



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**LİSE DÜZEYİNDEKİ ÖĞRENCİLERDE, SOSYAL
MEDYA KULLANIMI, AKRAN İLİŞKİLERİ VE DUYGU
DÜZENLEME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

GÖZDE ERDEM

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2019

LİSE DÜZEYİNDEKİ ÖĞRENCİLERDE, SOSYAL MEDYA KULLANIMI, AKRAN İLİŞKİLERİ VE DUYGU DÜZENLEME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

GÖZDE ERDEM

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GÖZDE ERDEM

TEZ DANIŞMANI
DR. HANDE ÇELİKAY SÖYLER

LEFKOŞA
2019

KABUL VE ONAY

Gözde ERDEM tarafından hazırlanan “Lise Düzeyindeki Öğrencilerde, Sosyal Medya Kullanımı, Akran İlişkileri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma,/...../..... tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

.....

Ünvan Ad Soyad (Danışman)
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....

Ünvan Ad Soyad (Başkan)
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....

Ünvan Ad Soyad
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....

Ünvan Ad Soyad
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- ☐ Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- ☐ Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

Tarih :

İmza :

Ad Soyad :

TEŞEKKÜR

Tez danışmanım olan değerli hocam Dr. Hande Çelikay SÖYLER'e bana göstermiş olduğu sabır ve özveriyle tüm yüksek lisans sürecimde yardımcı olduğu için teşekkürü borç bilirim. Tüm akademik sürecimde, mesleki gelişimimde her zaman yanımda oldu ve desteğini hiç esirgemedi. Kendimle ilgili farkındalığının artması ve içgörü geliştirmem konusunda beni hep cesaretlendirdi. Bana bıraktıkları ve emeği için çok mutluyum. Ve her şey için çok teşekkür ederim. Sizden öğrendiklerim yoluma hep ışık olacak.

Türkiye Atletizm Federasyonu IAAF Çocuk Atletizmi Koordinatörlüğü'nce 2014 yılından bu yana dünyada 196 ülke ile birlikte organize edilen IAAF Çocuk Atletizmi Projesi'nde şahsıma "Sporda Çocuklara Psikolojik Yaklaşım" nasıl olmalı dersinde eğitmenlik görevi verilmiş olması beni onurlandırmıştır. Bu nedenle eski milli, şampiyon ve rekortmen atlet, projenin de Türkiye Koordinatörlüğü görevini yürüten Sayın Necdet AYAZ' a ve Türkiye Atletizm Federasyonu Başkanı Sayın Fatih ÇİNTİMAR'a teşekkür ederim.

Bu sürece girmem ve bu sancılı süreci geçirmem konusunda bana hep destek olan, tüm streslerime katlanan, yardımlarını benden esirgemeyen, beni hep cesaretlendiren ve başarabileceğime inancı tam olan başta annem Yıldız ERDEM, babam Kadir ERDEM, ablam Başak Erdem ÖZ, kardeşim Elif ERDEM' e en büyük teşekkürü borç bilirim. Bu günlere sizin de emeklerinizle geldim. Bana olan destekleriniz benim için unutulmaz kalacak.

Hayatımın her anında benden desteklerini esirgemeyen, benim başaracağıma inancı tam olan, kendi ışığı ile beni aydınlatan, bana sonsuz güvenen ve idol olarak gördüğüm ve çok değerli hocam Işıl Demir'e teşekkür ederim.

Bu zorlu süreçte benim hep yanımda olmaya çalışan, bana her zaman destek olan, yaşadığım zorluklarla baş etmeme yardımcı olan ve benimle

uykusuz kalan çok değerli arkadaşıım Sevil KEÇECİ'ye ve Mustafa Hakan SÜRÜCÜ' ye teşekkür ederim.

Hiçbir zaman tek başıma değildim, hep varlıklarını hissettim. İyi ki varsınız. Son olarak çalışmam esnasında küçük veya büyük yardımını esirgemeyen herkese teşekkür ederim.

ÖZ

LİSE DÜZEYİNDEKİ ÖĞRENCİLERDE, SOSYAL MEDYA KULLANIMI, AKRAN İLİŞKİLERİ VE DUYGU DÜZENLEME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Sosyal medyanın aşırı ve problemli kullanımının giderek artış göstermesiyle birlikte, bireyler ve bireylerin yaşamları üzerinde psikolojik, sosyal ve davranışsal açıdan çeşitli sorunlar yaşamalarına sebep olmuştur. Bu araştırmada lise düzeyindeki öğrencilerde sosyal medya kullanımı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişki incelenmiştir. Ortaya çıkan verilerde araştırmamızın hedefleri doğrultusunda sosyal medya bağımlılığının lise düzeyindeki öğrencilerde, sosyal medya bağımlılığı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiler verilerle ortaya konmuştur.

Araştırmamız Ankara'da Yenimahalle İlçesi'nde 2018-2019 yılında Özel Batıkent Kaynak Anadolu Lisesi ve Özel Serhat Kaynak Anadolu Lisesi'nde eğitim-öğretim gören 310 lise öğrencisinden meydana gelmektedir. Örneklem grubu 148 kadın öğrenci, 162 erkek öğrenciden oluşmakta, yaş aralığı 15-19 öğrenci olarak belirlenmiştir. Araştırma örnekleminde en fazla 17 yaşındaki öğrenciler katılım gösterirken, en az 19 yaşındaki öğrencilerden katılım sağlamıştır. Sosyal medya kullanım düzeyini belirlemek için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Öğrenci Formu, akranlarla olan ilişkilerini incelemek için Akran İlişkileri Ölçeği, duygu düzenleme durumlarını incelemek için Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği uygulanmıştır. Tarama moeli kullanılmıştır.

Öğrenciler hakkında genel veri toplamak için 16 maddelik Kişisel Bilgi Formu oluşturulmuş, bu bilgi formunda; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, doğum yılı, doğum sırası, anne-baba eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri, anne-baba çalışma durumu, ebeveynleri tanımlama şekli, anne-baba mesleği, evde kimlerle yaşadıkları gibi çeşitli sorulara yer verilmiştir.

Çalışmamızın bulgularına göre öğrencilerin ebeveynlerini tanımlama şekli incelendiğinde öğrencilerin büyük çoğunluğu hem annelerini hem de

babalarını destekleyici olarak tanımladığı görülmektedir. Çalışmamızın bulgularına göre öğrencilerin akran ilişki düzeyleri yüksek çıkmıştır. Kadın öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Sosyal medya kullanımı lise öğrencilerinin duygu düzenlemede önemli ölçüde olumsuz yönde etkilemektedir. Kadın öğrencilerin sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. 15 yaş öğrencilerin içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanları diğer öğrencilerden anlamlı olarak düşüktür. Dokuzuncu sınıf öğrencilerin yardım alt boyutundan aldığı puanlar on ikinci sınıf öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Ailesinin ilk çocuğu olanların koruma alt boyutundan, ailesinin ikinci çocuğu olanlara göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür.

Karşılaşılan veriler sonucunda, sosyal medya bağımlılığının akran ilişkisi üzerindeki etkisinin bilinmesi, ilgili alanda yapılacak eğitim ve istihdam faaliyetlerinin yönlendirilmesinde, sosyal medya bağımlılığının tedavisinde aydınlatıcı rol oynaması öngörülmüştür. Ayrıca liselerde verimliliği arttırma politikalarına ışık tutması açısından araştırmanın sonuçlarının ayrıca önem arz ettiği düşünülmektedir.

Bu araştırmaların neticelerinde aşırı sosyal medya kullanımının veya potansiyel bir sosyal medya bağımlılığının beraberinde olumsuz sonuçları doğurduğu, bu sonuçların cinsiyete, sosyal imkanlara, eğitim durumuna göre değişiklikler meydana getirdiği gözlenmiştir.

Sosyal medya kullanımında, ilgili kuramlar doğrultusunda bireylerin yaşadığı psikolojik süreçler ile yapılan bu tür araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, bağımlılık sorununun aşılabilmesi, gençlerdeki duygu düzenleme durumlarının gözlenmesi ve tehlikeli boyutlara ulaşmasının önlenmesi mümkün olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Akran İlişkisi, Duygu Düzenleme, Lise Öğrencileri.

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA USE, PEER RELATIONSHIPS AND EMOTION REGULATION IN HIGH SCHOOL STUDENTS

As the excessive and problematic usage of social media has increased gradually, it has caused in various psychological, social and behavioral problems in individuals and lives of individuals. In this study, the relationship between social media usage, peer relations and emotion regulation among high school students was examined. According to the results of the research, the relationships between social media addiction, peer relations and emotion regulation among high school students of social media addiction were revealed with the data.

This study consists of 310 high school students studying at Batıkent Kaynak Anatolian High School and Private Serhat Kaynak Anatolian High School in Yenimahalle, Ankara in 2018-2019. The sample group consists of 148 female students and 162 male students. The age range was determined as 15-19 students. In the research sample, at most 17-year-old students participated, at least 19-year-old students participated. Social Media Dependence Scale-Student Form was used to determine the level of social media use, Peer Relationship Scale was used to examine the relationships with peers, and Emotion Regulation Scale for Adolescents was used to examine emotion regulation. Scanning model was used.

A 16-item Personal Information Form was created to collect general data about the students. In this information form, various questions such as gender, age, class level, year of birth, birth order, parental education level, monthly income of the family, working status of parents, defining parents, occupation of parents, who they live at home were included.

According to the findings of our study, when the way students define their parents is examined, it is seen that the majority of students define both their mothers and fathers as supportive. According to the findings of our study,

the peer relationship levels of the students were found to be high. Female students have higher scores than the Peer Relationships Scale and togetherness, conflict, help, protection and closeness sub-dimensions and the overall scale compared to male students. The use of social media has a significant negative effect on the emotion regulation of high school students. Female students' scores on virtual communication and virtual problem sub-dimensions were higher than male students. Internal functional emotion regulation subscale scores of 15-year-old students were significantly lower than the other students. The scores of the ninth grade students from the subscale subscale were significantly lower than those of the twelfth grade students. It was observed that the first child of the family got higher scores than the second child of the family.

As a result of the data, it is envisaged to know the effect of social media addiction on peer relationship, to play an enlightening role in the direction of education and employment activities in the related field and to treat social media addiction. In addition, the results of the research are considered to be important in terms of shedding light on the policies to increase productivity in high schools.

As a result of these studies, it was observed that excessive social media use or potential social media addiction had negative consequences and these changes caused changes according to gender, social facilities and educational level.

When the psychological processes experienced by individuals in line with related theories and the use of social media are evaluated together, it will be possible to overcome the addiction problem, to observe the emotion regulation situations in youth and to prevent them to reach dangerous dimensions.

Keywords: Social Media, Peer Relationship, Emotion Regulation, High School Students

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	ii
BİLDİRİM.....	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZ.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLO DİZİNİ	xii
ŞEKİL DİZİNİ.....	xiv
KISALTMALAR	xv
1. BÖLÜM GİRİŞ	1
1.1.Problem Durumu.....	3
1.2. Problem Sorusu.....	7
1.3. Araştırmanın Amacı.....	8
1.3.1. Alt Amaçlar.....	8
1.4. Araştırmanın Önemi.....	9
1.5. Sınırlılıklar	9
1.6. Tanımlar.....	10
2. BÖLÜM KAVRAMSAL, KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ	
ARAŞTIRMALAR	11
2.1. Sosyal Medya Kavramı	11
2.2. Sosyal Medya Tarihi ve Gelişimi.....	14
2.3. Sosyal Medyanın Özellikleri.....	16
2.4. Sosyal Medya Kullanımına Yönelik Araştırmalar	17
2.5. Sosyal Medya Araçları	25
2.5.1. Sosyal Ağlar	25

2.5.2. Bloglar	25
2.6. Sosyal Medyanın Yapı Taşları	26
2.7. Sosyal Medya Bağımlılığı	31
2.8. Sosyal Medya Bağımlılığının Lise Öğrencileri Üzerine Potansiyel Etkileri	35
2.9. Akran İlişkileri	38
2.10. Ergenlerde Akran İlişkileri	40
2.11. Duygu Düzenleme	42
2.12. Duygu Kuramları	42
2.13. Duyguları İfade Etme	46
2.14. Duygu Düzenleme Süreci	50
2.15. Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme	52
3. BÖLÜM YÖNTEM	55
3.1. Araştırmanın Modeli	55
3.2. Evren ve Örneklem	55
3.3. Veri Toplama Araçları	57
3.3.1. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	58
3.3.2. Akran İlişkileri Ölçeği	58
3.3.3. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği	58
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu	59
3.4. Verilerin Toplanması	59
3.5. Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi	59
4. BÖLÜM BULGULAR	61
5. BÖLÜM TARTIŞMA	88
6. BÖLÜM SONUÇ VE ÖNERİLER	95
KAYNAKÇA	100

EK 1. Bilgi Formu	114
EK 2. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ).....	117
EK 3. Akran İlişkileri Ölçeği	118
EK 4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Öğrenci Formu (SMBÖ-ÖF)....	119
EK 5. Bilgi Formu	120
EK 6. Onay Formu	121
Ek.7. Milli Eğitim İzin Belgesi	122
Ek. 8. Meb'e Üniversite Yazısı	123
ÖZGEÇMİŞ.....	124
İNTİHAL RAPORU.....	125
ETİK KURUL ONAYI.....	126

