyal medyanın ve bağımlılığının günümüzdeki kadar yaygın olmadığı göz önüne alındığında dürtüsellikle ilişkili kavramlar arasında yer almaması olağandır. Yazındaki güncel çalışmalar düşünüldüğünde dürtüsellik sosyal medya aşırı kullanımı ve bağımlılığı ile ilişkili olabileceği öngörülürken bu konunun araştırılması ve alanyazına kazandırılması önem arz etmektedir.

2.2.3. Dürtüsellik Etki Eden Faktörler

Tarih öncesi dönemde insanların avcı toplayıcı olarak hayatlarına devam ettiği yıllarda tetikte olmak, dikkati hemen dış uyaranlara verebilmek ve belirli düzeyde dürtüsel olmak kişilerin daha başarılı avcı veya savaşçı olmasını sağlamış olabilir. Günümüz insanı da o dönemde yaşayanların genetik birikimini taşımaktadır. Evrimsel anlamda dürtüsellik bu şekilde açıklanmaya çalışılmaktadır. Günümüzde ise dürtüsellik özellikleri işlevsel olmamakla birlikte insanları sıkıntıya sokabilmektedir (Öncü ve Şenol, 2002)

Daha yakın tarihlere yani insanların çocukluk yıllarında yaşadıkları ile dürtüsellik arasındaki ilişkiye bakıldığında ise dürtüsellik sebepleri olabilecek durumlardan birinin çocukluk çağı istismarına maruz kalmak olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Erel ve Gölge, 2015). Bireylerde

çocukluk çağı travmaları ile özellikle duygusal ihmal ve duygusal istismar alt ölçeklerinde, dürtüsellik ile arasında pozitif yönlü bir ilişkinin varlığından söz edilebilmektedir (Şen,2019).

26.009 lise öğrencisi ile yapılan bir çalışmada dürtüsellüğün sigara, alkol ve madde kullanımı, akademik başarısızlık, davranış sorunları, ebeveyn ve öğretmenlerle yaşanan ilişki sorunları, fiziksel şiddete maruziyet ve kendine zarar verme gibi davranışlarla ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Öner ve ark.,2013).

Öğrencilerde dürtüsellikle suç işleme, silah taşıma ve madde kullanımı arasında ilişki tespit edilmiş ancak bu ilişkiyi etkileyen önemli faktörlerden birinin çevresel etkenler olduğu vurgulanmıştır (Vogel ve Barton, 2013).

Dürtüsellik nörokimyasal kökenlerinin incelendiğinde dopaminerjik sistem ile dürtüsel seçim yapma arasında ilişkinin varlığı söz konusuken noradrenalin ve 5-HT gibi nörotransmitterler ile de ilişkili olduğu söylenebilir. Nöroanatomik açıdan bakıldığında ise orbitofrontal korteks ve bazolateral amigdalanın ile dürtüsel karar vermede rol oynadığı söylenebilmektedir (Yazıcı ve Yazıcı,2010). Buradan hareketle dürtüsellik kavramının diğer alanlarda olduğu gibi nörokimyasal ve nöroanatomik açıdan da birçok farklı bileşenle ilişkili olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

2.2.4.Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkisi

Dürtüsellik bağımlılığa olan eğilimi arttırabilmektedir (Hosking ve Winstanley, 2011). Dürtüsellik ile riskli davranışlar arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır (Tuna,2015). Söz konusu riskli davranışlar arasında bağımlılık kavramı da var olurken bağımlılık türleri ve aralarındaki yerini diğer bağımlılıklara göre daha sonra alan sosyal medya bağımlılığının da bahsi geçen ilişkideki varlığı bu bağlamda düşünülebilir.

Dürtüsel örüntülere sahip bireylerde sosyal medyayı aşırı kullanma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir (Savcı ve Aysan, 2016). Benzer şekilde dürtüsellik ile aşırı sosyal ağ kullanımı arasında bir ilişkinin varlığından da söz edilmektedir (Wegmann ve ark.,2020). Dürtüsel kişilerin sosyal medya kullanım isteği geldiğinde sosyal medya hesaplarına akıllı telefonlar sayesinde çok hızlı şekilde erişebilmekte ve bu hız ve dürtüsellik birleşimi sosyal medya bağımlılığını tetikleyebilmektedir. Dolayısıyla dürtüsel bireyler hem sosyal medyada daha fazla zaman geçirme eğiliminde hem de sosyal medya bağımlılığına yatkın durumdadırlar (Wu ve ark.,2013).

553 yetişkinin katıldığı bir araştırmada sosyal medya bozukluğu ölçeği kullanılmış ve analizler sonucunda sosyal medya hesap sayısı, günlük sosyal medya kullanım süresi, olumsuz duygu, olumlu duygu, öz disiplin, sosyal bağlılık ve dürtüsellikle sosyal medya bozukluğu arasında ilişki tespit edilmiştir (Savci ve ark.,2018). Bir diğer yetişkinlerle yapılan araştırmada ise benzer olarak sorunlu sosyal medya kullanımı ile dürtüsellik ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki incelenmiş, sosyal medya bağımlılığının sanal iletişim ve sanal hoşgörü alt boyutlarının dürtüsellik ve psikolojik belirtilerin tüm alt boyutlarıyla anlamlı ve pozitif bir ilişkili olduğu bulunmuş ve aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı yordayıcıları incelendiğinde plansız dürtüsellik, depresyon, anksiyete ve somatizasyon olarak tespit edilmiştir (Tutal ve ark.,2021).

Lee ve ark., (2012) yaptıkları araştırmada internet bağımlılığı ile dürtüsellik arasında pozitif yönde korelasyon($r=0.64$) varlığı söz konusudur. Buna dayanarak dürtüsel olmanın internet bağımlılığı açısından bir risk içerdiğini ve savunmasızlık olduğunu hatta bu bağımlılığın dürtü kontrol bozukluğu olarak kavramsallaştırabileceğini vurgulamaktadır. Dışadönüklük ve dürtüsellüğün Instagram, Facebook ve Whatsapp uygulamalarını kullanım bozukluğu ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilenler arasındadır (Sindermann ve ark.,2020).

2.2.5. Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkisi

Sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında ilişkin önceki başlıkta incelenirken yazındaki çalışmalara da yer verilmiştir. Söz konusu ilişkinin öğrencilerde var olup olmadığı ise bu başlık altında incelenmeye çalışılmıştır.

Üniversite öğrencilerinde dürtüsellüğün sosyal medya kullanımını etkilediği sonucuna ulaşılrken aynı zamanda sosyal medya kullanımının da anlamlı bir şekilde yalnızlığı yordadığı bulunmuştur. Sosyal medya kullanımı ile yalnızlık arasında da bir ilişki olabileceği vurgulanmıştır (Savci ve Aysan,2016).

Öğrencilerde internet bağımlılığı ve şiddetinin dürtüsellik ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Dalbudak ve ark.,2013). Öte yandan tıp öğrencileri ile yapılan bir çalışmada dürtüsellik ve aleksitimi ile akıllı telefon bağımlılığı arasında da bir ilişki tespit edilmiştir (Özen ve Topçu, 2017).

Ergenlerle yapılan bir çalışmada ise dürtüsellik ile sosyal medya bağımlılığı ve internette oyun oynama bozukluğu arasındaki ilişkiye bakılmış, tüm yaşlarda internette oyun

oynama bozukluğu ile dürtüsellik arasında ilişki tespit edilirken daha genç ve orta yaştaki ergen kişilerde de sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik arasında ilişkinin var olduğu bulunmuştur. Dürtüsellik ve sosyal medya arasındaki bu ilişki ileri yaş ergenlerde, 18 ve 19 yaşındaki bireylerde, bulunamamıştır (Cernigla ve ark.,2019).

Sosyal medya kullanımı ile bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu alanyazındaki birçok araştırmada mevcuttur. Bu sebeple dürtüsellik ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki olabileceği öngörülmektedir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

3.1. Evren

Türkiye Salgın Dönemi Bağımlılık ve Ruh Sağlığı Haritası Projesi (TURBAHAR COVID-19) kapsamında yürütülmekte olan tez çalışmam örneklem tasarımı ve büyüklüğü, Türkiye geneli için analiz yapmaya imkân vermektedir. TURBAHAR COVID-19 projesi için dizayn edilen özel bir dijital platform aracılığı ile veriler toplanmıştır. Projede aktif olarak 67 klinik psikolog görev almıştır. Örneklem seçimi kar topu yaklaşımı ile yapılmış olup 2020 Aralık ayından – 2021 Şubat ayına kadar sürmüştür. Elde edilen veriler 26 NUTS3 bölgesine göre ayrıştırılmış ve kümelendirilmiştir. Böylece 81 ilden elde edilen veriler bölgesel olarak ayrıştırılabiliştir. Dahil edilen kriterler 12 yaşının üstünde olma, gönüllü olma, anketlerin doldurulmasına engel herhangi bir probleminin olmamasıdır. Çalışma için 21815 kişi dahil edilmiş ve 20808 kişinin verilerinin tam olarak doldurulduğu tespit edilmiştir. Çalışma beş ekseninde yürütülmüştür.

1. Bağımlılık ve Dürtüsel Davranış Çalışma Grubu
2. Çocukluk Çağı Yaşantılar Grubu
3. Davranışsal Motivasyon Grubu
4. Duygu Düzenleme Grubu
5. Kimyasal Bağımlılık Grubu

Her bir grup diğer gruplarla ortak olan ve farklı olan ölçeklerle 10-15 arası klinik psikologun iş birliği ile tüm Türkiye’den katılımcılara ulaştırılmıştır.

3.2. Örneklem

TURBAHAR COVID-19 Çalışmasına dahil olan 20808 katılımcıdan 5309’u sosyodemografik özelliğe sahip ve sosyal medya bağımlılığı ölçeğini dolduran öğrencilerdir ve çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Toplam örneklemin %70.7’si kadın (n=3751), %29.3’i erkektir (n=1558). Eğitim seviyesi bakımından örneklemin

- %21.7'si Lisansüstü (Yüksek Lisans ve Doktora),
- %64.0'ı Üniversite,
- %12.0'ı Lise,
- %1.9'u Ortaokul,
- %0.4'ü ise İlkokul ve öncesinde öğrenim görmektedir.

3.3.Prosedür

TURBAHAR COVID-19 Projesinde 67 Tez öğrencisi görev almıştır. www.humanations.org platformunda oluşturulan araştırma gruplarına dahil edilmişlerdir. Bu araştırma gruplarında tanımlı olan ölçek ve anketleri kendi sosyal medya hesapları ile paylaşarak verilerin toplanmasında aktif olarak yer almışlardır. Her bir araştırma grubu için temsilci seçilmiştir. Bu temsilciler kendi çalışma gruplarıyla koordineli olarak çalışmalarını sürdürmüştür. Çalışmanın başında iki öğretim üyesi görev almıştır. Tüm çalışanlar bir üst bölge temsilcisine karşı sorumlu olmuştur. Tüm çalışanlar öğretim üyelerine karşı sorumlu olarak çalışmıştır.

Araştırmadaki katılımcılar pandemi koşulları nedeniyle sosyal medya platformları aracılığı ile dahil edilmişlerdir. www.humanations.org platformunda yer alan ölçeklerden önce katılımcılar için hazırlanmış onay formu ve gerekli bilgilendirilmeler yapılmıştır. Bilgilendirme için tüm katılımcılara mail adresleri verilmiştir. Bu mail adreslerine gönderilen mailler cevaplanmıştır. 15 yaş ve üzerinde olan bireyler çalışmaya dahil edilmiştir. Bilgilendirilmiş gönüllü formunun onaylanmasının ardından katılımcılara, içerisinde veri toplama araçlarının bulunduğu ilgili araştırma grubu soruları sunulmuştur. Her bir ölçek kişi için özel olarak hazırlanmış bir kod ile birlikte sunulmuştur. Böylece kişi dilerse testlere daha sonra devam edebilmiştir. Anketlerin doldurulması ortalama 45 dakika almıştır. Uygulamanın daha sonra devam edilebilmesinden dolayı katılımcılara ölçeklerin doldurulması için herhangi bir zaman sınırlaması getirilmemiştir. Çalışmanın Etik Kurulu Onayı Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurul'dan alınmıştır.

Ekipler Aralık 2020 Tarihinde paylaşımlara başlamışlardır. Verilerin toplanması Şubat 2021 tarihinde tamamlanmıştır. Bütün verilerden tek bir veri havuzu oluşturulmuş ve SPSS 21 Programına yüklenmiştir. Veriler düzenlenmiştir. Eksik ve hatalı verilerin çıkartılmasıyla 20808 kişinin verileri analize tabii tutulmuştur.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, istenilen verilerin toplanmasında demografik bilgilere ilişkin soruların olduğu araştırmacı tarafından hazırlanmış Sosyodemografik Bilgi Formu, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu kullanılmıştır. Bütün katılımcılar kendilerine verilen kitapçığın ilk sayfasında yer alan gönüllülük esasına göre çalışmaya katıldıklarını beyan ettikleri bir onam formu imzalamışlardır. Katılımcıların imzaladıkları onam formunda çalışmanın kısaca açıklanmış amacına yer verilmiş ve katılımcıların ölçek ve anketleri cevaplamaları istenmiştir.

3.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu:

Katılımcıların yaş, eğitim, medeni durum, cinsiyet, çocuk sayısı, çalışan sayısı, sigara, alkol, madde kullanım özellikleri, psikiyatri tedavisi başvuru öyküleri, gelir düzeyi, yaşanan yer, beden kitle indeksi ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu tanısı sorularını sorduk. Bu soruları aşağıdaki gibi seçeneklerle sınıflandırdık.

Medeni: Evli, bekar, ayrılmış.

Eğitim: İlkokul, ortaokul, lise, üniversite, lisansüstü

Çocuk Sayısı: 0-8 ve üstü

Çalışma durumu: Çalışıyor, çalışmıyor, emekli

Psikiyatri Tedavisi : Alıyor, almamış, daha önce almış vb.

3.4.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Ölçüm modelinin uyum indeksleri incelendiğinde tek boyutlu modelinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ($\chi^2=11.98$, $df=9$, $p=0.214$; CFI=0.99; TLI=0.98; SRMR=0.039; RMSEA=0.046). Ölçeğin faktör yükleri 0.48-0.89 arasındadır. Güvenirlilik: Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları 0.42-0.80 arasındadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.83 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı, AFA örnekleminde 0.83, DFA örnekleminde 0.82, ölçüt bağıntılı geçerlilik örnekleminde 0.82, testtekrar test ilk uygulama örnekleminde 0.84, ikinci uygulama örnekleminde 0.83, çalışan örnekleminde 0.80 olarak bulunmuştur. Ölçeğin üç hafta arayla 51

katılımcıya yeniden uygulanmasından elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam test korelasyonları tüm çalışma gruplarında 0.30'un üzerinde bulunmuştur (Demirci, 2019).

3.4.3.Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu

Dürtüsellik değerlendirilmede kullanılan öz bildirim ölçeğidir. On beş maddeden oluşur ve kendi içinde üç alt ölçeği vardır: dikkat (dikkatsizlik, bilişsel düzensizlik), motor (motor dürtüsellik, sabırsızlık) ve plan yapmama (kontrolünü sağlayamama, bilişsel karışıklığa tahammülsüzlük). BDÖ-11-KF değerlendirilirken 4 farklı alt puan elde edilir: Toplam puan, plan yapmama, dikkat ve motor dürtüsellik puanları. Toplam BDÖ-11-KF puanı ne kadar yüksekse hastanın dürtüsellik düzeyi o kadar yüksektir. BDÖ-11'in ilk versiyonu anksiyete ve dürtüsellik arasındaki ilişkiyi araştıran Barratt tarafından 1959 yılında geliştirilmiştir. 2007 yılında bizim kullandığımız kısa formu geliştirilmiştir. BDÖ-11'in kısa formunun Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tamam ve arkadaşları (2013) tarafından yapılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1 Örneklemenin İncelenmesi

4.1.1 Sosyodemografik Özellikler

Çalışmada yer alan katılımcılara ait sosyodemografik bilgilerinin sıklık dağılımı ve yüzde değerleri Frekans Analizi ile incelenmiş ve sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 4.1 Örnekleme Ait Tanımlayıcı İstatistik Bulgular

Faktör	Değişken	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	1558	29.3
	Kadın	3751	70.7
Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	1151	21.7
	Üniversite	3398	64.0
	Lise	639	12.0
	Ortaokul	102	1.9
	İlkokul ve öncesi	19	0.4
Medeni Durum	Evli	818	15.4
	Bekar	4379	82.5
	Boşanmış/Dul	112	2.1
Çalışma Durumu	Çalışıyor	1617	30.5
	Çalışmıyor	3640	68.6
	Emekli	52	1.0
Gelir Düzeyi	10001 TL ve üzeri	157	3.0
	7001-10000 TL	210	4.0
	5001-7000 TL	406	7.6
	4001-5000 TL	390	7.3
	Asgari ücret – 4000 TL	603	11.4
	Asgari ücret	516	9.7
	Gelir yok	3027	57.0
Yaşanan Yer	Büyükşehir	3674	69.2
	Şehir	687	12.9
	İlçe	799	15.0
	Kasaba/Köy	149	2.8
Sigara Kullanımı	Evet	1357	25.6
	Hayır	3644	68.6
	Bıraktım	308	5.8
Alkol Kullanımı	Evet	1571	29.6
	Hayır	3545	66.8
	Bıraktım	193	3.6
Yaş	29 yaş ve altı	4401	83.0
	30-39 yaş	539	10.2
	40-64 yaş	362	6.8
	65 yaş ve üzeri	2	0.0

Araştırmada yer alan öğrencilerin cinsiyetlerine yönelik dağılım incelendiğinde 1558 (%29.3) kişinin erkek, 3751 (%70.7) kişinin kadın olduğu görülmektedir.

Eğitim düzeylerine dair katılımcıların dağılımları incelendiğinde 1151 (%21.7) kişinin lisansüstü, 3398 (%64.0) kişinin üniversite, 639 (%12.0) kişinin lise, 102 (%1.9) kişinin ortaokul ve 19 (%0.4) kişinin ilkokul ve öncesi eğitim düzeyine sahip olduğu görülmektedir.

Medeni duruma göre katılımcıların dağılımları incelendiğinde 818 (%15.4) kişinin evli, 4379 (%82.5) kişinin bekar, 112 (%2.1) kişinin boşanmış/dul olduğu saptanmıştır.

Çalışma durumuna dair dağılım incelendiğinde 1617 (%30.5) katılımcının çalıştığı, 3640 (%68.6) katılımcının çalışmadığı ve 52 (%1) katılımcının emekli olduğu görülmektedir.

Gelir düzeyine yönelik dağılım incelendiğinde 157 (%3.0) kişinin 10001 TL ve üzeri düzeyde, 210 (%4.0) kişinin 7001-10000 TL düzeyinde, 406 (%7.6) kişinin 5001-7000 TL düzeyinde, 390 (%7.3) kişinin 4001-5000 TL düzeyinde, 603 (%11.4) kişinin asgari ücret-4000 TL düzeyinde, 516 (%9.7) kişinin asgari ücret düzeyinde gelirleri olduğu, 3027 (%57.0) kişinin gelirleri olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların yaşadıkları yere dair dağılım incelendiğinde 3674 (%69.2) kişinin büyükşehirde, 687 (%12.9) kişinin şehirde, 799 (%15.0) kişinin ilçede, 149 (%2.8) kişinin kasaba/köyde yaşadığı görülmektedir.

Sigara kullanımına yönelik katılımcıların dağılımları incelendiğinde 1357 (%25.6) kişinin sigara kullandığı, 3644 (%68.6) kişinin sigara kullanmadığı ve 308 (%5.8) kişinin sigarayı bıraktığı görülmektedir.

Alkol kullanımına yönelik katılımcıların dağılımları incelendiğinde 1571 (%29.6) kişinin alkol kullandığı, 3545 (%66.8) kişinin alkol kullanmadığı ve 193 (%3.6) kişinin alkolü bıraktığı görülmektedir.

Yaş değişkenine göre dağılım incelendiğinde 4401 (%83.0) kişinin 29 yaş ve altı grubunda, 539(%10.2) kişinin 30-39 yaş grubunda, 362 (%6.8) kişinin 40-64 yaş grubunda ve 2 (%0.0) kişinin 65 yaş ve üzeri grubunda yer aldığı görülmektedir.

4.2 Ölçeklerin İncelenmesi

4.2.1 Ölçeklerin Normallik Dağılımları

Araştırmanın örneklem büyüklüğü 100'ün üzerinde olduğu için araştırmada parametrik testler uygulanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2001).