TABLO DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı	56
Tablo 2. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları	62
Tablo 3. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	64
Tablo 4. Öğrencilerin Yaşına Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	65
Tablo 5. Öğrencilerin Sınıfına Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	68
Tablo 6. Öğrencilerin Doğum Sırasına Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	70
Tablo 7. Öğrencilerin Anne Eğitim Düzeyine Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	72
Tablo 8. Öğrencilerin baba eğitim durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	73
Tablo 9. Öğrencilerin ailesinin aylık gelirin'e göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	75
Tablo 10. Öğrencilerin Annesinin Çalışma Durumuna Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	77
Tablo 11. Öğrencilerin Babasının Çalışma Durumuna Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	79

Tablo 12. Öğrencilerin Birlikte Yaşadıkları Kişilere Göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	81
Tablo 13. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişki.....	83
Tablo 14. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puanlarını Yordaması	86

ŞEKİL DİZİNİ

Şekil 1. James-Lange Kuramı ve Cannon-Bard Kuramı.....	45
Şekil 2. Öğrencilerin Ebeveynlerini Tanımlama Şekli	61

KISALTMALAR

- EİDDÖ** : Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)
- AİÖ** : Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ)
- SMBÖ-ÖF** : Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Öğrenci Formu (SMBÖ-ÖF)
- TDK** : Türk Dil Kurumu
- TÜİK** : Türkiye İstatistik Kurumu

1. BÖLÜM

GİRİŞ

Teknolojide yaşanan gelişmeler, iletişimde dijitalleşme ve internetin doğuşu ile medyada bir dönüşüm meydana gelmiştir. Sürekli olarak gelişim ve değişim gösteren teknoloji nihayetinde bireylerin değişen ihtiyaç ve istekleri doğrultusunda iletişim araçları da yeni nitelikler kazanmıştır.

Hızlı teknolojik gelişmeler ergenlerde birtakım olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Ergenlerin yaşamlarını olumsuz etkilediği düşünülen teknolojik araçlardan biri şüphesiz cep telefonlarıdır (Noyan vd. 2015). Akıllı cihazlar günümüzde ergenlerin hayatında önemli bir yer tutmaktadır. Özellikle akıllı telefon satış rakamlarına bakıldığında ülkemizde son yıllarda kullanıcıların sayısında çok büyük bir artış olduğu görülmektedir (Noyan, vd. 2015). Ergenlerde yapılan bir araştırmada cep telefonuna sahip olma oranının % 76'ya ulaştığı ve aynı zamanda % 40'ının ikinci bir cep telefonuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Phillips vd. 2011).

Yaşanan gelişmeler ile iletişim şekilleri de hem biçim hem de içerik olarak baş döndürücü şekilde değişim gösterirken kitle iletişim araçları akıllı cihazlara ve tablet formuna dönüşmüştür. İnternet, günümüzde en önemli iletişim aracı, sosyal medya ise internetin en önde gelen uygulamalarından birisi haline gelmiştir. İnternetin kullanım oranı artış gösterirken sosyal medya uygulamalarının sayısı ve kullanım oranı da artmıştır. Sosyal medya ortamlarının kendine has özellikler taşımasına rağmen dil bilgisi

kuralları ve duyguların aktarımında olumsuz etki yaratmaktadır. Yoğun bir şekilde kullanımı fiziksel ve psikolojik gelişimleri konusunda olumsuz etkileri barındırmaktadır (Kuşay, 2013).

Teknolojide yaşanan gelişim ve dönüşümler sayesinde, internetin yaşam alanlarında olmazsa olmaz hale geldiğini ve sosyal medyanın adeta toplumun merkezine odak nokta olarak yerleştiğini ifade etmek mümkündür. Bu denli önem atfedilen sosyal medya iki yönlü iletişimin, zamandan ve mekandan bağımsız web ortamı teknolojik temeller üzerine kurulu olarak gerçekleştirilen bir hale gelmesini sağlamıştır. Yaşamın her noktasında bilgiye erişebilme ve bilgiyi aktarabilme konusunda adeta bir iletişim devrimi yaşanmıştır. Bu sayede küresel anlamda iletişim gücü ivme kazanırken, internet kullanımı bireysel ve toplumsal açıdan oldukça önemli yer edinmiştir (Akar, 2010). Sosyal medya aracılığı ile bireyler dünya çapında içerik oluşturabilir ve ileti paylaşabilir hale gelmiştir. Hatta bu şekilde kitleler ve insanlar zaman ve mekan gözetmeksizin bir araya gelebilmekte ve aralarındaki etkileşim artmaktadır. Sosyal medya ortamında yüzlerce insanla temas kurulabilmekte ve bu olay arkadaşlık ilişkilerine yansımaktadır (Babacan, 2017). Geleneksel medyada içerik bireylere sunulurken, yeni medyada geleneksel medyanın aksine birey sadece iletiyi tüketen değil hem üretici hem de tüketici konumuna gelmiştir. Bireyler karşılıklı olarak paylaşımda bulunma fırsatına sahip olmuştur. Sosyal ağlar, bireylerin farklı kişiler ile aynı platformda buluşmasına imkan sağlamıştır. Kişilerarası iletişimin etkileşiminde aracı bir görev üstlenen sosyal medya, geniş kitlelere hızla ulaşmakta yeni bir yöntem haline gelmiştir.

Birçok alanda kullanım oranı çeşitlilik gösteren internetin ve sosyal medyanın patolojik kullanımı ise bireylerde psikolojik, sosyal ve davranışsal olarak olumsuzluklara sebep olan teknoloji/internet/sosyal medya bağımlılığını da ortaya çıkartmıştır. Yaşam alanlarının tamamında varlığını sürdüren internet ve sosyal medya uygulamalarının aşırı ve problemlili/patolojik olarak kullanımı bağımlılığa yol açmaktadır. Bilgiye erişmek ve sosyalleşmek amacıyla internet kullanma alışkanlığı kazanan

bireyler bu davranışlarını üst sınırlara taşıyarak ve beraberinde zaman yönetimlerini de kaybederek davranışsal bir bozukluk seviyesinde bağımlılığa yakalanabilmektedirler. Bağımlılığı oluşturan etkenlerden bir tanesi de merak unsurunu teşkil etmektedir. Meraklı insanlar internet bağımlılığına yakalanmaya daha açık olabilmektedir (Feindel, 2019).

Sosyal medya uygulamalarının yapısal nitelikler açısından değerlendirilmesi neticesinde kullanıcıların, bağımlı hale geldiği ve bu doğrultuda bağımlı ve akran ilişkilerinde de duygu halindeki ilişkilerin zarar görmesi mümkündür. TDK'ye göre bağımlılık; "Bağımlı olma durumu, tabiiyet *"Bağımlılık bir dönem keyif verir, daha sonrasında bu durum alışkanlık ve sonrasında baskıya dönüşür."* olarak ifade edilmiştir (www.tdk.com.tr).

Toplumsal ve bireysel yaşamda önemli sorunlar oluşturması açısından oldukça mühim bir etkiye sahip olan sosyal medya bağımlılığının lise öğrencileri üzerindeki etkisini tespit etmek amacıyla tasarlanan bu çalışma ile hem ülkemizde hem de dünyada çeşitli yaş ve kesimden bireylerin yaşamları ile iç içe olan sosyal medyanın dikkatli kullanımına dikkat çekilmektedir. Sosyal medya kullanıcıları sürekli denetim altında tutma amacı güden uygulamalar ile bireyleri kendisine bağımlı hale getirerek yaşam biçimlerinin ve sosyal ilişkilerinin farklılaşmasına sebep olabilmektedir. Sosyal medya kullanımının dramatik artışı ile bireylerin yaşamsal faaliyetleri en üst seviyede etkilenirken toplumsal ve devlet bazında da siyasi, ekonomik ve sosyo-kültürel hayata önemli etkileri bulunmaktadır. Hem bireysel hem de toplumsal açıdan sosyal medya bağımlılığının lise öğrencileri üzerindeki etkisinin araştırılması bu nedenle elzem ve önemli görülmektedir.

1.1. Problem Durumu

Küreselleşen dünyada yenilenen ve gelişen teknolojiyle bilgiye erişim kolaylaşmıştır. Bilişim teknolojilerinde görülen gelişmeler sayesinde insanlar istedikleri bilgiye, istedikleri zaman ve istedikleri yerden kolayca ulaşabilir hale gelmiştir. Bu şekildeki hızlı gelişmeler sağlık, eğitim, sanayi,

ticaret gibi birçok alanda internet kullanımının yaygınlaşmasına ve insanların internete olan bağlılığının da artmasına neden olmuştur. Bunun sonucunda ise internet insanların günlük hayatının önemli bir parçası haline gelmeye başlamıştır (Gençer, 2011). Dünya'daki büyük değişimler, büyük kolaylıkları insan hayatına katar ve uyum sorunlarını da beraberinde getirir. Enformasyon devrimi de kolaylıklar ve uyum sorunlarını ortaya çıkarmıştır. Bu çağın büyük keşfi internet, dünyanın tamamını kuşatmış ve birbirinden farklı kültürlerde yaşayan insanların internetle ilgili davranışları neredeyse benzeşmiştir. İnternet ile alakalı bireyler benzer alışkanlık ve davranışlar sergilemeye başlamışlardır (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

İnternetin ilk çıkış yerine baktığımızda ise temelleri Amerika'da atılmış olan internetin günümüzde teknolojinin hızlı bir şekilde ilerlemesiyle bütün dünyayı etkisi altına aldığı görülmüştür. Yaşadığımız bu teknolojik devirde kullanılan bilgisayarlar ile internet insanoğlunun vazgeçilmezi olmuştur. İnternetin hızlı bir şekilde yayılıp bütün dünyayı etkilemesi birçok disiplin tarafından incelenmiş ve bireylerin üzerindeki etkisi ile psikoloji literatüründe de yer almıştır (Aksoy, 2016). İnternet, dünya üzerindeki bilgisayar sistemlerini birbirine bağlamaktadır. İnternet her geçen gün yaygınlaşmakta, sürekli yenilenen, gelişen, herkes için iletişim ve bilgi paylaşım aracıdır. Ülkemizde de internet kullanımı giderek yaygınlaşmaktadır (Saatçioğlu, 2016). Türkiye ise internetin ilk kullanılmaya başlamasıyla birlikte önemli gelişimler, değişimler yaşanmıştır. Kısa adı TÜİK olan ve ülkeye dair önemli verileri açıklayan Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2018 yılı Ağustos ayı istatistiki raporuna göre ülkemizde 55 milyonun üzerinde internet kullanıcısı bulunmaktadır. 16-74 yaş arası kullanıcılara bakıldığında ise nüfusun % 72,9'u bilgisayar ve internet kullanıcısıdır (TÜİK, 2018). Social (2018) "Global Dijital İstatistikler" verilerine göre de dijital dünya muazzam bir büyüme yaşamaktadır. Günümüzde 4,02 milyar bulan küresel internet kullanıcısının olduğu ve dünya nüfusunun %53'lük kısmının internete eriştiğini görmekteyiz. Sosyal medya kullanıcılarının sayısına bakıldığında ise aktif olarak 3,1 milyar gibi yüksek bir nüfusun sosyal medyayı

kullandığı görülmektedir. Sosyal medya kullanıcıların bağlantılarını daha çok mobil ağları kullanarak sağladığı ve bu rakamın 2,9 milyarı bulduğu belirtilmektedir. Dünyadaki toplam mobil kullanıcı ise 5,1 milyar civarındadır. Mobil ağlar sadece sosyal medya için kullanılmamakta aynı zamanda alışverişi için de kullanılmaktadır. Bu bağlamda 1,8 Milyar kişinin e-ticaret kullanıcısı olduğu ifade edilmektedir. Bu rakamlara göre birçok kişinin bir türlü internete girdiği görülebilmektedir.

Dünyayı saran internet, yaygınlaşmış ve herkes tarafından ulaşılabilir hale gelmiştir. Bu yayılma sonucunda bir takım olumsuzluklar meydana gelmiştir. Bu olumsuzlukların bir tanesi de internet bağımlılığıdır (Ceyhan, 2016: 4). İnternet evde ve iş yerlerinde günlük hayatımızı değiştirecek önemli bir iletişim aracıdır. Günümüz yeni teknolojisi ile birlikte, iyi veya kötü şekilde isimlendirebileceğimiz çeşitli insan davranışları ortaya çıkmıştır. Bu yüzden de bazı internet kullanıcılarının “İnternet Bağımlılığı” olarak isimlendirilen sorunlu davranışları var olmuştur (Yellowlees ve Marks, 2007).

Bireylerin gereksinim duyduğu bilgiyi sağlamalarına yardımcı olan keyifli, güzel zaman geçirmelerine olanak sağlayan ve değer verdikleri bireylerle iletişime geçmelerini sağlayan kitle iletişim aracıdır. İnternetin getirdiği güzel sonuçlar ve kolaylıkların yanı sıra fazla internet kullanımından kaynaklanan çeşitli sorunlar da ortaya çıkmaktadır (Balcı ve Gülnar, 2009).