4.3. Araştırma Değişkenlerinin İlişisinin İncelenmesine Dair Bulgular

Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla çalışmada yer alan tüm değişkenler arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısına bakılmıştır. Değişkenlerin Korelasyon katsayıları Tablo 4.2.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.2 Ölçekler Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
(1) Sosyal Medya Bağımlılığı	r	1				
(2) Barratt Dürtüsellik Planlama Yetersizliği	r	-0.156***	1			
(3) Barratt Dürtüsellik Motor Dürtüsellik	r	0.296***	-0.232***	1		
(4) Barratt Dürtüsellik Dikkat Dürtüsellik	r	0.329***	-0.496**	0.569***	1	
(5) Barratt Dürtüsellik Toplam	r	0.279***	0.178***	0.802***	0.656***	1

*** $p < 0.001$: İstatistiksel olarak anlamlı

Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı sonuçlarına göre, Sosyal Medya Bağımlılığı toplam puanı ile Planlama Yetersizliği ($r = -0.156, p < .001$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuşken; Motor Dürtüsellik ($r = 0.296, p < .001$), Dikkat Dürtüsellik ($r = 0.329, p < .001$) ve Barratt Dürtüsellik Toplam puanı ($r = 0.279, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Planlama Yetersizliği ile Motor Dürtüsellik ($r = -0.232, p < .001$) ve Dikkat Dürtüsellik ($r = -0.496, p < .001$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuşken, Barratt Dürtüsellik Toplam puanı ($r = 0.178, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki gözlenmiştir.

Motor Dürtüsellik ile Dikkat Dürtüsellik ($r = 0.569, p < .001$) ve Barratt Dürtüsellik Toplam puanı ($r = 0.802, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Dikkat Dürtüsellik ile Barratt Dürtüsellik Toplam puanı ($r = 0.656, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

4.4. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Cinsiyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Bağımsız Gruplarda t-Testi Analizi sonuçları Tablo 4.3'te verilmiştir.

Tablo 4.3 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Cinsiyet Arasındaki İlişkiye Ait t-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	SS	t	p
Planlama	Erkek	943	14.95	3.20	-0.1531	0.878
Yetersizliği	Kadın	2240	14.96	3.04		
Motor Dürtüsellik	Erkek	943	9.93	2.86	2.6834	0.007*
	Kadın	2240	9.63	2.89		
Dikkat Dürtüsellik	Erkek	943	8.63	3.22	0.0601	0.952
	Kadın	2240	8.62	3.12		
Barratt Dürtüsellik	Erkek	943	33.50	5.02	1.5199	0.129
	Kadın	2240	33.21	4.84		
Toplam	Erkek	943	14.38	5.13	-10.0878	< .001*
	Kadın	3105	16.15	5.35		

* İstatistiksel olarak anlamlı

Analiz sonuçlarına göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği alt boyutlarından Motor Dürtüsellik ile Sosyal Medya Bağımlılığı cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Erkek katılımcıların Motor Dürtüsellik ($t(3181)=2.6834$; $p<.001$) puanları kadın katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksek olarak saptanmıştır. Kadın katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı ($t(4399)=-10.0878$; $p<.001$) puanları ise erkek katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksek olarak saptanmıştır.

4.5. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Porno İzleme Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının porno izleme durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Bağımsız Gruplarda t-Testi Analizi sonuçları Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4.4 Örneklemenin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Porno İzleme Durumu Arasındaki İlişkiye Ait t-Testi Sonuçları

	Porno İzleme	n	$\bar{x}$	SS	t	p
Planlama	Evet	848	14.92	3.17	-0.839	0.401
Yetersizliği	Hayır	1317	15.03	3.11		
Motor Dürtüsellik	Evet	848	9.92	2.91	1.558	0.119
	Hayır	1317	9.72	2.95		
Dikkat Dürtüsellik	Evet	848	8.77	3.21	1.466	0.143
	Hayır	1317	8.56	3.24		
Barratt Dürtüsellik	Evet	848	33.61	4.85	1.309	0.191
Toplam	Hayır	1317	33.32	5.25		
Sosyal Medya	Evet	1453	15.89	5.47	2.262	0.024*
Bağımlılığı	Hayır	2734	15.50	5.25		

* İstatistiksel olarak anlamlı

Yapılan analiz sonuçlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı porno izleme durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Porno izleyen katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı (t (4185)=2.262; $p<.001$) puanları porno izlemeyen katılımcılara göre anlamlı derecede farklı ve yüksek olarak saptanmıştır.

4.6. Dürtüsellik İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik eğitimi düzeyine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.5'te verilmiştir.

Tablo 4.5 Örneklemenin Dürtüsellik Puanları İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	Lisansüstü	841	15.72	2.74	17.953	< .001 *	1-2
	Üniversite	2466	14.96	3.03			1-3
	Lise	470	14.39	3.38			1-4
	Ortaokul	76	14.26	3.63			2-3
	İlkokul ve öncesi	13	14.46	3.97			
Motor Dürtüsellik	Lisansüstü	841	8.84	2.47	21.203	< .001 *	1-2
	Üniversite	2466	9.71	2.88			1-3
	Lise	470	9.85	3.01			1-5
	Ortaokul	76	8.71	3.10			2-4
	İlkokul ve öncesi	13	12.31	5.30			2-5
							3-4
							3-5
	Lisansüstü	841	7.74	2.66	19.885	< .001 *	4-5

	Üniversite	2466	8.46	3.07		1-3
	Lise	470	9.17	3.46		1-4
	Ortaokul	76	9.14	3.56		1-5
	İlkokul ve öncesi	13	10.92	4.66		2-3
	Lisansüstü	841	32.30	4.42		2-5
	Üniversite	2466	33.13	4.83		1-2
	Lise	470	33.40	5.19	7.119	1-3
	Ortaokul	76	32.12	5.91	< .001*	1-5
	İlkokul ve öncesi	13	37.69	10.55		2-5
						3-5
						4-5

* İstatistiksel olarak anlamlı

Yapılan analiz sonuçlarına göre Planlama Yetersizliği ($F_{(4,81.3)}=17.953$; $p<0.001$), Motor Dürtüsellik ($F_{(4,81.2)}=21.203$; $p<0.001$), Dikkat Dürtüsellik ($F_{(4,81.2)}=19.885$; $p<0.001$) ve Barratt Dürtüsellik Toplam ($F_{(4,81.1)}=7.119$; $p<0.001$) ile eğitim düzeyi arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Planlama Yetersizliği için; lisansüstü eğitim düzeyinin üniversite, lise ve ortaokul eğitim düzeyleri ile arasında anlamlı fark vardır. Üniversite eğitim düzeyinin lise eğitim düzeyi ile arasında anlamlı fark vardır. Buna göre lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların Planlama Yetersizliği puanlarının eğitim düzeyi üniversite, lise ve ortaokul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Motor Dürtüsellik için; lisansüstü eğitim düzeyinin üniversite, lise, ortaokul, ilkokul ve öncesi eğitim düzeyleri ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. İlkokul ve öncesi eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların Motor Dürtüsellik puanlarının eğitim düzeyi lisansüstü, üniversite, lise ve ortaokul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dikkat Dürtüsellik için; lisansüstü eğitim düzeyinin üniversite, lise, ortaokul, ilkokul ve öncesi eğitim düzeyleri ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. İlkokul ve öncesi eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların Dikkat Dürtüsellik puanlarının eğitim düzeyi lisansüstü, üniversite, lise ve ortaokul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Barratt Dürtüsellik Toplam için; ilkokul ve öncesi eğitim düzeyinin lisansüstü, üniversite, lise ve ortaokul eğitim düzeyleri ile aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. İlkokul ve öncesi eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının eğitim düzeyi lisansüstü, üniversite, lise ve ortaokul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.7. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Medeni Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının medeni duruma göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.6’da verilmiştir.

Tablo 4.6 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Medeni Durum Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Medeni Durum	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evli	818	13.52	5.17	61.951	< .001*	1-2 2-3
	Bekar	4379	15.59	5.35			
	Boşanmış/Dul	112	13.25	5.49			
Planlama Yetersizliği	Evli	559	15.46	2.88	7.803	< .001*	1-2
	Bekar	3224	14.96	3.08			
	Boşanmış/Dul	83	15.49	3.27			
Motor Dürtüsellik	Evli	559	8.61	2.64	38.302	< .001*	1-2 1-3
	Bekar	3224	9.68	2.85			
	Boşanmış/Dul	83	9.63	3.37			
Dikkat Dürtüsellik	Evli	559	7.42	2.45	49.955	< .001*	1-2
	Bekar	3224	8.59	3.14			
	Boşanmış/Dul	83	8.07	3.50			
Barratt Dürtüsellik Toplam	Evli	559	31.49	4.26	38.223	< .001*	1-2 1-3
	Bekar	3224	33.23	4.86			
	Boşanmış/Dul	83	33.19	6.74			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Analiz sonuçlarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı ($F_{(2,280.1)}=61.951$; $p<0.001$), Planlama Yetersizliği ($F_{(2,205)}=7.803$; $p<0.001$), Motor Dürtüsellik ($F_{(2,204)}=38.302$; $p<0.001$), Dikkat Dürtüsellik ($F_{(2,206)}=49.955$; $p<0.001$) ve Barratt Dürtüsellik Toplam ($F_{(2,203)}=38.223$;

$p<0.001$) ile medeni durum arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Planlama Yetersizliği için; evli ve bekar grupları arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Evli olan katılımcıların Planlama Yetersizliği puanlarının bekar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Motor Dürtüsellik için; evli grubunun bekar ve boşanmış/dul grupları ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Bekar olan katılımcıların Motor Dürtüsellik puanlarının evli ve boşanmış/dul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dikkat Dürtüsellik için; evli ve bekar grupları arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Bekar olan katılımcıların Dikkat Dürtüsellik puanlarının evli olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Barratt Dürtüsellik Toplam için; evli grubunun bekar ve boşanmış/dul grupları ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Bekar olan katılımcıların Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının evli ve boşanmış/dul olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı için; bekar grubunun evli ve boşanmış/dul grupları ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Boşanmış/dul olan katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı puanlarının evli ve bekar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.8. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Gelir Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının gelir düzeyi göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Gelir Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Gelir Düzeyi	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	10001 TL ve üzeri	129	16.06	2.69	5.653	< .001*	1-5 1-6 1-7 4-7
	7001-10000 TL	135	15.29	2.87			
	5001-7000 TL	270	15.25	3.16			
	4001-5000 TL	293	15.48	3.03			
	Asgari ücret – 4000 TL	480	15.04	2.90			
	Asgari ücret	367	15.14	3.38			
	Gelir yok	2192	14.87	3.04			
Motor Dürtüsellik	10001 TL ve üzeri	129	9.02	2.57	2.154	0.046	
	7001-10000 TL	135	9.37	2.73			
	5001-7000 TL	270	9.23	2.80			
	4001-5000 TL	293	9.74	3.11			
	Asgari ücret – 4000 TL	480	9.76	3.00			
	Asgari ücret	367	9.61	2.91			
	Gelir yok	2192	9.51	2.80			
Dikkat Dürtüsellik	10001 TL ve üzeri	129	7.22	2.53	9.288	< .001*	1-5 1-6 1-7 3-7
	7001-10000 TL	135	8.21	3.03			
	5001-7000 TL	270	7.80	2.94			
	4001-5000 TL	293	8.18	3.07			
	Asgari ücret – 4000 TL	480	8.24	3.08			
	Asgari ücret	367	8.36	3.26			
	Gelir yok	2192	8.64	3.08			