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar sonucunda internet bağımlılığı olan bireylerin büyük çoğunluğunda çeşitli psikiyatrik rahatsızlıkların olduğu ve bu durumun çeşitli sorunları da beraberinde getirdiği görülmektedir (Sağat, 2017).

Alan yazın incelendiğinde, araştırmacılar internet bağımlılığı noktasında kişilerin düzeylerini ölçerek bireylerin internete ne kadar bağımlı olduklarının veya olmadıklarının seviyesini belirlemeye çalışmışlardır. Bu çerçevede farklı ölçüm tekniklerinin de kullanıldığı görülmektedir. Bu noktada, Young (1996) geliştirdiği internet bağımlılık kriterlerinden 8 tanesinden 5 tanesi bireyde mevcutsa internet bağımlısı olduğunu kabul

etmiştir. Brenner (1997) doğru ve yanlıştan oluşan 32 maddelik bir araç geliştirmiştir. Chen ve Chou (1999) Çin’de internet bağımlılığı ile ilgili 28 maddeden oluşan ölçek geliştirmişlerdir. Scherer ve Bost (1997) araştırmalarında geliştirdikleri ölçekten 10 maddeden üç ve daha fazlasını işaretleyenleri internet bağımlısı olduklarını kabul etmişlerdir. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) araştırmalarında 13 maddelik araçtan dört ve fazlasını işaretleyenleri internet bağımlısı olarak kabul etmişlerdir (Akt. Çakır, Horzum ve Ayas, 2013).

Teknolojinin hızla gelişmesi ile beraber internet kullanımının her geçen gün artması ve sosyal yaşamı ciddi ölçüde etkileyen internetin kontrolsüz kullanımı sebebiyle bireysel ve toplumsal yaşama yönelik problemler de beraberinde gelmektedir.

Bu sebeple son zamanlarda bireylerde; aşırı derecede internet kullanımı, internet kullanım esnasında geçen zamanı kontrol etmede zorluk yaşama, internet kısıtlanması esnasında kaygı duyma, psikolojik problemler, depresyon, kaygı, yalnızlık duygusu ve aile üyeleriyle geçirilen zamanda azalma gibi problemler görülmektedir. Aşırı internet kullanımı olan bireylerde kişiler arası ilişkilerde azalma görülmektedir.

Bağımlılık üzerinde durulması gereken önemli bir rahatsızlıktır. Bağımlılığa ilişkin beyinde çeşitli nörofizyolojik, nörokimyasal değişimler görülmüştür. İnternet bağımlılığı ise öğrencilerin yaşamı üzerinde eğitimsel, fiziksel ve zihinsel etkiye sahip öğrenciler arasında ortaya çıkan bir sorun haline gelmiştir. Bu nedenle, internetin güvenli ve sağlıklı kullanımı için gerekli olan internet bağımlılığının önlenmesinin önemini anlamak gerekir (Ganesh vd., 2017). Aile desteğinin sağlam ve destekleyici olması internet bağımlılığı problemini aşmada fayda sağlayabilmektedir (Ögel, 2018). İnternetin bilgi elde etme ve bilgi paylaşımındaki faydasının her geçen gün artış gösterdiği zaman diliminde, çeşitli alanlarda fayda sağlayarak gelişen bu durum öğrenciler açısından da bilgiye erişmek daha kolay hale gelmiştir. Bu gelişim ile beraber bireyler istedikleri bilgiye zaman ve mekan sınırı olmadan rahatlıkla ulaşmaktadır.

Çatalpınar (2017) internet kullanıcılarını tanımlarken X (1960-1980), Y (1980-2000) ve Z (2000 ve günümüz) kuşaklarına ayırmıştır. Bu araştırmada dijital yerli ve dijital göçmen terimleri dikkat çekmektedir. Prensky (2001) tarafından önerilen dijital yerliler, eski kuşaklardan farklı düşünen, dolayısıyla normalleri farklı olan ve “dijital göçmen” olarak adlandırılan eski kuşakların aksine günümüzün post-modern toplumuna doğmuş yeni nesilleri tarif etmek için kullanılmıştır. Y kuşağını izleyen ve yaklaşık olarak 2020 yılı itibarıyla erişkin olacak Z kuşağı için de “dijital yerli” tanımı kullanılmaktadır.

Yukarıda bahsi edilen internet kullanımı odaklı sorunlar, bireylerin sadece ailevi ve meslek hayatlarını etkilememekte aynı zamanda mali ve akademik hayatlar da problemlili hale geldiğinden hayatın tüm aşaması olumsuz etkilenmektedir (Reisoğlu, Gedik, ve Göktaş, 2013).

Hem bilgiye erişilmesi yönünden hem de bilginin paylaşımı yönünden internetin önem ve gerekliliğinin giderek arttığı günümüzde, internetin hem olumlu hem de olumsuz yönleriyle birlikte öğrenciler üzerinde de etkisini her geçen gün artırıyor olması, internet bağımlılık düzeyinin tespiti hakkındaki araştırmaların yapılması zorunluluğunu doğurmuştur. Ayrıca internet bağımlılığı, üzerinde çalışılması gereken önemli bir sorun olabilir. Bu sorunun nedenlerini tespit etmek için ilkökul ve ortaokul son sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyi araştırılmaya çalışılacaktır.

1.2.Problem Sorusu

Lise düzeyindeki öğrencilerde sosyal medya kullanımı, akran ilişkisi ve duygu düzenleme arasında ilişki var mıdır?

1.3.Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı lise düzeyindeki öğrencilerde, sosyal medya bağımlılığı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi incelenmesi amaçlanmıştır. Tali amaçlar ise sosyal medya bağımlılığının alt boyutlarının literatürde en sık irdelenen bağımlılık türü olarak karşılaşılan bağımlılığın akran ilişkisi üzerindeki etkisini tespit etmektir.

1.3.1.Alt Amaçlar

Alt amaç olarak, araştırmanın genel amacı çerçevesinde belirli sorulara yanıtlar aranmaya çalışılmıştır.

1. Cinsiyet değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

2. Yaş değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

3. Sınıf değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

4. Doğum sırası değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

5. Anne eğitim düzeyi değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

6. Baba eğitim düzeyi değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

7. Ailenin aylık gelir değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

8. Anne çalışma durumu değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

9. Baba çalışma durumu değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

10. Birlikte yaşadıkları kişiler değişkenine göre Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

1.4.Araştırmanın Önemi

Araştırmanın hedefleri doğrultusunda sosyal medya bağımlılığının lise düzeyindeki öğrencilerde, sosyal medya bağımlılığı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi irdelemektir. Tali amaçlar ise sosyal medya bağımlılığının alt boyutlarının literatürde en sık irdelenen bağımlılık türü olarak karşılaşılan sosyal medya bağımlılığının akran ilişkisi üzerindeki etkisinin bilinmesi, ilgili alanda yapılacak eğitim ve istihdam faaliyetlerinin yönlendirilmesinde, sosyal medya bağımlılığının tedavisinde aydınlatıcı rol oynaması öngörülmektedir. Liselerde verimliliği artırma politikalarına ışık tutması açısından araştırmanın sonuçlarının ayrıca önem arz ettiği düşünülmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırma, Ankara ili, Yenimahalle İlçesi'nde öğrenim gören lise öğrencileri ile sınırlıdır. Araştırma verileri oluşturulan anket formundaki maddeler ve belirtilen ifadeler ile sınırlıdır. Araştırmanın en ciddi kısıtı zaman ve bütçe problemleri yaşanmasıdır. Araştırma yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilmiştir. Herhangi bir kurum tarafından desteklenmemiştir. Saha araştırması esnasında karşılaşılan en büyük sıkıntı; Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği'nin zaman alıcı olarak ifade edilmesidir. Yirmi dokuz maddenin bulunduğu ölçek katılımcıların istekliliğini etkilemiştir. Bu durum uygulayıcıların zaman problemi yaşadıklarını ifade etmeleri neticesinde anlaşılmıştır, anket formlarının doldurulma süresinin uzamasına sebep olmuştur. Anketlerin geri dönüş sayısını etkilediği de düşünülmektedir.

1.6. Tanımlar

Sosyal Medya: İnternet kullanıcılarına duygu, düşünce ve bilgi paylaşımlarına olanak sağlayan eş zamanlı etkileşimi destekleyen web sitelerine verilen genel bir isimdir (Saymer, 2008).

İnternet teknolojileri sayesinde kişi ve kişiler arası iletişimde bulunmayı, bilgi ve içerik paylaşmayı sağlayan bir platformdur (Arslan, 2011).

Sosyal Medya Bağımlılığı: Sosyal medya bağımlılığı, herhangi bir birey için zararlı etkisi olabilen, sosyal medyanın kullanım amacının uygunsuz ve kalıcı kullanımı olarak da tanımlanmaktadır (Young, 1996).

Akran İlişkisi: Akran ilişkisine bakıldığında çocuk ve yetişkin arasındaki ilişkiden farklı bir ilişki olduğu görülmektedir. Akran ilişkisinin kendine has özelliklerinin yanı sıra çocuğun sosyal gelişimine yönelik olarak son derece önemli yönleri bulunmaktadır. Bu bağlamda akran ilişkisi farklı rollerin içerisinde yer aldığı bir ilişki türü olarak adlandırılmakta ve bu ilişki türünün çocuğun yetişkinlerle olan ilişkilerinde ortaya çıkmayan bazı özelliklere sahip olduğu vurgulanmaktadır (Daşçı, 2015).

Duygu Düzenleme: Bireyin hoşnut olmadığı duyguları, rahatsız olmayacağı düzeye indirmesidir (Leahy, Tirsch and Napolitano, 2011).

Duygu Düzenleme Güçlüğü: Bireylerin duygusal tepkileri düzenleyebilme yetersizliği, duygusal uyaranlara yönelik aşırı duyarlılık hali ile ve uzun ve güçlü tepkilerin birleşiminden oluşan bir durumdur (Linehan, 1993).

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL, KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

SOSYAL MEDYA

Çalışmanın bu kısmında sosyal medya kavramı ile ilgili literatür bilgilerine yer verilmektedir. Sosyal medya kavramının tarihsel süreci ve gelişimi, yapısı ve özellikleri açıklanarak, sosyal medya araçları ve bireylerin sosyal medya kullanım motivasyonları ele alınmaktadır. Son olarak sosyal medya bağımlılığı kavramına ilişkin literatür bilgileri paylaşılmaktadır.

2.1. Sosyal Medya Kavramı

Günümüzde hayatın her alanında yer alan sosyal medya, internet aracılığıyla kişilerin diğer insanlarla çift yönlü ve anlık olarak etkileşim içerisinde olduğu ortamları ifade etmektedir. Sosyal kelimesinin kullanımına ise genellikle toplumsal kavramlarda rastlanılmaktadır. Sosyal medya, bireylerin kendileri ya da başkaları tarafından ortaya çıkarılan fotoğraf, video, metin ve medyaya ilişkin içeriklerinin paylaşımına açıldığı platformlardır (Andersen, 2002).

Sosyal medya platformlarının ortaya çıkışı sadece bilgilerin üretilmesi, tüketilmesi ya da paylaşılması amacıyla gerçekleşmemiştir. Aynı zamanda bu platformlarda markalar, reklam ve tutundurma çalışmalarını da yürütmektedir. Teknoloji çağının gelmiş olduğu son aşama olan

günümüzde birçok insan haberleşme, tüketim, beslenme vb. gereksinimlerini sosyal medya platformları üzerinden karşılamaya başlamıştır. Kullanımları günlük hayatlarını büyük ölçüde etkilemektedir (Kaya, 2013).

Bilgisayarlara daha kolay erişim, dünyanın dört bir yanındaki ülkelerin modernizasyonu ve akıllı cihazların daha fazla kullanılması, insanlara interneti daha sık kullanma ve daha rahat kullanma olanağı sağlamıştır. Özellikle son dönemde internet ve bilgi teknolojileri alanında büyük bir gelişme ortaya çıkmış ve bu alanda yer alan aktif kullanıcı sayısı da bir hayli çoğalmıştır. Dünya üzerinde 4 milyardan fazla internet kullanıcısı olduğu ortaya konulmuştur (<https://digitalreport.wearesocial.com>). Bu, dünyadaki toplam nüfusun yaklaşık olarak yarısını temsil etmektedir.

Netcraft Mart 2019 verilerine göre; dünyada **1.462.021.378** adet web sitesi vardır ve her geçen saniyede sayısı daha da artmaktadır (<https://www.netcraft.com>). Devam eden kullanıcı etkileşimi (yorumlar, forum yazıları, sosyal medya yayınları vb.), yeni içerik yayını (bloglar, haber siteleri), görüntüler ve video yüklemeleri (YouTube, Instagram vb.), internette 7/24 süren diğer etkinlik türleri ile milyonlarca insan her gün internetin büyüklüğüne katkıda bulunmaktadır. İnternet ve bilgi teknolojilerinde yaşanan gelişmelere bağlı olarak işletmeler, pazarlama ve müşteri ilişkileri alanlarında gelişmelere ayak uydurmaya yönelik uygulamalar ortaya koymaya çalışmaktadır. Tüketiciler, günümüz şartları altında geleneksel medya unsurları kadar internet ortamı ve mobil iletişimde de aktif bir şekilde yer almaktadır.