Tablo 4.7 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Gelir Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları Devam

	Gelir Düzeyi	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Barratt Dürtüsellik Toplam	10001 TL ve üzeri	129	32.31	4.13			
	7001-10000 TL	135	32.87	4.77			
	5001-7000 TL	270	32.28	4.91			
	4001-5000 TL	293	33.40	5.55	1.834	0.090	
	Asgari ücret – 4000 TL	480	33.04	5.35			
	Asgari ücret	367	33.11	4.54			
	Gelir yok	2192	33.02	4.73			
Sosyal Medya Bağımlılığı	10001 TL ve üzeri	157	12.94	5.21			1-5
	7001-10000 TL	210	13.28	5.23			1-6
							1-7
	5001-7000 TL	406	14.14	5.25			2-5
							2-6
	4001-5000 TL	390	14.00	5.40	24.292	< .001*	2-7
	Asgari ücret – 4000 TL	603	14.71	5.08			3-6
							3-7
	Asgari ücret	516	15.27	5.27			4-6
							4-7
							5-7
	Gelir yok	3027	15.87	5.37			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Yapılan analiz sonuçlarına göre Planlama Yetersizliği ($F_{(6,661)}=5.653$; $p<0.001$) ve Dikkat Dürtüsellik ($F_{(6,664)}=9.288$; $p<0.001$), Sosyal Medya Bağımlılığı ($F_{(6,906)}= 24.292$; $p<0.001$) ile gelir düzeyi arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Planlama Yetersizliği için; 10001 TL ve üzeri gelir düzeyinin Asgari ücret-4000 TL, Asgari ücret ve gelir düzeyi yok grupları ile anlamlı farkı bulunmaktadır. 4001-5000 TL gelir düzeyinin gelir yok grubu ile farkı bulunmaktadır. Belirtilen düzeylerin birbirleri ile aralarındaki anlamlı farktan kaynaklanan anlamlılık sonuçlarına göre 10001 TL ve üzeri gelir düzeyine sahip olan katılımcıların Planlama Yetersizliği puanlarının 4001-5000 TL, Asgari ücret-4000 TL, Asgari ücret ve gelir düzeyi yok gruplarından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dikkat Dürtüsellik için; 10001 TL ve üzeri gelir düzeyinin Asgari ücret-4000 TL, Asgari ücret ve gelir düzeyi yok grupları ile anlamlı farkı bulunmaktadır. 5001-7000 TL grubunun gelir yok grubu ile anlamlı farkı bulunmaktadır. Belirtilen düzeylerin birbirleri ile aralarındaki

anlamli farktan kaynaklanan anlamlılık sonuçlarına göre, geliri bulunmayan katılımcıların Dikkat Dürtüsellik puanlarının diğeri gelir düzeyi gruplarından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı için; Gelir düzeyi bulunmayan grubun 10001 TL ve zeri, 7001-10000 TL, 5001-7000 TL, 4001-5000 TL, Asgari cret-4000 TL grupları ile anlamlı farkı bulunmaktadır. Asgari cret grubunun, 10001 TL ve zeri, 7001-10000 TL, 5001-7000 TL, 4001-5000 TL grupları ile anlamlı farkı bulunmaktadır. Belirtilen düzeylerin birbirleri ile aralarındaki anlamlı farktan kaynaklanan anlamlılık sonuçlarına göre, gelir yok grubunun Sosyal Medya Bağımlılığı puanlarının diğeri gelir düzeyi gruplarından daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.9 Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Sigara Kullanma Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının sigara kullanma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8 rneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Sigara İçme Durumu Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Sigara Kullanım Durumu	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	Evet	1156	14.87	3.12	2.95	0.053	
	Hayır	2498	15.13	3.02			
	Bıraktım	212	14.92	3.12			
Motor Dürtüsellik	Evet	1156	10.12	3.00	36.37	< .001*	1-2
	Hayır	2498	9.24	2.75			
	Bıraktım	212	9.67	2.79			
Dikkat Dürtüsellik	Evet	1156	8.62	3.23	4.75	0.009*	1-2
	Hayır	2498	8.29	3.00			
	Bıraktım	212	8.59	3.17			
	Evet	1156	33.62	4.99	15.04	< .001*	1-2

Barratt Dürtüsellik Toplam	Hayır	2498	32.66	4.80			
	Bıraktım	212	33.18	4.54			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	1357	14.76	5.49			
	Hayır	3644	15.37	5.33	6.391	0.002*	1-2
	Bıraktım	308	15.46	5.44			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Analiz sonuçlarına göre Motor Dürtüsellik ($F_{(2,564)}=36.37$; $p<0.001$) ve Dikkat Dürtüsellik ($F_{(2,560)}=4.75$; $p<0.05$), Barratt Dürtüsellik Toplam ($F_{(2,572)}=15.04$; $p<0.001$) ve Sosyal Medya Bağımlılığı ($F_{(2,797.2)}= 6.391$; $p<0.001$) ile sigara kullanım durumu arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Motor Dürtüsellik için; evet grubunun hayır grubu ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Sigara kullanan grubun Motor Dürtüsellik puanlarının sigara kullanmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dikkat Dürtüsellik için; evet grubunun hayır grubu ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Sigara kullanan grubun Dikkat Dürtüsellik puanlarının sigara kullanmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Barratt Dürtüsellik Toplam için; evet grubunun hayır grubu ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Sigara kullanan grubun Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının sigara kullanmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı için; evet grubunun hayır grubu ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Sigara kullanmayan grubun Sosyal Medya Bağımlılığı puanlarının sigara kullanan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.10. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Alkol Kullanma Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının alkol kullanma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.9’da verilmiştir.

Tablo 4.9 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Alkol Kullanma Durumu Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Alkol Kullanım Durumu	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	Evet	1293	15.05	3.13	0.0300	0.970	
	Hayır	2437	15.05	3.02			
	Bıraktım	136	14.98	3.16			
Motor Dürtüsellik	Evet	1293	9.83	2.90	21.2822	< .001*	1-2
	Hayır	2437	9.31	2.80			1-3
	Bıraktım	136	10.49	2.95			2-3
Dikkat Dürtüsellik	Evet	1293	8.46	3.14	2.7096	0.068	
	Hayır	2437	8.35	3.03			
	Bıraktım	136	9.01	3.39			
Barratt Dürtüsellik Toplam	Evet	1293	33.33	4.67	13.0025	< .001*	1-2
	Hayır	2437	32.71	4.92			1-3
	Bıraktım	136	34.48	5.18			2-3
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	1571	15.06	5.56	0.969	0.380	
	Hayır	3545	15.29	5.30			
	Bıraktım	193	15.25	5.45			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Yapılan analiz sonuçlarına göre Motor Dürtüsellik ($F_{(2,363)}=21.2822$; $p<0.001$) ve Barratt Dürtüsellik Toplam ($F_{(2,363)}=13.0025$; $p<0.001$) ile alkol kullanım durumu arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Motor Dürtüsellik için; bıraktım grubunun evet ve hayır grupları ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Alkol kullanımı bırakmış olan katılımcıların Motor Dürtüsellik puanlarının alkol kullanan ve kullanmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Barratt Dürtüsellik Toplam için; bıraktım grubunun evet ve hayır grupları ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Alkol kullanımı bırakmış olan katılımcıların Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının alkol kullanan ve kullanmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.11. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Psikiyatrik Tedavi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik sisteminin ve sosyal medya bağımlılığının psikiyatrik tedavi değişkenine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.10’da verilmiştir.

Tablo 4.10 Örneklemenin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Psikiyatrik Tedavi Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Psikiyatrik Tedavi	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	Evet, daha önce	763	14.75	3.27	15.49	< .001 *	1-2
	Evet, şu an	201	14.03	3.34			1-3
	Hayır	2902	15.19	2.96			2-3
Motor Dürtüsellik	Evet, daha önce	763	10.06	3.02	33.70	< .001 *	1-2
	Evet, şu an	201	10.66	3.18			1-3
	Hayır	2902	9.31	2.75			2-3
Dikkat Dürtüsellik	Evet, daha önce	763	9.02	3.39	36.29	< .001 *	1-2
	Evet, şu an	201	9.66	3.35			1-3
	Hayır	2902	8.16	2.93			2-3
Barratt Dürtüsellik Toplam	Evet, daha önce	763	33.84	5.21	25.69	< .001 *	1-3
	Evet, şu an	201	34.35	4.68			2-3
	Hayır	2902	32.66	4.73			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet, daha önce	954	15.86	5.73	13.829	< .001 *	1-3
	Evet, şu an	242	16.33	5.67			2-3
	Hayır	4113	15.01	5.26			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Analiz sonuçlarına göre Planlama Yetersizliği ($F_{(2,485)}=15.49$; $p<0.001$), Motor Dürtüsellik ($F_{(2,483)}=33.70$; $p<0.001$), Dikkat Dürtüsellik ($F_{(2,482)}=36.29$; $p<0.001$), Barratt Dürtüsellik Toplam ($F_{(2,495)}=25.69$; $p<0.001$) ve Sosyal Medya Bağımlılığı ($F_{(2,583)}=13.829$; $p<0.001$) ile psikiyatrik tedavi değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır.

Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre;

Planlama Yetersizliği için; hayır grubunun evet, daha önce ve evet, şu an gruplarıyla aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Daha önce psikiyatrik tedavi almamış olan grubun Planlama Yetersizliği puanlarının şu an psikiyatrik tedavi alan ve daha önce psikiyatrik yardım almış olan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Motor Dürtüsellik için; hayır grubunun evet, daha önce ve evet, şu an gruplarıyla aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Şu an psikiyatrik tedavi alan grubun Motor Dürtüsellik puanlarının önceden psikiyatrik tedavi almış ve psikiyatrik yardım almamış katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dikkat Dürtüsellik için; hayır grubunun evet, daha önce ve evet, şu an gruplarıyla aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Şu an psikiyatrik tedavi alan grubun Dikkat Dürtüsellik puanlarının önceden psikiyatrik tedavi almış ve psikiyatrik yardım almamış katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Barratt Dürtüsellik Toplam için; hayır grubunun evet, daha önce ve evet, şu an gruplarıyla aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Şu an psikiyatrik tedavi alan grubun Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının önceden psikiyatrik tedavi almış ve psikiyatrik yardım almamış katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı için; hayır grubunun evet, daha önce ve evet, şu an gruplarıyla aralarındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Şu an psikiyatrik tedavi alan grubun Sosyal Medya Bağımlılığı puanlarının önceden psikiyatrik tedavi almış ve psikiyatrik yardım almamış katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.12. Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı İle Yaşanan Yer Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının yaşanan yere göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Tablo 4.11’de verilmiştir.