Özellikle iletişim cihazlarının internet kullanımını kolaylaştıran yenilikler geliştirmesi kullanıcı sayısında artışlara neden olmuştur (Ada ve Abul, 2014). Sosyal ağlar ise, bireylerin karşılıklı olarak iletişime geçme imkanı buldukları sanal ortamlardan oluşmaktadır. Bu ortamlarda mekansal ya da zamansal sınırlamalar bulunmamaktadır. İletişim cihazlarının çoğunlukla mobil olması sebebiyle bireylerin bulundukları konumdan ayrılması iletişim kopukluklarına neden olmamaktadır.

Örneğin; yıllar evvel aynı okulda eğitim görmüş arkadaşlar, yaşadıkları şehirler değişmesine rağmen rahatlıkla etkileşim içerisinde kalmaya devam edebilmektedir. Bu durum sosyal medya uygulamalarının mekandan bağımsız bir niteliğe sahip olduğunun göstergesi olarak ifade edilebilir. Farklı bir şehirde ya da çok uzak bir ülkede yaşayan bir insanla iletişime geçebilmek artık saniyeler içerisinde sağlanmaktadır. Bu durumda zamansal sınırlamaların ortadan kalktığını ifade etmek mümkündür (Akar, 2010).

Sosyal medya uygulamalarının kullanımının artması üreticiler ve tüketiciler arasındaki mesafeleri de kısaltmıştır. Dijital medya platformlarını kullanmak ve geliştirmek artık çok daha kolay olduğundan bu tür uygulamaların etki alanı ve kullanım oranları oldukça artmıştır. Bu gelişimlere devletler de tepkisiz kalmamış ve ortaya wiki-blog birleşimi örnekler çıkmıştır. Türkiye’de etkin bir şekilde kullanılan e-devlet uygulaması söz konusu gelişmelerin önemli bir örneği olarak ifade edilebilir.

Sosyal medya uygulamalarına birçok insanın mobil cihazlarından katılım göstermesi ve yine birçok insanın uygulamalarda uzun sürelerle çevrimiçi olarak bulunuyor olması, kurumlar ve bireyler açısından birçok konu başlığı altında sınırsız tartışma zeminleri sunabilmektedir. Sosyal medya uygulamaları, geleneksel medya uygulamalarına nazaran çok daha canlı ve dinamik ortamlar içerebilir. Gazete, televizyon, dergi ve benzeri medya araçlarına kıyasla çok daha etkili ve karşılıklı bir iletişim ortaya çıkmaktadır. Sosyal medya uygulamalarının odak noktasında kullanıcılar yer almaktadır. Kısıtlamalar olmadan tüm katılımcılar fikirlerini rahatlıkla aktarabilmektedir. Bu uygulamaların etkili bir şekilde kullanılması kurumlara ve markalara da çeşitli avantajlar sağlayabilmektedir. Bireysel açıdan da doğru kullanıldığında katılımcılara çok önemli katkılar sunabilmektedir. Bilgi ve içerik paylaşımlarında neredeyse maliyetin ortadan kalkması tüm katılımcılar açısından önemli bir avantaj olarak görülmektedir. Düşük maliyetlerle gerçekleştirilen paylaşımlar çok kısa bir

zaman dilimi içerisinde geniş bir alanda etki oluşturmaktadır (Yamamoto ve Şekeroğlu, 2014).

TÜİK tarafından yapılan araştırmada ev halkının teknoloji kullanımı incelendiğinde önceki yıllara kıyasla kullanım oranlarının çok fazla artış gösterdiği tespit edilmiştir. 2015 yılının Nisan ayında sırasıyla bilgisayar ve internet kullanım oranları ve Türkiye hane halkı internet erişim oranı oldukça yüksek olarak ölçülmüştür. Cinsiyetlere göre bakıldığında ise erkeklerin kullanım oranlarının, kadınların kullanım oranından daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Araştırma neticesinde internet kullanımının en önemli nedeni olarak; sosyal medya uygulamalarından faydalanmak yer almaktadır. İnternet erişiminden faydalanan bireylerin büyük çoğunluğunun sosyal medya uygulamalarında kişisel profilleri olduğu ve bu profiller üzerinden mesaj ya da içerik paylaşımlarında bulundukları görülmektedir. İnternet kullanıcılarının yarısının sosyal medya uygulamaları üzerinden kendilerinin oluşturdukları resim, video, müzik ya da yazı gibi içerikleri paylaştıkları, yarısından çoğunun ise internet üzerinden ürün ya da hizmetler ile ilgili bilgi taraması yaptıkları görülmektedir. Araştırma sonucunda kullanıcıların tamamına yakınının düzenli olarak internet kullandığı saptanmıştır (<http://www.tuik.gov.tr>).

2.2. Sosyal Medya Tarihi ve Gelişimi

İnsanlığın ortaya çıkışından bugüne kadar birçok değişim ve yenilik yaşanmıştır. Yaşanan tüm dönüşümlerin odak noktasında ise teknolojik yenilikler yer almıştır. Yaşanan her bir gelişme insanoğlunu tahmin ettiğinden çok daha ileriye götürmüştür. Teknolojik yeniliklerin yanında, özellikle internet dünyasında yaşanan gelişmeler ve ortaya çıkan yenilikler bireylerin sosyal hayatlarını, mesleki tercihlerini ve iletişim yöntemlerini de oldukça fazla etkilemiştir. Yaşanan tüm gelişmeler neticesinde internet erişimi insanlar için vazgeçilmez bir unsur haline gelmiş ve insan yaşamının merkezine yerleşmiştir (Mestçi, 2002). Aktif bir şekilde internet kullanan dünya nüfusunun, üçte ikisi kullanım süresinin ortalama olarak % 10'unu sosyal medya uygulamalarında geçirmektedir.

Bir diğerk önemli rakam ise dünya genelinde aktif olarak interneti kullanan insanların yarısına yakınının kendisine ait sosyal medya hesaplarının olmasıdır (Ahmed ve Qazi, 2011). Sosyal medya uygulamalarının geldiğı noktaya ulaşmasında birçok gelişmenin etkisi olmuştur. İnternet dünyasında yaşanan gelişmeler neticesinde birçok hizmetin sunumunda da önemli gelişmeler yaşanmıştır. Bu doğrultuda son tahlilde çok geniş bir etki alanı olan sosyal medya kavramının daha iyi anlaşılması için gelişim sürecini incelemekte fayda vardı. Sosyal medya kavramının temelleri 1991 yılında World Wise Web (www) olarak bilinen ağın kamunun kullanımına açılması ile atılmıştır. 1990'lı yılların özellikle son dönemlerinde ortaya çıkan ve ilgi toplayan forumların açılması sonrasında bireyler fikirlerini, taleplerini, önerilerini diğerk insanlara daha rahat aktarmaya başlamıştır (Kara ve Özgen, 2012). Kullanıcıların etkinliklerini daha fazla arttırdığı ve kendilerini çok daha etkili bir şekilde ifade edebilmesi 1997 yılında modern sosyal medya uygulamasının ilk örneğı olarak kabul edilen "www.sixdegrees.com" sitesi ile gerçekleşmiştir (Özmen ve diğerkleri, 2012). Bu gelişme ile birlikte insanlar kendi profillerini oluşturmaya, arkadaş listeleri hazırlamaya ve listesindeki insanların arkadaşlarını incelemeye başlamıştır. Başka bir önemli örnek olan LiveJournal ise 1999 yılında kurulmuştur ve temelinde sürekli olarak yenilenen bloglar yer almıştır. Farklı gelişmelerden bazısına baktığımızda ise 1998 yılında MoveOn faaliyete geçmiştir. 1999 yılına gelindiğinde ise Asian Avenue ve, Black Planet gibi uygulamaların yanı sıra Blogger, Third Voice, Napster, ve Epinions gibi uygulamaların hayata geçirildiğı görölmektedir. 2000 yılına gelindiğinde Lunar Storm, 2001 yılına gelindiğinde ise da Wikipedia, Ryze ve Cyworld uygulamalarının gündeme düştüğünü ve son olarak 2002 yılında ise Fotolog uygulamalarının hayata geçirildiğini görmekteyiz.

2002'de kurulan Friendster ise bir kesim tarafından sosyal medyanın ilk gerçeğı olarak kabul edilmektedir. Bu tarihten sonra sosyal medyaya olan ilgi daha da fazla artmış ve bunun bir sonucu olarak 2003 yılından sonra bazı uygulamaların sisteme dahil olmuştur. Sisteme dahil olan uygulamalar arasında LastFm, Myspace, Couchsurfing ve Tribe.net gibi

uygulamaların yanı sıra, HI5, Plaxo, Photobucket, LinkedIn, Second Life, DeLicio.us uygulamaları yer almaktadır. 2004 yılında ise; Catster, Flickr, Orkut, Care2, Dogster, Multiply, Mixi, Ning, Dodgeball, Piczo, BiggerPockets, Digg, Hyves, ASmallWorld uygulamaları hayata geçirilmiştir. 2005 yılında ortaya çıkan uygulamalar; Yahoo!360, Youtube, Xang, Bebo, Reddit iken, 2006 yılına gelindiğinde; Mychurch, Twitter, Stylehive, Fabulously40 öne çıkan uygulamalar olmuşlardır (Hazar, 2011). Bireylerin bizzat kendilerine ait kimlikleri ile sanal dünyaya dahil olmaları ise Facebook'un ortaya çıkması ile gerçekleşmiştir. Harvard Üniversitesi'nde öğrencilik yapmakta olan Mark Zuckerberg ve bir grup oda arkadaşı 2004 yılında Facebook uygulamasını hayata geçirmişlerdir. İlk ortaya çıkışında uygulamanın temelinde karmaşık olmayan bir okul yıllığını belirli kişilerden oluşan bir grup içi kapalı devre paylaşım amaçlı yapılandırmışlar ve sanal dünyaya yansıtmışlardır. Daha sonrasında hızla amacının ötesine gitmeye başlayan Facebook 2006 yılı itibariyle sosyal medya platformu haline dönüşerek, şu anda küresel erişim ve toplam aktif kullanıcı sayısı ile en büyük sosyal medya platformu olmuştur (Irak ve Yazıcıoğlu, 2012). Sosyal ağlar, aktif kullanıma dayalı en popüler çevrimiçi etkinliklerden biridir. Teknoloji istatistiklerini yayınlayan bir istatistik haber kaynağı olan Statista.com verilerine göre; 2019 yılının Ocak ayı itibariyle, Facebook ortalama aylık 2,375 milyardan fazla aktif kullanıcısı ile dünyada erişim ve kapsam açısından en popüler sosyal ağ olarak en üst sırada yer alır hale gelmiştir (<https://www.statista.com/>).

Ortaya çıkan uygulamalar içerisinde günümüze doğru kullanıcılar tarafından yoğun ilgi gören ve ön plana çıkan uygulamalar; Facebook, YouTube, Whatsapp, Facebook Messenger, WeChat, Instagram, Twitter, Reddit, LinkedIn, Skype, Pinterest ve Tumblr uygulamaları, Wikipedia ve Blog sayfalarıdır (Alexa, 2018).

2.3. Sosyal Medyanın Özellikleri

Sosyal medya uygulamalarının beslendiği temel kavramlar internet teknolojisi ve yeni medya yaklaşımlarıdır. İnternet teknolojisinde adeta bir

devrim meydana getiren yeni medyanın Richard Rogers'a göre üç temel niteliği bulunmaktadır (Geray, 2003'den akt. Aydoğan ve Kırık, 2012). Yeni medya uygulamalarının genel niteliklerini aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür:

Etkileşimlilik (Interactivity): Kullanıcılara sunulan özellikler arasında en fazla öne çıkan kavram etkileşimdir. Bu etkileşim nedeni ile gönderen ve alıcılar arasındaki mesafe gittikçe azalmaktadır (Kırık, 2012). Geleneksel medya uygulamalarında kaynaktan aktarılan iletilere çoğu zaman alıcılar tarafından geri bildirim sağlanamamaktadır. Sosyal medya uygulamalarında ise gönderen ve alıcı arasındaki etki ve tepkinin karşılıklı olarak gerçekleştiğini ifade etmek mümkündür (Güngör, 2013).

Eşzamansızlık (Asenkronizasyon): Sosyal medya uygulamalarında kullanıcılar tarafından istedikleri zamanda paylaşılan mesajlara ya da içeriklere istenilen zamanda yanıt verilebilmektedir. Yanıt verebilme imkanı geleneksel medya araçlarında da olsa da sosyal medya uygulamalarında aynı andalık gerekliliği yoktur (Kırık, 2012).

Kitlesizleştirme (Demassification): Sosyal medya uygulamalarında istenildiğinde kitlelere toplu mesajlar, istenildiğinde ise kullanıcı grubundaki kişilere özel mesajlar iletilebilmektedir. Böylece herkese farklı iletiler gönderilebilmektedir. Bu nedenle sosyal medya uygulamalarının kitlesizleştirme özelliği bulunmaktadır (Kırık, 2012).

2.4. Sosyal Medya Kullanımına Yönelik Araştırmalar

Günümüzde sosyal paylaşım ağlarının hem yeni iletişim teknolojileri olarak hem de yeni medya araçları olarak en popüler ağlar olduğu görülmektedir. Gerek ülkemizde gerekse de dünyanın birçok farklı bölgesinde sosyal paylaşım ağları içerisinde değişiklikler yer alsa da bütün bunlar yaygın olarak sosyal medya olarak adlandırılmaktadır. Yaygın kullanımı ve bilinirliği itibarıyla çalışmamızda ve anket formumuzda sosyal medya ifadesini kullanmayı tercih etmiş bulunmaktayız. Alt yapı olarak Web 2.0 teknolojisi ile birlikte karşılıklı anlık iletişime imkan sağlayan sosyal

paylaşım ağları ile kişiler daha önce hiçbir şekilde içinde yer alamadıkları kadar bir iletişim prosesinin öznesi olarak bu sürecin içerisinde yer alabilmektedirler. Genel olarak sosyal ağ veya sosyal paylaşım ifadesine bakıldığında kullanıcı konumundaki bireylerin gerek kendileriyle ilgili gerekse de çevresiyle ilgili bilgiler verebildikleri, diğer taraftan arkadaşları ile doğrudan iletişime geçebildikleri, resim yükleme, video içeriği sağlama gibi çeşitli paylaşımlarda bulunabildikleri ve arkadaş edinebildikleri web sitelerinin genel ismi olarak karşımıza çıkmaktadır (Aydoğan, 2010).

Sosyal paylaşım sitelerinde bireylerin ve kültürel aidiyetlerin çok farklı kullanım pratiği geliştirdikleri gözlemlenebilir. Aynı şekilde sosyal paylaşım siteleri de kullanıcılara geleneksel medya araçlarından çok farklı olarak birçok uygulamayı sağlamaktadır. Söz gelimi Boyd ve Ellison (2007) sosyal paylaşım ağlarını tanımlarken üç önemli ayrıma işaret ederler; Bu ayrımlardan birincisine bakıldığında sınırları çizilmiş bir sistemin yer aldığını görmekteyiz. Bu sistem içerisinde kullanıcılara açık ya da yarı açık profil oluşturmaya olanak tanınmaktadır. Ayrımların ikincisinde ise başkalarıyla bağlantı paylaşan kullanıcıların listelerine ulaşım sağlaması yer almaktadır. Son olarak üçüncü ayrım ise sistem içerisinde yer alan diğer bireylerin kendi listeleri ve bağlantılarını görebilmesi ve bu bağlantılar arasında çapraz geçişler yapabilmesidir.

Bireysel ve kolektif interaktif iletişime olanak tanıyan sosyal paylaşım ağları, kullanıcıların hem çevrimiçi hem de çevrimdışı bir şekilde aktif olarak resim, video, yazı, yorum vb. birçok konuda paylaşımda bulunabildikleri mecralar olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda kullanıcı bireylerin etkileşimde kalmasına imkan sağlayan çevrimiçi aygıtlar olarak da ifade edilen sosyal medyaya, paylaşım siteleri, forumlar, wikiler, bloglar, mikro-blog siteleri, sosyal ağ siteleri ve çevrimiçi sanal dünyalar örnek olarak gösterilebilir (Nash, 2009). Farklı birçok içeriğe ve kullanıcıya sahip sosyal paylaşım ağları kategorize edilecek olursa genel olarak aşağıdaki biçimde ele alınmaktadır. Sosyal sitelere bakıldığında bu sosyal siteler arasında MySpace, Facebook, Twitter yer almaktadır. Fotoğraf Paylaşım Siteleri arasında Flickr, PhotoBucket yer almaktadır. Video Paylaşım

sitelerine bakıldığında YouTube'un lider olduğu görülmektedir. Profesyonel Ağ Siteleri ise LinkedIn, Ning şeklindedir. Bloglarda ise Blogger.com, Wordpress önde gelmektedir. Wikiler olarak Wetpaint, PBWiki, İçerik etiketleme olarak MERLOT, SLoog ve son olarak Sanal Kelime açısından SL, Active Worlds, There, Whyville, Club Penguin, HiPiHi yer almaktadır (Dawley, 2009).

Sosyal medya kullanımı bakımından şu özellikler ön plana çıkmaktadır. Bunlar: Duygusal, bilişsel, alışkanlık ve sosyal ihtiyaçlar şeklindedir (Wang, Tchernev ve Solloway, 2012).

Son on yılda hayatımıza daha çok giren sosyal paylaşım ağları 1990'lı yılların sonlarında oluşmaya başlamış, kimi iniş çıkışların ardından günümüzdeki şeklini almıştır. Bu anlamda SixDegrees 1997 yılında kurulan ve bilinen ilk toplumsal paylaşım ağıdır (Toprak vd., 2009). Sosyal paylaşım ağlarının bugünkü formuna ulaşması süreci 20007 yılların başında Ryze.com, Friendster.com gibi sitelerin kurulmasıyla ivme kazanmıştır. Bu siteler içerisinde örneğin Friendster, insanların yeni insanlar ile tanışıp eski arkadaşları ile iletişimlerini canlı tutmaya ve çevrimiçi bir şekilde içerikleri paylaşmaya yardımcı olmayı esas almıştır (Toprak vd., 2009).

2003 yılından sonra toplumsal paylaşım ağları hızla bütün dünyada yayılmaya başlamış ve kullanıcı sayılarında da devasa artışlar meydana gelmiştir. Ancak 2003 yılından sonra hayata geçirilen ve tasarımı yapılan toplumsal paylaşım ağlarından en dikkat çekici olanlarına bakıldığında karşımızda Facebook ve MySpace'in yer aldığı görülmektedir. Takvimler 2004 yılını gösterdiğinde ise dünyada Facebook olgusu ortaya çıkmıştır. Başlangıçta Facebook ortamı sadece Harvard Üniversitesi'nin e-posta adresine sahip kullanıcılarla sınırlı tutulurken, zamanla birçok üniversitenin ağına yer almaya ve desteklenmeye başlamıştır. 2005 yılında Facebook, lise öğrencilerini de ağına katmış ve sonrasında da herkesin kullanımına açılmıştır (Toprak vd. 2009). Günümüzde Facebook, yaklaşık bir milyar kullanıcısı (<http://sosyalmedya.co>) ile birlikte her geçen gün birey, kurum ve

hatta devletlerin dikkatini daha çok çekerek varlığını artırmakta ve bu mecradaki liderliğini sürdürmeye devam etmektedir.

Yapılan bir araştırmaya göre, kitlelerin markaları, Twitter'da veya Facebook'ta takip edemediği sürece tüketicinin aklında kalmadığı ortaya çıkmaktadır. Kitleler en sevdikleri markaları takip edip onlarla etkileşime geçmek istemektedirler (Armellini ve Villanueva, 2011).

Sosyal paylaşım araçları günümüzde birçok alanda kullanılmaktadır. Bu kullanım alanları arasında bireysel kullanım alanları, toplumsal hareketler, meslek ve iş temsilcileri, siyaset ve ekonomi gibi alanlar yer almaktadır. Dünya ölçeğinde 1,5 milyar kullanıcıya ulaşan sosyal medya araçları, teknik ve nitelik bakımından birçok farklılığı içerisinde barındırmaktadır. Bireylerin kullanım alanlarına ve pratiklerine uygun hizmetler sunan sosyal paylaşım araçlarının kullanım özellikleri ve sunulan imkanlar yönüyle birbirinden farklı olduğu görülmektedir. Söz gelimi kullanıcılar için bazı sosyal paylaşım ağları farklı özellikteki hizmetleri sunmazken, bazıları da kullanıcılar için video, fotoğraf paylaşımı, bloglama, anlık gönderi gibi özellikleri ile son derece cazip hale getirilmektedir. Diğer taraftan toplumsal paylaşım ağları etnik kimlik, dil, cinsiyet, siyaset gibi bazı özel gruplar etrafında tasarlanmıştır. Mesela LinkedIn'in, meslek yönelimli bir toplumsal paylaşım ağı olduğu görülmektedir. LinkedIn'in kullanıcıları, kendi iş alanlarıyla ilişkili olarak ağlarla siteye bağlanmakta, bildikleri ve güvindikleri kişilerin iletişim detaylarını ellerinde bulundurarak ticari veya bilgi amaçlı iletişim içinde bulunmaktadır. Yukarıdaki özelliklere ek olarak Facebook'a bakıldığında ise, sitenin tüm kullanıcılara açık olduğu ve aynı zamanda sitede çeşitli özel grupların oluşturulabildiği görülmektedir (Toprak vd., 2009).

Sosyal medya kullanımına odaklanıldığında hem kültürel hem de bireysel kodlara dayalı olarak farklılık göstermektedir. Bu gerçek gerek Türkiye gerekse de dünya ölçeğinde ilişkiler, özgürlükler gibi alanların yanı sıra etnik ve dini kimlik ve siyaset yapma biçimi gibi pek çok alanda doğrudan okunabilmektedir. Kullanıcı bireylerin bahsi geçen araçları kullanım

tecrübesi içerisinde çoğunlukla yazma, video ve resim paylaşma ve yorumlarda bulunma gibi başlıklar olsa da bireysel ve toplamsal yönün daha çok önde olduğunun vurgulanması gerekiyor. Bu bağlamda özellikle günümüz dünyasında kullanıcıların dikkatin çeken en önemli sosyal medya araçları arasında postcast, mesaj panoları, bloglar, web siteleri, içerik paylaşım siteleri ve çok yaygın bir şekilde kullanılmakta olan sosyal ağ siteleri yer almaktadır. Kısaca sosyal medya konusunda bireyin yalnızlıklarının giderilmesi, farklılıkların ortaya konulması, ben de olmak istiyorum düşüncesinin sağlanması ve son olarak bireylerin ya da kurumların seslerinin duyurulmasının istenmesi gibi nedenler bu platformları oluşturmaktadır (Kuşay, 2010).

Varolan arkadaşlar ile akrabalarla iletişime geçilmek istenmesi sosyal medya aygıtlarının kullanım amaçlarının başında yer almaktadır. Örneğin çalışmamız bağlamında uyguladığımız anket formu verileri, Türkiye'de üniversite okuyan gençliğin sosyal medyayı daha çok var olan ilişkileri devam ettirmek amacıyla kullandığını göstermektedir. Sadece ülkemizde değil, dünyanın birçok yerinde sosyal paylaşım ağlarının hemen hemen tamamında kullanıcılar yeni insanlarla karşılaşma ve iletişime geçme amacını taşımaktadırlar (Boyd ve Ellison, 2007).

Sosyal medyanın kullanım pratiklerine dair ülkemizde yapılmış en önemli çalışmalardan biri olan “Toplumsal Paylaşım Ağı: Facebook” (Toprak vd. 2009) isimli kitap Türkiye'deki kullanıcı pratiklerinin daha çok var olan sosyal sermayelerini ağa taşıdıkları vurgusunu yapmaktadır. Bu anlamda Türkiye'deki Facebook kullanıcılarının çok büyük bir çoğunluğunun bu toplumsal paylaşım ağlarında sahneledikleri performanslarda hedef kitle olarak gerçek yaşamdaki mevcut toplumsal sermayelerine arkadaşlarına yöneldikleri, öte yandan performansta rolü olmayan ve olasılık onu gözlemleyen dışındakilerin varlıklarından ne rahatsızlık duydukları ne de ilgilendikleri belirtilebilir. Kullanıcıların, siteyi kullanım amaçlarının gerçek hayattaki arkadaşlarıyla iletişim kurabilecekleri, daha fazla paylaşım deneyimi yaşayabilecekleri sanal bir uzamda var olmak kaygısı olduğu görülmektedir. Kullanıcılar, Facebook'u yeni kişilerle tanışma aracı olarak

kullanmamakta, hatta çeşitli vesilelerle tanımadıkları kişilerden gelen arkadaş olma isteklerini yok saymaktadırlar (Toprak, 2009).

Günümüzde birçok alanda kullanılan sosyal medya, özellikle kişisel kullanıma aktif biçimde olanak tanıdığı için eğitsel anlamda kullanımı söz konusu olabilmektedir. Söz gelimi ülkemizde örneklerine rastladığımız “uzaktan eğitim” uygulamaları gibi, dünyada da buna benzer uygulamalar sosyal medyanın eğitim amacıyla kullanılabildiğini ortaya koymaktadır. Bu yönüyle bakıldığında araştırma, eleştirel düşünme, tartışma becerileri, sorgulama, iş birlik odaklı öğrenme, problem çözme becerilerini desteklemek gibi eğitimin en önemli öğeleri Facebook içerisinde yer alan ses dosyaları, videolar, resimler, sunumlar, kelime işlemci, tablolaştırma, veritabanları ve diğer türdeki belgeleri içeren web siteleri gibi ortamlarda çok rahat ve etkin bir şekilde kullanılabilmektedir (Gülbahar vd. 2010).