Tablo 4.11 Örneklemin Dürtüsellik ve Sosyal Medya Bağımlılığı Puanları İle Yaşanan Yer Arasındaki İlişkiye Ait ANOVA Sonuçları

	Yaşanan Yer	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
Planlama Yetersizliği	Büyükşehir	2782	15.16	3.02	5.470	0.001*	1-2
	Şehir	475	14.63	3.21			
	İlçe	508	14.88	3.08			
	Kasaba/Köy	101	14.54	3.06			
Motor Dürtüsellik	Büyükşehir	2782	9.49	2.83	2.282	0.079	
	Şehir	475	9.80	2.93			
	İlçe	508	9.52	2.96			
	Kasaba/Köy	101	9.14	2.51			
Dikkat Dürtüsellik	Büyükşehir	2782	8.38	3.08	0.247	0.864	
	Şehir	475	8.44	3.12			
	İlçe	508	8.51	3.05			
	Kasaba/Köy	101	8.42	3.07			
Barratt Dürtüsellik Toplam	Büyükşehir	2782	33.04	4.88	1.372	0.251	
	Şehir	475	32.86	4.69			
	İlçe	508	32.91	4.87			
	Kasaba/Köy	101	32.10	4.89			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Büyükşehir	3674	15.19	5.37	0.435	0.728	
	Şehir	687	15.35	5.56			
	İlçe	799	15.16	5.30			
	Kasaba/Köy	149	15.59	5.38			

* İstatistiksel olarak anlamlı

Analiz sonuçlarına göre Planlama Yetersizliği ($F_{(3,394)}=5.470$; $p \leq 0.001$) ile yaşanan yer arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmaktadır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey Post-Hoc testi sonuçlarına göre büyükşehir grubunun şehir grubu ile arasındaki anlamlı farktan kaynaklandığı görülmektedir. Büyükşehirde yaşayan katılımcıların Planlama Yetersizliği puanlarının şehirde yaşayan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmada öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasındaki ilişki hakkında bilgi edinmek amaçlanmıştır. Ayrıca bu değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, yaşanan yer, sigara ve alkol kullanımı gibi durumlara göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Elde edilen bulgular bu bölümde alanyazında var olan benzer ya da farklı sonuçlarla birlikte ele alınarak tartışılacaktır.

TURBAHAR COVID-19 çalışmasına dahil olan katılımcıların 20808 sosyodemografik özelliğe sahip bireylerden 5309'u sosyal medya bağımlılığı ölçeğini dolduran öğrencilerdir ve çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Toplam örneklemin %70.7'si kadın (n=3751), %29.3'ü erkektir (n=1558). Ancak söz konusu çalışma verileri ortak bir havuzda toplandığı için örneklem sayıları, kullanılan ölçekleri dolduran kişilerin farklı olması sebebiyle ölçekler bazında farklılaşmaktadır.

Cinsiyet değişkeninin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisine bakıldığında sosyal medya bağımlılığının kadınlarda erkeklere göre anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu bulunmuştur (Tablo 4.3). Yazına bakıldığında ise Eşer ve Alkaya (2019), Daşlı ve Baloğlu (2020) yaptığı çalışmaların, mevcut araştırmanın sonucuyla paralellik gösterdiği görülse de Mamun ve ark. (2019), Özdemir (2019), Aljomaa (2016), Çan ve İşbulan (2012) çalışmalarında erkek öğrencilerin sosyal medyaya daha fazla bağımlı oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar dışında cinsiyet değişkeninin sosyal medya bağımlılığı üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur ki bunlardan bazıları Tutgun (2019), Takan (2020), Koç ve Gülyağcı (2013), Baz (2018) tarafından yapılan çalışmalardır. Dolayısıyla alanyazında, öğrencilerde cinsiyet değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki hakkında birbirinden farklı sonuçlara ulaşan birçok araştırmanın varlığı söz konusudur.

Cinsiyet değişkeninin dürtüsellik üzerindeki etkisine bakıldığında dürtüsellik alt boyutlarında motor dürtüsellik erkeklerde anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Tablo 4.3). Dalbudak ve ark. (2013) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada da bizim çalışmamızla benzer olarak erkek öğrencilerde motor dürtüsellik daha yüksek olduğu sonuca ulaşılırken, Gökçe ve ark. (2017) çalışmasında Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanısı alan ergenlerde motor dürtüsellik ve dikkat dürtüsellik kadınlarda erkeklere

göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmamızda dürtüsellik diğer alt boyutlar ve toplam dürtüsellikte ise cinsiyet değişkeninin anlamlı bir fark teşkil etmediği sonucuna ulaşılmıştır. Çakmak ve ark. (2018) çalışmasında benzer olarak cinsiyetin dürtüsellik semptomlarında anlamlı bir fark oluşturmadığı bulgusuna ulaşmıştır.

Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasındaki ilişki incelendiğinde pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.2). Bu bulgu, kişilerin dürtüselligi arttıkça sosyal medya bağımlılıklarının da arttığı ya da sosyal medya bağımlılığı arttıkça dürtüsellik de arttığı şeklinde ifade edilebilirken azalışların da birlikte olacağı şeklinde de söylenebilir. Barratt Dürtüsellik Ölçeği'nin alt boyutları incelendiğinde motor dürtüsellik ve dikkat dürtüsellik boyutlarında sosyal medya bağımlılığı ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken yalnızca planlama yetersizliği alt boyutuyla negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Barratt Dürtüsellik Toplam'da ise anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki vardır. Dürtüsel semptomlara sahip kişilerde ulaşmak istenen bir duruma hemen ulaşma arzusu, plan yapmakta zorlanma ve dikkat güçlükleri gibi durumların sosyal medyanın dikkati cezbeden içerikleri ile birlikte ele alındığında bulguyla paralel olarak bireylerde sosyal medya bağımlılığı varlığında ve şiddetinde dürtüsel semptomların etkisinin olduğu düşünülmektedir.

Yücens ve Üzer (2018) tarafından öğrencilerle yapılan çalışmada internet bağımlılığı ile dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuş olsa da 18-25 yaş arası Üsküdar Üniversitesi öğrencileri ile yapılan bir araştırmada dürtüsellikle internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki tespit edilmiş, dürtüsel özelliklerin çevrimiçi geçirilen zamanı dolayısıyla internet ve sosyal medya kullanımını arttırdığı da ulaşılan sonuçlar arasında olduğu vurgulanmıştır (Ünsalver ve Aktepe,2017). Bir başka üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada da internet bağımlılığı ile dürtüsellik arasında pozitif ilişkinin varlığı tespit edilmiştir (Baltacı, 2021).

Wu ve ark.,(2013), Cernigla ve ark.,(2019) gibi yazındaki birçok araştırma, mevcut tez ile benzer nitelikte, öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Öyle ki söz konusu ilişkiyi inceleyen başka bir araştırmada sosyal medya kullanım süresi 7 yıldan fazla olan öğrencilerin, 1-3 yıl arası kullananlara göre dürtüselliklerinin daha yüksek; öz kontrollerinin ise daha düşük olduğu saptanmıştır (Ekşi ve ark.,2019). Uzun yıllar sosyal medya kullanan kişilerin dürtüsel semptomlarında artış olma ihtimali de değişkenler arasındaki ilişkinin farklı açıdan bakılmasına olanak sağlamaktadır.

Porno izleyen öğrencilerde izlemeyenlere göre sosyal medya bağımlılığı anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.4). Bu bulguyu destekler nitelikte, internet bağımlısı bireylerin %60'ının pornografiye karşı oldukça fazla ilgili ve erotik içerikli diyaloglarda bulundukları sonucuna ulaşılmıştır (<https://tr.wikipedia.org>, Erişim tarihi: 06.06.2021). Öğrencilerde dürtüsellik ile porno izleme arasındaki ilişkiye bakıldığında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur. (Tablo 4.4). Alanyazın tarandığında bu bulgudan farklı olarak 18-66 yaş arası bireylerin katıldığı bir çalışmada dürtüsellikle porno izleme arasında anlamlı bir ilişki bulunurken (Wetterneck ve ark., 2012), benzer ilişki 18-40 yaş arası bireylerin incelendiği çalışmada da tespit edilmiştir (Antons ve Brand, 2018). Öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ile porno izleme davranışı arasındaki ilişkiye yönelik alanyazında daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Katılımcıların dürtüsellik ile eğitim düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır. Dürtüsellik toplamda ilkökul ve öncesi eğitim düzeyine sahip kişilerin dürtüsellik puanları eğitim düzeyleri lisansüstü, üniversite, lise ve ortaokul olanlara göre daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.5). Söz konusu tabloda dürtüsellik alt boyutlarında eğitim düzeyleri ile anlamlı farklılıklar bulunmaktadır.

Medeni duruma göre sosyal medya bağımlılığı farkına bakıldığında boşanmış/dul olan katılımcıların sosyal medya bağımlılığı evli ve bekar olan katılımcılardan daha yüksektir (Tablo 4.6). Alanyazında öğrenci örnekleminde medeni durum açısından oldukça sınırlı sayıda araştırma mevcut olması sebebiyle bu noktada mevcut bulgu önem arz etmektedir. Söz konusu bulguyla paralel olarak Taş (2020) tarafından yürütülen ve evli ya da boşanmış bireylerin internet bağımlılık düzeylerini saptamaya yönelik çalışmada boşanmış bireylerin internet bağımlılığı düzeylerinin evli bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

TURBAHAR araştırması incelendiğinde ise evli katılımcıların %32.7'sinin, bekar katılımcıların %53.4'ünün, boşanmış ya da ayrılmış katılımcıların %32.2'sinin sosyal medya bağımlılığı için yüksek riskli olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla araştırmamızın aksine, bekarlar sosyal medya bağımlılığı açısından diğer medeni durumlara göre daha riskli bulunmuştur (Ünüböl ve Hızlı Sayar, 2019). Benzer olarak, yaşları 13-50 ve üstü aralığında katılımcılardan oluşan bir çalışmada bekarların sosyal medya kullanımları evlilere nazaran anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (Duman, 2021).