Sosyal medyanın kullanım amaçlarından biri internet ortamına kişilerin yalnızlıklarını paylaşmak ve sosyalleşme anlamında yapılanları taşımaktır. Bu bağlamda internet ortamına taşınan hayatlar bireylerin sosyalleşmesi adına çok fazla katkı sunmasa da en azından sosyal bir varlık olarak ihtiyacın giderilmesine katkıda bulunmaktadır. Bu çerçevede insanların karşılıklı, bir diğer ifadeyle yüz yüze iletişimin yerini bu ağların aldığı dile söylenebilir. Bireyler aslında günlük hayatta yaptıklarını yine yapmaktadırlar ancak bu defa bu eylemi sanal uzamda sanal araçlarla gerçekleştirmektedirler. Söz gelimi, sohbet etmek gayesiyle yüz yüze iletişimi değil, anlık ileti uygulamaları tercih edilmektedir. Bu bağlamda gündelik hayatın giderek sanallaştığını örneğin oynanan oyunların kahvede değil de internette oynanmasıyla, bireylerin içki içmek amacıyla bara gitmek yerine internet ortamında birbirlerine rakı ve bira simgeleri göndermeleriyle açıklamak mümkündür (Toprak , 2009).

Bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını tatmin etmelerini sağlama sosyal medyanın kullanım alanlarına yönelik nedenlerden birini oluşturmaktadır. Sosyal hayatın içerisinde ihtiyaçlarını tatmin edemeyen bireylerin ve gerek aile, gerekse de okul ve iş ortamında başarıyı yakalayamayan kişilerin

sosyal medya ortamında bu yaşadıkları olumsuzlukları dengelemeye çalıştıkları görülmektedir. Bu dengeleme ile birlikte birey oluşturmuş olduğu sanal kimliği ile birlikte kamusal sahneye çıkmakta ve bu kimlikle birlikte davranışlarını şekillendirmektedir. Bu bağlamda sanal ortamda bu kişi ile iletişime geçmek isteyen bireyler kişinin gerçek hayatta olmayan özellikleriyle ilişkiye geçerler. Bu kimselerden her şeyin görüldüğü gibi olduğuna inanmaları istenmektedir (Goffman, 2009).

Sosyal medya aynı zamanda bir kimlik oluşumuna imkan sağlamaktadır. Ancak bu kimlik temelde sanal bir düzlemde oluşmaktadır. Bu yönüyle sosyal medya yaşanan çağın ruhuna uygun olarak bir mekana dönüşmüş durumdadır. Bu bağlamda internet kullanıcılarına yönelik yapılan ilk psikanalitik çalışmaların birinde Sherry Turkle (1995, akt. Castells, 2005) kullanıcıların internet ortamında tamamen rol yaptıklarını ve böylelikle kendilerine çevrimiçi kimlikler inşa ettiklerini ortaya koymuştur. Araştırma aynı zamanda internet ortamının bir cemaat ruhu oluşturduğunu ve yaşam döngüsünde sosyal ilişkileri zayıf olan insanların geçici de olsa bir teselli bulduklarını ifade etmektedir. Netice olarak Turkle (1995, akt. Castells, 2005) şu sonuca varmaktadır: “Gerçeklik mefhumu karşı saldırıya geçer. Ekranda paralel hayatlar yaşayan insanlar, fiziksel benliklerinin arzuları, acıları ve faniliğiyle bağlanmıştır. Sanal cemaatler, internet çağında insan kimliği üzerine düşünebileceğimiz yeni, anlamlı bir bağlam sunmaktadır. Sonuçta kullanıcılar belirledikleri avatarlarla, yazdıkları mesajlar, paylaştıkları video ve resimlerle gerçek hayatta gerçekleştirmeye çalıştıkları kimliği sanal ortamda inşa ettiklerini düşünerek psikolojik tatmin sağlamaktadırlar. Sanal ortamda kurdukları yeni hayatları ve yeni rollerine uygun davranış kalıplarını yeniden üreterek var olmaya devam etmektedirler.”

Kullanım amacı olarak sosyal medyanın bir başka yönü ise düşünce, duygu ve tepkiler noktasında kişilerin bir iletişim içerisine girmesini sağlamasıdır. Sosyal medyanın bu yönü modern demokrasilerdeki aktif katılıma işaret etmektedir. Zira sosyal medya kişilerin düşünce ve reaksiyonlarını son derece rahat bir şekilde ifade edebildikleri bir yerdir.

Örneğin geçtiğimiz yüzyılda bireyler demokratik tepkilerini mektup, telgraf ve telefon gibi yollarla ifade ederken zamanla radyo ve televizyon sonrasında ise bilgisayar ve internet yoluyla tepkilerini ortaya koymuşlardır. Bu bağlamda sosyal medya araçlarının demokratik katılım noktasında son derece önemli işlevler gördüğünü söyleyebiliriz.

Günümüzde insanların sosyal medya sayesinde bireysel hayatlarıyla ilgili sözler ve düşünceler ortaya koyma kabiliyetine sahip olduklarını görmekteyiz. Diğer taraftan konu gelecek adına kararlar verme noktasına geldiğinde sosyal medya bu hususta da önemli roller üstlenmektedir. Geçen yüzyılda sosyal ve siyasal yapı daha çok dikey bir toplumsal yapı etrafında şekillenirken, o dönemin ruhunu yansıtan iletişim araçlarının katılıma sınırlı biçimde olarak tanıdığı gerçekliğiyle karşı karşıya kalınmaktaydı. Halbuki günümüz dünyasında yer alan yeni medya aygıtlarıyla birlikte şekillenen yatay bir toplumda oluşan kimliğin, akışkan ve açık olduğu böylelikle insanın kendi yaşamına yönelik olarak özgür planlama ve şekillendirme hakkını hissettiği belirtilmektedir (Lawrence, 2002). Buna göre demokratik katılıma ilişkin bu yeni halde bireyler, kendilerinin başında yer alan ve yöneten insanları denetleme, sorgulama ve hatta yargılama imkanı dahi bulabilmektedirler.

Sosyal medya kullanımına ilişkin yukarıda belirtilen nedenlerin yanı sıra daha pek çok kullanım nedeni ve pratiği ifade edilebilir. Fakat çalışmanın sınırlarını aşacak olmasından dolayı, sadece sosyal medyanın temel kullanım nedenleri açısından başat unsurlara değinilmekle yetinildi. Zira her sosyal medya aracının farklı özellikleri ve dolayısıyla farklı kullanım pratikleri bulunmaktadır. Örneğin Facebook kullanıcılarının, Facebook'a erişim nedeni olarak birçok hususun yer aldığı görülmektedir. Bu nedenler arasında gözetim sağlama, fikir belirtme, fotoğraf yükleme, video izleme ve paylaşımında bulunma, müzik dinleme; oyunlar oynama, alışveriş yapma, etkinlik düzenleme vs. gibi pek çok neden yer almaktadır. Bütün bunlar internet kullanıcılarını Facebook'a çekmektedir (Toprak, 2009). Benzer şekilde Twitter, MySpace ve diğer sosyal medya araçlarının özellikleri ve kullanım pratikleri farklılık göstermektedir. Çalışmanın saha kısmında

öğrencilerin verdiği cevaplar doğrultusunda, kimin hangi aracı ne amaçla kullandığı daha yakından görülebilecektir.

2.5. Sosyal Medya Araçları

Sosyal medya uygulamaları biçimleri ve içerikleri ile oldukça zengin bir çeşitliliğe sahiptir. Sosyal medya araçlarını; sosyal ağlar, bloglar, mikrobloglar, vikiler, sosyal imleme siteleri, görsel sosyal paylaşım platformları, podcastler, oyunlar, forumlar olarak sınıflandırmak mümkündür. Bu araçlar üzerinden bireyler bilgi, mesaj, görüntü ve ses paylaşımlarını gerçekleştirebilmektedir. Yine kullanıcılar aradıkları içeriklere bu uygulamaların vasıtası ile ulaşabilmektedir (Mayfield, 2008).

2.5.1. Sosyal Ağlar

Sosyal ağ kavramının ilk kullanımına 1930'lu yıllarda sosyometri ve grup dinamikleri çalışmalarında rastlanılmaktadır (Vural ve Bat, 2010). Sosyal ağ içerisinde yer alan katılımcılar bu uygulamalarda kendi profillerini meydana getirerek sosyal çevresi ile etkileşime geçmekte, kurdukları ağlar aracılığı ile içerik paylaşımlarını gerçekleştirmektedir. Bu uygulamaların kullanım alanının genişlemesi doğrultusunda e-posta kullanımında düşüşler yaşanmıştır. Tanıtım maksadıyla e-posta veri bankalarının oluşturulmasının ne kadar mantıklı olduğu ile ilgili sorgulamalar ortaya çıkmıştır. Bu gelişmelere bağlı olarak e-postalar yalnızca sosyal ağlarda profil oluşturmak için kullanılan adresler olmaya başlamıştır. Yapılan araştırmalar neticesinde bir internet kullanıcısının e-posta kullanımı günde ortalama üç dakika, sosyal medya kullanımına ise günde ortalama 56 dakika ayırıyor olması bu durumun ispatı niteliğindedir (Zafarmand, 2010). Ekim 2018 itibariyle, dünya çapında küresel internet kullanıcılarının günlük ortalama sosyal medya kullanımı yaklaşık 135 dakika olarak belirtilmiştir (<https://www.statista.com/>).

2.5.2. Bloglar

Bloglar, içerik girişlerinin düzenli veya sıkça olduğu, gönderilerin kronolojik bir sıra ile görüntülenmekte olduğu gelişmiş bir web sitesi biçimidir (Akar,

2010). Fakat bloglar sadece şahsi düşüncelerin ifade edilmekte olduğu asenkron bir platform değil aynı zamanda kullanıcıların kendi içeriğini dilediğinde özgür biçimde yayınlamasına imkan tanıyan alanlardır. Bireylerin dilediği fotoğraf ve video gibi materyallerle okuyanları etkileyebilmesi, okuyanlarla senkronize biçimde iletişim kurabilmeleri, yorum alabilmeleri web tabanlı bu günlükler sayesinde mümkün olmaktadır (Keng ve Ting, 2009). İlk blog, 1994 yılında Swarthmore Koleji öğrencisi Justin Hall tarafından oluşturulan Links.net olmuştur. O dönemde platform blog olarak değil, kişisel ana sayfa olarak adlandırılmıştır. Bruce ve Susan Abelson'un çevrimiçi günlük yazarları bir araya toplamak için geliştirmiş oldukları Open Diary, günümüzdeki manasıyla blog sitelerinin en eski örneklerinden biridir. 1997 yılında, Jorn Barger isimli blog yazarı "Weblog" kelimesini, web ile log kelimelerini birleştirerek "ağın web'in günlüğe kaydedilmesi" olarak tanımlamıştır. Türkçesi seyir defteri anlamına gelen "Weblog" ilk defa kullanılmış olup "blog" kelimesi konuşma diline yerleşmiştir (Kaplan ve Haenlein, 2009). Bloglar çevrimiçi kültürün ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Blogger.com, WordPress.org, Tumblr bugün dünyada en popüler blog platformları olarak gösterilebilir. Statista.com verilerine göre; Temmuz 2017 itibarıyla, blog sitelerinde 6,7 milyon kişinin blog yazarlığı yapmakta olduğu ve 300 milyondan fazla blog sitesinin yer aldığı belirtilmektedir. İnternette çevrimiçi geçirilen sürenin % 23'ünün blog veya sosyal medya sitelerinde geçirildiği ve blog sitesi Blogger.com'un ayda 46 milyondan fazla benzersiz ziyaretçiye ev sahipliği yaptığı belirtilmiştir (<https://www.statista.com/>).

2.6. Sosyal Medyanın Yapı Taşları

Sosyal medyanın etkili bir iletişim ortamı olduğu açık olmasına rağmen birçok yönetici sosyal medyanın etkili kullanımı üzerine stratejilerin geliştirilmesi ve ilgili insan kaynağının ayrılması konusunda eksiklikler yaşamakta ve kimi zaman bu konu göz ardı edilebilmektedir (Berthon ve diğerleri, 2008). Bu yetersizliğin bir nedeni sosyal medyanın neyi ifade ettiği ve hangi formlarda olabileceğine dair bilgi eksikliğidir. Bu eksikliğin giderilmesi için sosyal medyanın yedi yapı taşı tanımlanmış ve bir petek

çerçeve olarak sunulmuştur. Bunlar arasında, kimlik, sohbet, paylaşım gibi hususların yanı sıra, konum, ilişkiler, itibar ve gruplar yer almaktadır (Kietzmann ve diğerleri, 2011). Sosyal medya platformlarında kimlik, kullanıcıların kendi kimliklerini hangi ölçüde ortaya çıkardıkları anlamına gelmektedir. Kullanıcılar kendilerini tanımlarken isim, yaş gibi bilgilerin yanı sıra cinsiyet, meslek ve bulunduğu yer gibi bilgilerini de kullanmakta ve kendi portrelerini yansıtan duygu, düşünce, beğeni ve ilgi alanlarından da yararlanmaktadır. Sosyal medya platformlarına kullanıcılar gerçek kimlikleriyle katılabildikleri gibi gerçekte kim olduklarını gizleyip sanal profiller oluşturabilmektedir. Kullanıcıların bazıları kişisel bilgilerini sosyal medya platformları olan Facebook ve Twitter gibi ağlarda kendi istekleri ile paylaşıırken, bazılarının ise bilgilerinin ne yapıldığını ve nasıl kullanıldığını dair, bilgilerinin veri madenciliği ve gözetim işlemleri için bir kaynak olarak kullanılmaları ile ilgili ciddi endişeleri vardır. Kullanıcılar kişisel bilgilerinin gizliliğine ilişkin potansiyel saldırılara karşı uyarılmalarına rağmen, çok azının gizlilik tercihlerini değiştirdiği görülmektedir (Gross ve Acquisti, 2005).