Karasu ve ark. (2017) lisans öğrencileri ile yaptığı çalışmada ise medeni durumun internet bağımlılığı üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer olarak, Alzougool (2018) yetişkin bireylerle yapılan çalışmada medeni durumun Facebook bağımlılığı üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı bulunmuştur. Alanyazında bu konuda da farklı sonuçlara ulaşmış araştırmaların varlığı söz konusudur.

Dürtüsellik ile medeni durum farkına bakıldığında Barratt Toplam Dürtüsellik'te bekar öğrencilerin, evli ve boşanmış öğrencilere göre anlamlı bir farkla daha dürtüsel oldukları bulgusuna ulaşılmıştır. (Tablo 4.6).

Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığıyla gelir düzeyi arasındaki farklılığa bakıldığında geliri olmayan katılımcıların bağımlılık düzeyleri diğer gelir düzeylerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.7). Sağar (2019) araştırmasında 30-70 arası bireylerde aylık gelir düzeyi 1000-1500 TL olanların sanal toleransı 2000 TL olanlara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunurken Çelik (2017) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ise öğrenci ailelerinin gelir düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gelir düzeyi Barratt Dürtüsellik Toplam ve motor dürtüsellik alt boyutlarında farklılaşmazken, planlama yetersizliği ve dikkat dürtüsellik alt boyutlarında farklılaşmaktadır. 10001 TL ve üzeri gelir düzeyine sahip öğrencilerde planlama yetersizliği düzeyleri diğer gelir gruplarındaki öğrencilerden anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunurken geliri bulunmayan öğrenciler dikkat dürtüsellik düzeyleri diğer gelir gruplarındaki öğrencilerden anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.7). Bu farklılaşmaya ek olarak alanyazında dürtüsellik ile düşük sosyoekonomik düzey arasında doğrusal bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir (Flory ve ark., 2006).

Sosyal medya bağımlılığı ile sigara kullanma ya da kullanmama durumu arasında bir farklılaşmanın olup olmadığına bakılmış ve sigara kullanmayan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı kullananlara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Aynı durum dürtüsellik açısından bakıldığında sigara kullanan öğrencilerin Barratt Dürtüsellik Toplam puanlarının sigara kullanmayanlara göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dürtüsellik alt boyutlarında ise sigara değişkeni planlama yetersizliği alt boyutunda bir farklılaşma oluşturmazken, motor dürtüsellik ve dikkat dürtüsellikte sigara kullanan öğrencilerin puanları daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.8).

Alkol kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılaşma olup olmadığına bakılmış, anlamlı bir farkın olmadığı bulunmuştur. Yaşları 10-19 arasında olan bireylerle yapılan bir çalışmada sosyal medya kullanımı ile alkol kullanımı arasında özellikle cinsiyeti kadın olanlarda pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal medya kullanmayanların alkol kullanımları düşükken sosyal medya kullanımı süreleri arttıkça alkol kullanımının da arttığı vurgulanmıştır (Ng Fat ve ark., 2021). Yine ergenlerle yapılan bir başka çalışmada da internet bağımlılığı ile sorunlu alkol kullanımı ilişkili bulunmuştur (Ko ve ark., 2008). Söz konusu farklılaşma dürtüsellik açısından bakıldığında ise dürtüsellik toplamda ve motor dürtüsellikte alkol kullanımını bırakmış öğrencilerin, hala alkol kullanan ve kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunurken dürtüsellik diğer alt boyutlarında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.9).

Psikiyatrik tedavi alıp almama durumuyla sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılaşmaya bakıldığında şu an psikiyatrik tedavi alan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları geçmişte psikiyatrik tedavi almış ve hiç almamış öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Söz konusu farklılaşma dürtüsellik açısından ise dürtüsellik toplam, motor dürtüsellik ve dikkat dürtüsellikte, şu an psikiyatrik tedavi alan öğrencilerin puanları geçmişte tedavi almış ve hiç tedavi almamış öğrencilere göre daha yüksek bulunurken, Planlama Yetersizliği alt boyutunda ise daha önce psikiyatrik tedavi almamış öğrencilerin puanlarının, şu an tedavi alan ve geçmişte almış olanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.10.).

Yaşanılan yerin sosyal medya bağımlılığıyla farklılık oluşturup oluşturmadığına bakılmış ve büyükşehir, şehir, ilçe ya da köy/kasabada yaşayan öğrenciler arasında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Yaşanılan yer ile dürtüsellik açısından bir farklılık olup olmadığına bakıldığında ise Barratt Dürtüsellik Toplam, dikkat ve motor dürtüsellikte anlamlı bir farklılık olmadığı bulunurken planlama yetersizliği alt boyutunda büyükşehirde yaşayan öğrencilerin şehirde yaşayanlara göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.11).

Bu araştırma, örnekleme bağlı birtakım kısıtlılıkları içermektedir. Araştırma verileri Türkiye Salgın Dönemi Bağımlılık ve Ruh Sağlığı Haritası Projesi (TURBAHAR COVID-19) kapsamında 67 psikolog tarafından ortak bir havuzda toplandığı için farklı ölçekleri farklı sayıda katılımcı doldurmuştur. Araştırmaya katılanların çoğunluğunu kadınlar ve üniversite öğrencilerinden oluşturmaktadır.

İlerde yapılacak olan araştırmada bu kısıtlılıkların göz önünde bulundurulması, kadın ve erkek cinsiyetlerinin dağılımının yakın olduğu örneklemeler üzerinde çalışılması önerilebilir. Ayrıca tüm öğrenci kitlesi üzerinde yapılacak araştırmada öğrenim düzeylerinin de daha eşit dağıldığı bir örneklem tercih edilebilir.

Alanyazında öğrenciler üzerinde sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik ilişkisini inceleyen sınırlı sayıda araştırma olmakla birlikte birçok araştırma yalnızca tek öğrenim düzeyi, üniversite ya da lise gibi, üzerinde yapılmıştır. Örneklemeye bağlı görece sınırlı yorum ve sonuç ortaya çıkmaktadır. Mevcut tez, tüm öğrenci grupları üzerinde yapılmış çok az sayıda araştırmadan biridir. Bu açıdan gelecekte yapılacak benzeri çalışmalar için de örnek teşkil edeceği düşünülmektedir. Ayrıca sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik ile porno izleme ve çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi ve farklılıkları inceleyen yazında sınırlı sayıda çalışma bulunması sebebiyle mevcut çalışmanın bu konuya kaynaklık edeceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu araştırmada öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ile dürtüsellik arasında pozitif korelasyon bulunurken öğrenci örnekleminde sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik konusunda cinsiyet, medeni durum, yaşanan yer ve gelir düzeyi gibi birçok ilgili veri hakkında da çeşitli bulgulara ulaşılmıştır. Çalışma, alanyazın ile karşılaştırıldığında benzer ya da farklı birçok sonucun olduğu görülmüştür. Günümüzde sosyal medyanın ve onu kullananlar üzerindeki etkisinin her geçen gün daha da yaygınlaştığı çeşitli araştırmalarda mevcutken ve sosyal medya ile erken tanışan şimdinin öğrencilerinin de görece yaşlı kişilerden daha fazla maruziyeti söz konusuysa bu konuda daha fazla aydınlatıcı çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

KAYNAKÇA

Abdalqader, M. A., Ariffin, I. A., Ghazi, H. F., AboBakr, M. F., & Fadzil, M. A. (2018). Prevalence of insomnia and its association with social media usage among university students in Selangor, Malaysia, 2018. *Folia Medica Indonesiana*, 54(4), 289.

Aktan, E., (2018). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421.

Aksoy, M. E., (2018). A Qualitative Study on the Reasons for Social Media Addiction. *European Journal of Educational Research*, 7(4), 861-865.

Aksoy, Ö. N., (2019). Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları Balıkesir Örneği. *Anadolu Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 9-24.

Aksu, M. H., Yığman, F., Özdel, K., & Ünver, H. (2019). The relationship between social problem solving, cognitive factors and social media addiction in young adults: a pilot study. *JCBPR* 2019; 8 (3): 164, 169.

Akyazı, E., & Ünal, A. T. (2013). İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Amaç, Benimseme, Yalnızlık Düzeyi İlişkisi Bağlamında Sosyal Ağları Kullanımı. *Global Media Journal: Turkish Edition*, 3(6).

Al Saud, D. F., Alhaddab, S. A., Alhajri, S. M., Alharbi, N. S., Aljohar, S. A., & Mortada, E. M. (2019). The association between body image, body mass index and social media addiction among female students at a Saudi Arabia Public University. *Mal J Med Health Sci.*, 15(1), 16-22.

Alikılıç, Ö., & Onat, F. (2007). Bir Halkla İlişkiler Aracı Olarak Kurumsal Bloglar. *Journal of Yaşar University*, 2(8), 899-927.

Aliusta, Z., Akmanlar, Z., & Gökkaya, F. (2019). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* ; 20(özel sayı.1):10-13

Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A. S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164.

Alzougool, B. (2018, June). Facebook Addiction among Ordinary Users in Jordan. In ECSCM 2018 5th European Conference on Social Media (p. 1). Academic Conferences and publishing limited.

Andreassen CS, Billieux J, Griffiths MD, Kuss DJ, Demetrovics, Z, Mazzoni E, et al.(2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large scale cross-sectional study *Psychol Addict Behav* 2016; 30:252-262

Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive behaviors*, 64, 287-293.

Antons, S., & Brand, M. (2018). Trait and state impulsivity in males with tendency towards Internet-pornography-use disorder. *Addictive Behaviors*, 79, 171-177.

Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.

Arslan, H., Tozkoparan, S. B., & Kurt, A. A. (2019). Öğretmenlerde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3), 237-256.

Atalan Ergin, D. Ergenlerde bağlanma, ana-baba aracılığı ve dürtüselliğin problemli internet kullanımı ile akademik başarıya etkisi/Effect of attachment, parental mediation, impulsivity on problematic internet usage and academic achievement.

Fatih, A., Ahmet, B., Mammadli, T., & 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.

Avcılar, M. Y., & Atalar, S. (2019). Narsistik kişilik özelliklerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi ve gösterişçi tüketim eğilimleri üzerine etkisinin tespiti. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1373-1407.

Ayar, D., Gerçeker, G. Ö., Özdemir, E. Z., & Bektas, M. (2018). The effect of problematic internet use, social appearance anxiety, and social media use on nursing students' nomophobia levels. *CIN: Computers, Informatics, Nursing*, 36(12), 589-595.

Aydın, İ. E. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımları Üzerine Bir Araştırma: Anadolu Üniversitesi Örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (35), 373-386.

Ayeni, P. T. (2019). Social Media Addiction: Symptoms And Way Forward. *The American Journal of Interdisciplinary Innovations and Research*, 1(04), XIX-XLII.

Babacan, M. E. (2016). Sosyal medya kullanım alanları ve bağımlılık ilişkisi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 7-28.+

Balcı, Ş., & Gargalık, E. (2020). Narsistik Kişilik Özellikleri İle Sosyal Medya Kullanımı Arasında Bir Bağlantı Var Mı?. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (44), 125-140.

Balcı, Ş., ve Gölcü, A. (2013). Facebook Addiction Among University Students in Turkey: Selçuk University Example. *Türkiye Araştırmaları Dergisi*, 34, 255- 278.

Balcı, Ş., Karakoç, E., & Nesrin, Ö. Ğ. Ü. T. (2020). Sağlık Çalışanları Arasında Sosyal Medya Bağımlılığı: İki Boyutlu Benlik Saygısının Rolü. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (33), 296-317.

Baltacı, U. B. (2021). İnternet bağımlılığında dürtüsellik ve kaçınmanın yordayıcı rolünün karma yöntemle incelenmesi.

Baş, K., & Diktaş, A. Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının Sosyal Medya Bağımlılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 193-207.

Baz, F. Ç. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine çalışma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 276-295.

Biber, L. (2020). Sosyal Medya, Fomo ve Kuşaklararası Farklılaşma. *Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 26-43.

Bilge, Y., Baydili, K. N., & Gökteş, S. Ş.(2020). Sosyal Medya Bağımlılığını Yordamada Anksiyete, Stres ve Günlük Sosyal Medya Kullanımı: Meslek Yüksekokulu Örneği. *Bağımlılık Dergisi*, 21(3), 223-235.

Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3), 237-247.

Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management*, 7, 155.

Brailovskaia, J., Schillack, H., & Margraf, J. (2020). Tell me why are you using social media (SM)! Relationship between reasons for use of SM, SM flow, daily stress, depression, anxiety, and addictive SM use—An exploratory investigation of young adults in Germany. *Computers in Human Behavior*, 113, 106511.

Bulunmaz, B. (2011). Otomotiv Sektöründe Sosyal Medyanın Kullanımı Ve Fiat Örneği.

Büyükaslan, A., & Kırık, A. M. (2016). Sosyal Medya Araştırmaları III “göz (et) lenen toplumdan göz (et) lenen bireye”. *Konya: Çizgi Kitabevi*.

Büyüksener, E. (2009). Türkiye’de sosyal ağların yeri ve sosyal medyaya bakış. XIV. *Türkiye’de İnternet Konferansı Bildirileri*, 12-13.

Calancie, O., Ewing, L., Narducci, L. D., Horgan, S., & Khalid-Khan, S. (2017). Exploring how social networking sites impact youth with anxiety: A qualitative study of Facebook stressors among adolescents with an anxiety disorder diagnosis. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(4).

Cerniglia, L., Guicciardi, M., Sinatra, M., Monacis, L., Simonelli, A., & Cimino, S. (2019). The use of digital technologies, impulsivity and psychopathological symptoms in adolescence. *Behavioral Sciences*, 9(8), 82.

Cybulska, A., Rachubińska, K., Owczarek, A., Stanisławska, M., & Grochans, E. (2019). Psychosocial contributors to Internet and social media addiction among adult women.

Çakmak, S., Gedikli, H., Demirkol, M. E., & Tamam, L. (2018). Ergenlerde Ebeveyn Ayrılığının Dürtüsellik Üzerine Etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 21(2), 137-147.

Çam, E., ve İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 11(3), 14-19.

Çınar, Ç. Y., & Mutlu, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Yordayıcıları.

Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4).

Çil, S. N. (2020). *Yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının depresyonla ilişkisi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Çömlekçi, M. F., & Başol, O. (2019). Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173-188.

Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S. M. P, Ceballos, N., Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2, 158–167. <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>

Dalbudak, E., Evren, C., Topcu, M., Aldemir, S., Coskun, K. S., Bozkurt, M., ... & Canbal, M. (2013). Relationship of Internet addiction with impulsivity and severity of psychopathology among Turkish university students. *Psychiatry research*, 210(3), 1086-1091.

Daruna, J. H., & Barnes, P. A. (1993). *A neurodevelopmental view of impulsivity*. In W. G. McCown, J. L. Johnson, & M. B. Shure (Eds.), *The impulsive client: Theory, research, and treatment* (p. 23–37). American Psychological Association.

Daşlı, Y., & Baloğlu, A. O. (2020). Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerine Bir Alan Araştırması.

Demir Türkdoğan, R. (2019). *Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Gençlik: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği* (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri).

Demirci, İ. (2019) Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, depresyon ve anksiyete belirtileriyle ilişkisinin değerlendirilmesi *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1),15-22. <http://dx.doi.org/10.5455/apd.41585>

Deniz, L., & Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(2), 355-367.

Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and brain sciences*, 22(3), 491-517.

Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: personality and cognitive correlates. *Journal of personality and social psychology*, 58(1), 95.

Diker, E., & Taşdelen, B. (2017). Sosyal Medya Olmasaydı Ne Olurdu? Sosyal Medya Bağımlısı Gençlerin Görüşlerine İlişkin Nitel Bir Araştırma (What Would Happen Without Social Media? A Qualitative Research On Social Media Addicted Youngsters opinions. www.guvenplus.com.tr, 189.

Dilsiz, N. B., & Kandemir, M. (2020). Lise Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ve Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 7(2), 32-51.

Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Sosyo Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42.

Duman, Ö. D. (2021). Sosyal Medya Bağımlılığının Erzurum İli Üzerindeki Yansıması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(1), 343-362.

Düvenci, A. (2012). Ağ neslinin internet kullanımı üzerindeki sosyal medya etkisinin sosyal sapma yaklaşımı ile incelenmesi.

Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). Üniversite öğrencilerinde öz kontrol ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisinde genel erteleme davranışlarının aracı rolü. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 717-745.

Ercengiz, M. (2020). Dürtüsellik ile Sosyal Medya Aşırma Arasındaki İlişkide FOMO'nun Aracılık Etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(22), 854-877.

Erdem, E. (2010). Elektronik medya ve yeni bir medya olarak sosyal ağlar. *İstanbul Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.

Erel, Ö., & Gölge, Z. B. (2015). Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile çocukluk çağı istismar, dürtüsellik ve riskli davranışlar arasındaki ilişki. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(3).

Eröz, S. S., & Doğdubay, M. (2012). Turistik Ürün Tercihinde Sosyal Medyanın Rolü ve Etik İlişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 27(1), 133-157.

Eşer, A. K., & Alkaya, S. A. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Durumu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 1(1), 27-36.

Flory, J. D., Harvey, P. D., Mitropoulou, V., New, A. S., Silverman, J. M., Siever, L. J., & Manuck, S. B. (2006). Dispositional impulsivity in normal and abnormal samples. *Journal of psychiatric research*, 40(5), 438-447.

GOKCE, S., YUSUFOĞLU, C., AKIN, E., & AYAZ, M. (2017). Dikkat-eksikliği/hiperaktivite bozukluğu tanısı konan ergenlerde cinsiyet farklılıklarının dürtüsellik üzerine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(4), 379-386.

Gökkaya, F., Deniz, İ., & Gedik, Z.(2020). Sosyal medya bağımlılığının sosyal onay ihtiyacı ve beden memnuniyeti ile ilişkisi.

Griffiths, M. D. & Kuss, D. J. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 311.

Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(2), 105-120.

Hazar, Ç. M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (32), 151-175.,

Ho, S. S., Lwin, M. O., & Lee, E. W. (2017). Till logout do us part? Comparison of factors predicting excessive social network sites use and addiction between Singaporean adolescents and adults. *Computers in Human Behavior*, 75, 632-642.

Hollander, E., & Stein, D. J. (Eds.). (2007). *Clinical manual of impulse-control disorders*. American Psychiatric Pub.

Hosking, J., & Winstanley, C. A. (2011). Impulsivity as a mediating mechanism between early-life adversity and addiction: Theoretical comment on Lovic et al.(2011).

Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D., & Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite öğrencileri arasında sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu yaygınlığının farklı değişkenler açısından incelenmesi.

İnce, M., & KOÇAK, M. C. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 736-749.

Kandil, Z. (2019). *Rol-model almada ve benliğin sunumunda yeni bir alan olarak instagram* (Master's thesis, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68.

Kara, T. (2013). Sosyal medya endüstrisi. *İstanbul: Beta Yayıncılık*, 11.

Karadağ, A., & Akçınar, B. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 154-166.

KARASU, F. (2017). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 372-386.

Kaşıkcı, F., Denli, Ö. S., & 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.

Katz, E., Haas, H., & Gurevitch, M. (1973). On the use of the mass media for important things. *American sociological review*, 164-181.

Kesici, A. K. Üniversite Öğrencilerinin Eleştirel Düşünme Eğilimlerinin Problemleri Sosyal Ağ Kullanımına Göre İncelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(Özel Sayı), 30-47.

Kılıç, A. (2020). *Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları, sosyal medya kullanım amaçları ve romantik ilişki deneyimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Biruni Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

Kıran, S., Küçükboştancı, H., & Emre, İ. E. (2020). Sosyal Medya Kullanımının Kişiler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 13(4), 435-441.

Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Weng, C. C., & Chen, C. C. (2008). The association between Internet addiction and problematic alcohol use in adolescents: the problem behavior model. *CyberPsychology & Behavior*, 11(5), 571-576.

Koç, M., ve Gülyavaş, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: The role of psychological health, demographic and usage characteristics. *Cyberpsychology Behaviour and Social Networking*, 16(4), 279-284.

Koçak, G. (2013). Bireylerin sosyal medya kullanım davranışlarının ve motivasyonlarının kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı bağlamında incelenmesi: Eskişehir'de bir uygulama.

Köseoğlu, Ö. (2012). Sosyal ağ sitesi kullanıcılarının motivasyonları: Facebook üzerine bir araştırma.

Kurt, A. A., Küçük, B., Boynukara, M., & Odabaşı, F. Dijital Çelinme: Bir Kavram Çalışması. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 11(1), 48-64.

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528-3552.

Küçükkurt, M., Murat Hazar, Ç., Çetin, M., & Topbaş, H. (2009). Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı perspektifinden üniversite öğrencilerinin medyaya bakışı. *Selçuk İletişim*, 6(1), 37-50.

Lomborg, S. (2015). “Meaning” in social media. *Social Media+ Society*, 1(1), 2056305115578673.

Lee, H. W., Choi, J. S., Shin, Y. C., Lee, J. Y., Jung, H. Y., & Kwon, J. S. (2012). Impulsivity in internet addiction: a comparison with pathological gambling. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 15(7), 373-377.