Sohbet, kullanıcıların sosyal medya platformlarında diğer kullanıcılar ile ne ölçüde iletişim kurabildiğidir. Birçok sosyal medya sitesi öncelikli olarak bireyler ve gruplar arasındaki iletişimi kolaylaştırmak amacı ile tasarlanmıştır. Kullanıcılar herhangi bir konu veya fikir hakkında düşüncelerini belirtmek için bloglara yazılar yazabilmekte, tweet atabilmekte veya diğer sosyal medya platformlarını kullanabilmektedir. Twitter genel olarak günlük rutin ya da şu anda ne yapıyorsun hakkında konuşmak, “@” sembolünden sonra kullanıcı adını yazarak diğer kullanıcılarla sohbet etmek, URL ile bilgi paylaşmak, en son gelişen haberleri vermek ve güncel konular hakkında yorum yapmak amacı ile kullanılmaktadır. Bununla birlikte Twitter kullanıcıları üç gruba ayrılmıştır. İlk grup, bilgi kaynaklarıdır. Bilgi kaynakları aynı zamanda ağ üzerinde bir merkezdir ve çok sayıda takipçileri vardır. Bu kullanıcılar seyrek veya düzenli aralıklarla paylaşımda bulunur. Seyrek durum güncellemesi ve paylaşımlara rağmen, paylaşılan içeriğin değerli olmasından dolayı takipçi

sayıları yüksektir. Diğer bir grup, arkadaşlardır. Twitter üzerindeki çoğu ilişki bu kategori altındadır. Bu grup çok geniş bir tanımlamadır. Aile, arkadaş, çalışma arkadaşı gibi alt gruplara ayrılabilir ve birbirini tanımayan yabancı kullanıcılarda arkadaş olarak eklenebilir. Son grup ise bilgi arayanlardır. Bilgi arayan kullanıcılar nadiren paylaşımda bulunurlar ama düzenli olarak diğer kişileri takip ederler (Java ve diğerleri, 2007).

Paylaşım, kullanıcıların sahip oldukları içeriği hangi ölçüde dağıttığı ve paylaştığıdır. Sosyal medyada oluşturulan içeriklerin, sosyal ağ üzerinde bulunan insanlar arasındaki bağlara ilişkin olduğu ifade edilebilir. Paylaşılan içerikler yer aldığı sosyal medya platformlarına göre farklılık gösterebilmekte ve sosyal medya kullanıcılarını ortak bir paydada buluşturabilmektedir. Örneğin; bu içeriklere Instagram'da fotoğraf, Youtube'da video ve LinkedIn'de özgeçmiş olarak rastlamak mümkündür.

Facebook'da fotoğraf paylaşımı üzerine yapılan bir araştırmada, paylaşımı etkileyen altı faktör tespit edilmiştir. Bunlardan ilki, sevgi arama; insanlar tarafından ilgi görme, takdir ve teşvik kazanma ihtiyacı anlamına gelmektedir. İkincisi, dikkat çekme; diğer kişilerinin dikkat ve ilgisini çekmek olarak ifade edilmektedir. Üçüncüsü, ifşa etme; kendisi veya yakın ilişkide olduğu kişiler ile ilgili kişisel bilgilerin paylaşılmasıdır. Dördüncüsü, alışılmış hareket; istemsiz ve düzenli olarak gerçekleştirilen davranış modeli veya aktivite anlamındadır. Beşincisi, bilgi paylaşımı; kişinin istek, ilgi, duygu ve durumunu ifade etmesi için başkaları ile bilgilerini paylaşmasıdır.

Sonuncusu sosyal etki ise toplumun veya bir grubun parçası olabilmek için bir modayı takip etme, havalı görünme veya şık olma gibi çeşitli duyguların birleşimidir (Malik vd., 2016).

Konum, sosyal medyanın yer aldığı platformda ağ kullanıcılarının diğer kullanıcıların konumlarını ne ölçüde bildiklerini ifade etmektedir. Kullanıcıların gün geçtikçe daha çok mobil olarak internete bağlanabilir duruma gelmesiyle birlikte, konum paylaşım ortamları sanal ve gerçek dünya arasındaki köprüyü kurmakta yardımcı olabilmektedir. Örneğin;

“Friends Around Me” uygulamasıyla kullanıcılar arkadaşlarının Facebook, Twitter ve Foursquare gibi farklı ortamlardaki konum belirtme anlamına gelen check-in paylaşımlarını takip edip bulundukları konum hakkında bilgi alabilirler. Kullanıcıların konum bazlı sosyal ortamlara karşı tutumu, konum bilgilerini bu ortamlarda paylaşp paylaşmayacaklarını etkileyen faktörün başında gelmektedir. Bu ortamlara karşı tutumlarını ise sosyal normlar, algılanan risk, algılanan fayda ve kanaat önderleri etkilemektedir (Koohikamali vd., 2015).

İlişkiler, sosyal medya platformundaki kullanıcıların diğer kullanıcılarla kurdukları ilişkinin boyutunu ifade etmektedir. Sosyal medya kullanıcıları arasındaki ilişki iki veya daha fazla kullanıcının oluşturdukları topluluklarda sohbet etmesi, paylaşmada bulunması, buluşması veya sadece arkadaş listelerinde bulunması anlamına gelmektedir. Bazı platformlarda, bu ilişkiler resmi ve önceden yapılandırılmış bir formattadır. Örneğin; LinkedIn’de kullanıcılar arasında resmi ve oldukça yapılandırılmış bir ilişki vardır. Bazı platformlarda ise, bu ilişki gayri resmidir ve yapılandırılmış bir formatı yoktur. Bloglar içeriklerin nasıl paylaşılacağına dair herhangi bir kural ve düzenleme olmadan kullanıcıların birbirleri ile ilişki geliştirmesine olanak sağlar.

Kimi sosyal medya platformları ise kullanıcıların yeni bağlantılar kurması yerine mevcut bağlantılarını devam ettirmesi üzerine odaklanmıştır. Skype ve WhatsApp insanların tanıdığı kişilerle iletişim kurmalarını sağlamaktadır. Twitter, YouTube gibi bazı sosyal medya platformlarında ilişkiye çok az önem verilmektedir. Genellikle, kimlik konusuna fazla önem vermeyen sosyal medya platformlarının, ilişki hususuna da önem vermediği ifade edilebilir. İtibar, bir sosyal medya platformunda kullanıcı konumundaki bireylerin, kendileri de dahil diğer kullanıcı şahısların itibarlarını ne ölçüde gördüklerini ifade etmektedir. Twitter’da takipçi sayısı, LinkedIn’de ise diğer kullanıcılardan alınan onay ve destek itibar göstergesi olarak ifade edilebilmektedir. İtibar sosyal medya platformlarında sadece kişilere ait bir kavram değildir, aynı zamanda oylama sistemleriyle değerlendirilen içerik ile de ilgilidir. YouTube’da

paylaşılan bir videonun izlenme sayısı ile Facebook'da paylaşılan bir gönderinin aldığı beğeni sayısı bir itibar göstergesi olarak kabul edilebilmektedir.

Grup, bir sosyal medya platformunda kullanıcıların ne ölçüde belirli bir grup ya da alt grup oluşturabileceklerini ifade eder. Bir sosyal ağ ortamı ne kadar sosyalleşirse arkadaş ya da takipçi gruplarının da o kadar büyük olması beklenir. Sosyal medya platformlarında iki çeşit grup vardır. Bunlardan ilki, kullanıcıların kendilerinin oluşturduğu ve arkadaşlarını ya da takipçilerini eklediği gruplardır (Twitter'da listeler gibi). İkinci tür olarak isimlendirilen gruplar ise, gerçek yaşamdaki klüplere benzer biçimde kurulur. Bunların içinde herkesin kolaylıkla girebileceği açık gruplar, katılımın sağlanması için onay gerektiren kapalı gruplar veya öncelikli olarak davetiye ile katılım sağlanan özel gruplar yer almaktadır.

Bir sosyal medya platformu bu yapı taşlarının hepsini içermek zorunda değildir. Sosyal medya platformları baskın ve geri planda kalan yapıtaşlarına göre değerlendirebilir. Sosyal medya platformları yapı taşlarının bazılarını diğerlerine göre daha fazla odaklanmaktadır. Örneğin; LinkedIn kullanıcıların kimliği üzerine kurulu bir uygulamadır. Kimlik yapı taşını, ilişkiler ve itibar takip etmektedir. Facebook'da ise odak noktası ilişkiler iken konum, kimlik, sohbet ve itibar takip etmektedir. Sosyal medyanın toplumda yarattığı dikizleyen göz olgusu, sosyal medya kullanıcılarında bağımlılık haline dönüşebilmektedir. Bireyler sosyal etkileşim sürecinde yalnız kalmak istemezler. Amaçları her ne kadar zor gibi gözükse de yalnızlıkla sosyalliği beraber götürmektir. Kendi bilgilerini başkaları ile isteyerek paylaşırlar ve mahremiyetleri peşinde koşmazlar. “Bu özelliği ile bakacak olursak mahremiyet, tek başına olma ve başka bireylerle birlikte bulunma isteği arasındaki karşılıklı durum olarak da belirtilebilir” (Toprak ve diğerleri, 2009). Bireylerin zaman mekan sınırları olmadan kolaylıkla her an her yerde internete erişilebilmesi, sosyal medyanın yoğun ve problemlili kullanılması gibi toplumda endişelendirici bir boyuta ulaşılmasına sebep olabilmektedir (Şahin ve Yağcı, 2017).

2.7. Sosyal Medya Bağımlılığı

İlk olarak kısa adı WHO olan Dünya Sağlık Örgütü tarafından 1964'te tanımlanan bağımlılık kavramı, literatürde “maddeye bağlı bağımlılık” ve bir davranışa, alışkanlıklara dayalı “davranışsal bağımlılık” olarak karşımıza çıkmaktadır (Turan, 2015). Bağımlılık terimi herhangi bir madde veya eylem ile ilişkilendirilebilir. İnsanların çikolata, çay, kahve, sigara, alkol, uyuşturucu maddeler vb. kimyasal madde kullanımı gibi yemek, televizyon, oyun, iş, internet, kumar, seks ve alışveriş gibi kimyasal bağımlılıktan farklı davranışlara da bağımlı olabilecekleri vurgulanmaktadır (Ögel, 2012). Madde bağımlılığı, “bireyin vücudun işlevlerine zarar vermesine rağmen maddeye fizyolojik istek duyma, kullanımını bırakamaması ve ruhsal gereksinimlerini tatmin etme amacı ile bağımlı duruma gelmesi” olarak tanımlanmaktadır (Köknel, 1998). Kişinin bir dürtü ve güdüye kendisine veya diğer bireylere zarar verebilecek bir davranış gerçekleştirmek için karşı koyamaması, davranış bağımlılığı olarak ifade edilmektedir (Grant ve diğerleri, 2010). Davranışsal bozukluk kapsamında teknolojik bağımlılıklar kavramı da yer almaktadır. İnternet bağımlılığı bu grubun altında incelenmektedir. Yapılan araştırmalarda tanı ölçütlerinin sonucunda teknoloji bağımlılığının, madde bağımlılığıyla neredeyse benzer nitelikler taşıdığı saptanmıştır. Bu doğrultuda patolojik seviyedeki internet kullanımının genel olarak “teknolojik bağımlılıklar” başlığı altında incelendiği görülmektedir (Young, 1996 akt. Arısoy, 2009). Günümüz yaşam koşullarında, teknolojinin değişimi ile neden ve amaçları ile olumsuz olarak farklılaşan internet ve sosyal medya kullanım değişiklikleri de bağımlılık olarak değerlendirilmektedir (Cengizhan, 2005).