Li, J. B., Mo, P. K., Lau, J. T., Su, X. F., Zhang, X., Wu, A. M., ... & Chen, Y. X. (2018). Online social networking addiction and depression: The results from a large-scale prospective cohort study in Chinese adolescents. *Journal of behavioral addictions*, 7(3), 686-696.

Mamun, M. A., Hossain, M. S., Siddique, A. B., Sikder, M. T., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2019). Problematic internet use in Bangladeshi students: The role of socio-demographic factors, depression, anxiety, and stress. *Asian journal of psychiatry*, 44, 48-54.

Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American journal of psychiatry*, 158(11), 1783-1793.

Muflih, M., & Amestiasih, T. (2018). Effect of Social Media Addiction on Anxiety and The Risk of Social Health Disaster in Adolescents. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 3(1), 28-35.

Ng Fat, L., Cable, N., & Kelly, Y. (2021). Associations between social media usage and alcohol use among youths and young adults: findings from Understanding Society. *Addiction*.

Olorunsogbon, B. & Olalekan, A. (2017). The Effects of Social Media on the Socio-Cultural Life of Students in Tertiary Education in Nigeria. *Journal of Arts & Science*, 11

Öncü, B., & Şenol, S. (2002). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun etiyolojisi: Bütüncül yaklaşım. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5(2), 111-119.

Öner, Ö., Ergüder, T., Çakır, B., Ergun, U., Erşahin, M. Y., Erol, İ. N., & Özcebe, H. (2013). Ergenlerin bildirdiği dürtüsellik belirtileri ve ruhsal sorunlar: Epidemiyolojik bir çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 35-43.

Özdemir, D., & ARPACIOĞLU, S. Sosyal Medya Kullanımı, Sağlık Algısı ve Sağlık Arama Davranışının Koronavirüs Korkusu Üzerine Etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12, 1-1.

Özdemir, Z. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(2), 91-105.

Özgür, M., & Asli, U. Ç. A. R. Üniversitede eğitim gören kız öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı ve beden algısı ile beslenme bilgi düzeylerinin karşılaştırılması. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 46-54.

Öztoprak, Ö., & Yüksel-Şahin, F. (2019). Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeylerinin Benlik Saygısına Göre İncelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 363-377.

Öztürk, Ş. (2015). Sosyal medyada etik sorunlar.

Öztürk, U. C. (2015). Bağlantıda Kalmak ya da Kalmamak İşte Tüm Korku Bu: İnternetsiz Kalma Korkusu ve Örgütsel Yansımaları. *Journal of International Social Research*, 8(37).

Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of clinical psychology*, 51(6), 768-774.

Polat, R. (2017). Dijital hastalık olarak nomofobi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 164-172.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.

Putri, A. P. S., Poerwandari, E. K., & Rusli, E. (2018). Social anxiety and internet addiction: CBT intervention module development based on self-reflection. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 135, 397-409. DOI: 10.2991/iciap-17.2018.38

Sağar, M. E. (2019). Yetişkin Bireylerde Sosyal Medya Bağımlılığının İrdelenmesi. *Sağlık Bilimlerinde Eğitim Dergisi*, 2(1), 29-42.

Satıcı, S. A., Kayış, A. R., Yılmaz, M. F., & Eraslan-Çapan, B. (2019). Üniversite öğrencilerinde karanlık üçlü kişilik özellikleri ile dürtüsellik ve heyecan arama davranışları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 857-881.

Savci, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106.

Savci, M., Ercengiz, M., & Aysan, F. (2018). Turkish adaptation of the Social Media Disorder Scale in adolescents. *Archives of Neuropsychiatry*, 55(3), 248.

Seçil, Ö. Z. E. N., & Topcu, M. (2017). Tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile depresyon, obsesyon-kompulsiyon, dürtüsellik, aleksitimi arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 18(1), 16-24.

Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2020). Predicting tendencies towards the disordered use of Facebook's social media platforms: On the role of personality, impulsivity, and social anxiety. *Psychiatry Research*, 285, 112793.

Solmaz, B., Tekin, G., Herzem, Z., & Demir, M. (2013). İnternet ve sosyal medya kullanımı üzerine bir uygulama.

Şafak, B., & Kahraman, S. (2019). Sosyal Medya Kullanımının Yalnızlık ve Narsistik Kişilik Özelliği Belirtileri ile İlgili İlişkinin İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 54-69.

Şahin, C. (2017). The Predictive Level of Social Media Addiction for Life Satisfaction: A Study on University Students. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 16(4), 120-125.

Şen, M. (2019). *Psikolojik destek alan ve almayan bireylerde çocukluk çağı travmaları ve dürtüsellik ilişkisinin incelenmesi* (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Şener, O.(2020). Gazeteciler İçin Podcast. *Sivil Toplum Kuruluşları İçin Hak Temelli Gazetecilik Kılavuzu*, 215.

Şentürk, E. (2017). Sosyal medya bağımlılığının, depresyon, anksiyete bozukluğu, karışık anksiyete ve depresif bozukluk hastaları ile kontrol grubu arasında karşılaştırılması ve kullanıcıların kişilik özellikleriyle ilişkisinin araştırılması. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). Using multivariate statistics (Vol. 5). Nedham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Takan, R. (2020). Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmalarının Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerinde İlişkisinin İncelenmesi.

Tamam, L., Güleç, H., & Karatas, G. (2013). Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması/Short Form of Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11-SF) Turkish Adaptation Study. *Noro-Psikiyatri Arsivi*, 50(2), 130-134

Tanrikulu, G.(2018). Güncellenmeliyim": Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ve Bunun Ergen Ve Genç Yetişkinlerdeki Sosyal Medya Bağımlılığı Boyutlarına Yordayıcı Olarak Öncülleri. Yüksek Lisans Tezi, TED Üniversitesi, lisansüstü Programlar Enstitüsü, Ankara.

Taş, B. (2020). Examining the Anxiety and Internet Addiction Levels of Divorced and Married Individuals. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(3), 223-234.

Tekin, O. (2019). Öğretmenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Seviyelerinin Genel Erteleme Davranışlarıyla İlişkisi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 4(1), 36-47.

Tekneci, E. E. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özellikleri.

Tektaş, N. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Ağları Kullanımlarına Yönelik Bir Araştırma. *Tarih Okulu Dergisi*, 2014(XVII).

Tuna, Z. O. (2015). *Üniversite öğrencilerinde riskli davranışların dürtüsellik ve üstbilişsel inançlar ile ilişkisi* (Master's thesis, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.).

Tutal, Ö., Erensoy, H., & Luş, M., (2021). Relationship Between Psychological Symptoms, Impulsivity and Social Media Use Problems. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 43-52.

Tutgun-Ünal A. & Deniz, L. (2015). Development of the Social Media Addiction Scale. *Online Academic Journal of Information Technology*, 6(21), 51-70. doi: 10.5824/1309-1581.2015.4.004.x

Tutgun-Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma.

Tutgun-Ünal, A. & Deniz, L. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının incelenmesi [Investigation of social media addiction of university students]. *Route Educational and Social Science Journal (RESSJOURNAL)*, ISSN: 2148-5518, 3 (2), 155-181.

Tutgun-Ünal, A. (2019). İletişim Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının incelenmesi: Üsküdar Üniversitesi örneği. *Kastamonu İletişim Araştırmaları Dergisi*, 2019(2).

Türk, M. E. & Karaaziz, M. (2020) Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımının Bağlanma Stilleri, Akran İlişkileri ve Kişilik Bozuklukları İle İlişkisinin İncelenmesi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3(5), 97-112.

Uluç, G., & Yarcı, A. (2017). Sosyal Medya Kültürü. *Dumlupınar University Journal of Social Science/Dumlupınar Üniversitesi Soysyal Bilimler Dergisi*, (52).

Ünlü, F. (2018). Orta yaş üstü bireylerde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal izolasyon. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 161-172.

Ünsalver, B. Ö., & Aktepe, H. (2017). Internet addiction and impulsivity among university students. *European Psychiatry*, 41(S1), S397-S397.

Ünübol, H. & Hızlı Sayar G. (2019). Türkiye Bağımlılık Risk Profili ve Ruh Sağlığı Haritası Proje Sonuç Raporu, Üsküdar Üniversitesi Yayınları – 21

Ünübol, H., & Hızlı Sayar, G. (2020). Investigation of The Association of The Fear of Missing Out with Attention Deficit and Impulsivity in Terms of Age, Gender, and Tobacco Dependence. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 260-270.

Van den Eijnden, R. J., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The social media disorder scale. *Computers in Human Behavior*, 61, 478-487.

Vogel, M., & Barton, M. S. (2013). Impulsivity, school context, and school misconduct. *Youth & Society*, 45(4), 455-479.patt

Yağmurlu, A. (2011). Kamu yönetiminde halkla ilişkiler ve sosyal medya.

Yalçın, B. (2021). Öğretmenlerin sosyal medya bağımlılığı ile iş doyumları arasındaki ilişki (Buldan ilçe örneği).

Yazici, K., & Yazici, A. E. (2010). Dürtüselligin Nöroanatomik ve Nörokimyasal Temelleri/Neuroanatomical and Neurochemical Basis of Impulsivity. *Psikiyatri Guncel Yaklasimlar*, 2(2), 254.

Yıldız, E., & Koçak, O. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(3), 1102-1126.

Yılman, M. A. (2020). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Yılmazsoy, B., & Kahraman, M. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medyayı eğitsel amaçlı kullanımları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Facebook örneği. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 6(1), 9-20.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3), 237-244.

Yücens, B., & Üzer, A. (2018). The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry research*, 267, 313-318.

Wegmann, E., Müller, S. M., Turel, O., & Brand, M. (2020). Interactions of impulsivity, general executive functions, and specific inhibitory control explain symptoms of social-networks-use disorder: An experimental study. *Scientific reports*, 10(1), 1-12.

Wetterneck, C. T., Burgess, A. J., Short, M. B., Smith, A. H., & Cervantes, M. E. (2012). The role of sexual compulsivity, impulsivity, and experiential avoidance in internet pornography use. *The Psychological Record*, 62(1), 3-18.

Whiteside, S. P., & Lynam, D. R. (2001). The five factor model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and individual differences*, 30(4), 669-689.

Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of behavioral addictions*, 2(3), 160-166.

İNTERNET SİTELERİ

<https://datareportal.com/reports/digital-2020-turkey>

<https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey>

<https://en.wikipedia.org/wiki/WeChat>

https://tr.wikipedia.org/wiki/%C4%B0internet_ba%C4%9F%C4%B1ml%C4%B1%C4%B1%C4%9F%C4%B1

<https://wearesocial.com/digital-2020>

<https://wearesocial.com/digital-2021>

<https://www.whatsapp.com/about/>