Bireyler ve bireylerin yaşamları üzerinde psikolojik, sosyal ve davranışsal etkiler olarak olumsuzluklara sebep olan internet bağımlılığı kavramı klinik bir tanımlamadır. Doksanlı yıllarda ortaya çıkmış ve günümüze dek dikkat çekiciliğini korumuştur (Turan, 2015). İnternet bağımlılığı sosyoloji, psikoloji ve iletişim gibi birçok farklı disiplinden araştırmaya konu olarak, çok fazla sayıda terim ile açıklanmaya çalışılmıştır (Balcı ve Gülnar, 2009). “Bu terimler arasında “internet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı”,

“uygun olmayan internet kullanımı” gibi terimlerin yanı sıra “problemlili internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “internet istismarı”, “internet kullanım bozukluğu”, “siber bağımlılık” vb. gibi terimler de yer almaktadır. Çeşitli terimler kullanılmış olsa da temelde internet kullanımıyla ilgili yaşanan sorunları açıklamaya çalışılmıştır (Gününç ve Kayri, 2010). 1994 yılında Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan ve psikiyatride temel kaynak gösterilen “DSM IV” kısaltmasıyla bilinen “Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı 4’de davranışsal bağımlılıklar, “dürtü kontrol bozuklukları” olarak değerlendirilmiştir. “İnternet bağımlılığı” terimini 1995 yılında ilk kez psikiyatrist Dr. Ivan Goldberg ortaya atmıştır. Hastalıkları sınıflandırma el kitabında kimyasal maddeler için tanımlanan “madde bağımlılık ölçütlerini” yol gösterici belirleyerek, patolojik internet kullanımını “internet bağımlılığı bozukluğu” adını verdiği kavramıyla tanımlamıştır (Ögel, 2012). Young (1996) ise, problemlili internet kullanımını, ‘patolojik kumar oynama’ kriterleri doğrultusunda oluşturduğu göstergeler ile sarhoş edici bir madde alımının olmadığı bir bağımlılık şeklinde ifade etmiş ve yayınlamıştır. İnternet bağımlılığının tespiti için patolojik kumar bağımlılığı kriterlerinkinden uyarlanan tanı kriterlerindeki, sekiz ölçütten beş tanesinin var olması gerekmektedir. İnternet bağımlılığına yönelik olarak ortaya konulan tanı ölçütleri şu şekildedir:

- İnternete ilişkin sürekli zihinsel bir uğraş içinde olma, aşırı olarak interneti düşünme,
- İnternette geçirilen vaktin giderek arttırılması ve bireyin bunu istemesi,
- İnternette geçirilen vakti azaltmaya yönelik davranışlarda bulunmak, başarısız olunması,
- İnternet kullanımının azaltılması ve internete bağlı olunmadığı zamanlarda çekilme belirtilerinin yaşanması ve huzursuz hissedilmesi,
- Başlangıçta düşünülen süreden daha fazla süre internette vakit geçirilerek zaman problemleri yaşanması,

- İnternetin problemli olarak uzun süre kullanılması sonucu yakın çevresindeki kişiler ile problemler yaşaması, sosyal hayatındaki fırsatların kaçırılması,
- İnternete daha fazla bağlı kalmak için çevrimiçi geçirilen süre hakkında yakın çevre, terapist ve başkalarına gerçekdışı ifadelerde bulunarak aldatılması,

İnterneti sıkıntılı duygulardan uzaklaşmak için kullanılmasına rağmen çaresizlik, suçluluk, kaygı, depresyon, mutsuzluk duygularının yaşanılmasıdır (Young, 1996). Sorunlu internet kullanımı, bireyin yaşamında internet kullanımı üzerinde kontrolünün kaybolmasından dolayı psikolojik ve sosyolojik olarak ciddi zorluklar ile karşı karşıya kalmasını ifade etmektedir (Ögel, 2012). Sosyal medyayı aşırı kullanan bir internet kullanıcısı ile yürütülen bir örnek olay araştırmasında, internetin ve sosyal medya uygulamalarının günde en az beş saat ve beş saatten fazla kullanılması bağımlılık olarak raporlanmıştır. Sosyal medya kullanımının artışının sosyal medya bağımlılığını ortaya çıkarttığı saptanmıştır. Ayrıca sorunlu internet kullanımının bireyin günlük yaşamında da klinik incelemeler gerektiren bir takım olumsuzlar meydana getirdiği; uyku problemleri, dikkat eksikliği, genel anksiyete bozukluğu ve depresyona sebep olduğu belirtilmiştir (Karaiskos vd., 2010). Sorunlu internet kullanıcıları genelde üç aşamadan geçmektedir.

1. Büyülenme
2. Saplantı
3. Hayal kırıklığına uğrama/ uzak durma (Ekinci,2002).

İnternetin yanlış kullanımı, etki ve kontrol problemleri oluşturarak internet bağımlılığına sebep olmasının yanı sıra, daha kolay ve hızlı erişim imkanı sunması alışveriş, sohbet, oyun, kumar, pornografik amaçlı kullanım vb. davranış bozukluklarına da yol açabilmektedir. İnternet bağımlılığını beş tip ile kategorize etmenin mümkün olduğu belirtilmiştir. Bunlar:

- Siber Seksüel Bağımlılık: Yetişkinler için sohbet odası ve sanal pornografi içeren web sitelerini kullanmak,

- Chat Odaları Bağımlılığı: Chat sayfalarında arkadaşlık kurmak,
- Ağ Tutkuları: Aşırı derecede kumar oynama, takıntılı olarak alışveriş yapma ve çevrimiçi açık artırma, bahis ve kumar sitelerini kullanmak,
- Aşırı Bilgi Yükleme Bağımlılığı: İhtiyaç duyulandan daha fazla veriye ulaşmak için internette sürekli dolaşmak ve tarama yapmak,
- Elektronik Cihaz Kullanma: İleri düzeyde takıntılı olarak oyun oynama bağımlılığıdır (Soul , 2003'den akt. Balcı ve Gülnar 2009).

Sosyal medya bağımlılığını ölçmek için psikometrik süreçlerin gerçekleşmesi gerekmektedir. Griffiths (1996), teknolojik bağımlılığının ana bileşkenleri olan fiziksel bağımlılık ile psikolojik bağımlılığın ölçütlerini tanımlarken altı duygu durum değişikliği belirtisini ortaya koymuştur. Bunlar; dikkati çekme, kişilerarası çatışma, tolerans, yoksunluk belirtileri, nüksetme özellikleridir (Griffiths, 1996 akt. Arısoy, 2009).

1) Zihinsel Meşguliyet: Bireylerin sosyal medya kullanmadıkları anlarda dahi çevrimiçi geçirecekleri zamanı, sosyal medya da gerçekleştirecekleri aktiviteleri planlayan düşüncelere sahip olması ve sosyal medya kullanımını yaşantısındaki en önemli aktivite haline getirmesidir.

2) Duygu Durum Değişikliği: Sosyal medya kullanımının bireylerin zihinsel, duygusal durumuna ve davranışlarına hakim olması durumudur. Bireyin sosyal medya kullanma deneyiminin farklı zamanlarda farklı duyguları deneyimlemesidir.

3) Tekrarlama: Bireyin sosyal medya kullanımını azaltmak adına yoğun istek duyması, davranışa dönüştürse dahi yoğun uğraşlarına rağmen tekrar problemli sosyal medya kullanımı davranışına geri dönmesidir.

4) Çatışma: Bireyin sosyal medya kullanımının aşırı ve problemli olmasından dolayı kendi içinde zaman, sağlık, problemleri yaşaması ve yakın çevresi ile kişilerarası iletişimde sorunlar meydana gelmesi, sosyal hayatında olumsuzlukların ortaya çıkmasıdır (Tutgun Ünal, 2015).

2.8. Sosyal Medya Bağımlılığının Lise Öğrencileri Üzerine Potansiyel Etkileri

İnternet teknolojilerinde, erişim imkanlarında özellikle sosyal medya uygulamalarında yaşanan değişimler sonrasında internet kullanımı bireysel ve toplumsal açıdan hayli önemli bir yer edinmiştir. Hem toplumsal hem de bireysel açıdan sosyal medya uygulamalarının gençler üzerindeki etkileri oldukça önemli görülmektedir.

Bu bağlamda sosyal medyanın bireylerin yaşamlarında her an erişilebilir olması, yaşayış içerisinde en küçük detaya kadar girmiş olmasına zemin hazırlamaktadır. Bireylerin yaşamında son derece ehemmiyetli bir etkiye sahip ve teknik bakımdan her zaman kullanılabilmeye müsait olduğu realitesi doğrultusunda sosyal medyanın problemleri kullanımı ile oluşan sosyal medya bağımlılığının lise düzeyindeki gençler üzerindeki etkisinin araştırılması gerekmektedir.

Sosyal medyanın bireylerin hayatında merkezi bir yer edinmesinin temel nedenlerinden biri, hiç şüphesiz bireylerin algılarını değiştirebilmesi ve psikolojik gereksinimlerine karşılık verebilmesidir. Dönem dönem bireylerin yalnızlık durumları, keyifsiz dönemleri, dönem dönem sosyal katılımı ve ruh haline vb. şekilde farklı ihtiyaçlarına imkan sağlayan sosyal medya kullanımı, diğer taraftan sosyal medya aygıtlarına bağımlılığı da besleyebilmektedir. Sosyal medya kullanıcılarının bilhassa da gençlerin, sosyal medya kullanım oranları gerçek hayatta kişiler arası ilişkilerinin önemli ölçüde azaldığına işaret etmektedir. Bu bağlamda sosyal medya kullanımının ilişkilerin sıradanlaşmasında oldukça etkin olduğu saptanmıştır (Seo , 2013). Aynı durumda günlük hayatta sosyal medyada geçen süre devamlı olarak artış göstermektedir (TÜİK, 2018).

Yapılan araştırmalar birçok alanda kullanım oranları artış gösteren sosyal medyanın, bireylerin yaşamında ve toplumsal ilişkilerin inşasında edindiği rolün baskınlığını ortaya koymaktadır. Sosyal medyanın bireylerin yaşamındaki iç dinamiklerin değişiminde ve yeni bir toplumsal düzenin oluşturulmasındaki etkisi tartışılmıştır. Araştırmalar sonucunda sosyal

medya içeriklerinin bağımlılık yapıcı bir etkisinin olduğu saptanmıştır (Sert Karaaslan, 2015)

Sosyal medya uygulamalarından verimli ve faydalı bir şekilde yararlanmak mümkün olduğu kadar, bireyin günlük hayatında olumsuz etkiler yapabilecek şekilde bağımlı hale gelmesi de mümkün olabilmektedir. İnternetin bir iletişim aracı olarak ortaya çıkmasına rağmen bireyleri iletişimsizliğe ittiği araştırmacılar tarafından sıklıkla belirtilmiştir. Gerçek mekanların yerini sanal çevreler alırken, gerçek sosyal ilişkilerin yerini de sosyal ağlar üzerindeki ilişkilerin aldığı ifade edilmektedir (Karakoç ve Taydaş, 2013).

Bilgiye erişmek ve sosyalleşmek amacı ile internet kullanma alışkanlığı kazanan bireyler bu davranışlarını üst sınırlara ulaşabilmekte ve zaman yönetimlerini de kaybederek davranışsal bir bozukluk olarak internet bağımlılığı boyutuna taşıyabilmektedirler (Young, 1999). Kullanıcıların sosyal medya tercihlerine yönelik gerçekleştirdiği pozitif değerlendirmeler, aşırı bağımlılık riskini de ortaya çıkarabilmektedir. Önceki dönemlerde tercih edilen kitle iletişim araçlarından farklı niteliklere sahip olunduğunun aktarılması maksadı ile sosyal, akıllı, yeni vb. kavramlarının sıfat olarak tercih edilmesi uygulamaların karakterize edilerek daha fazla ilgi uyandırmasına neden olmaktadır. Bu uygulamaların yapısal nitelikler açısından değerlendirilmesi neticesinde kullanıcıların tembelleşmesine, yalnızlaşmasına neden olabileceğini ifade etmek mümkündür (Hargittai, 2008).

2010 yılında yapılan “Medyanın Çocuk ve Gençler Üzerinde Olumsuz Etkileri; Şiddet Eğilimi ve İnternet Bağımlılığı” adlı çalışmada gençlerin internet ve sosyal paylaşım ağlarından nasıl etkilendiklerini belirlenmeye çalışılmış ve internet kullanım nedenleri ile bağımlılık düzeylerinin ilişkili olduğu saptanmıştır. Sosyal medya uygulamalarının gençlerin internet bağımlılığını arttırdığı ve topluma yabancılaşmaya sebep olduğu ortaya çıkarmıştır (Tahiroğlu , 2010).

“Sosyal Paylaşım Ağlarının Kişilerarası İletişim Sürecine Etkisi Bağlamında Facebook” adlı çalışmada bireylerin sosyal medya uygulamalarını sosyalleşmek amacıyla uzun süre boyunca bilinçsiz olarak kullanmalarının, günlük yaşamlarında yalnızlık ve topluma yabancılaşma sorunlarına sebep olduğunu belirtmiştir. Kullanıcıların sosyal ağları kullanım sıklıklarına dikkat edilmesi gerektiğini ve sanal iletişimlerinin gerçek yaşamlarını etkileyecek boyutlara ulaşmasının yanlış olduğunu ifade etmektedir (Kaya, 2013).

İnternet bağımlılığı ile mücadele etmek amacıyla kurulan bir yaşam derneğinde elde edilen bulgulara yönelik olarak yürütülen bir çalışmada, sosyal medya uygulamalarının ve sürekli olarak teknolojik cihazların kullanımının özellikle çocuklarda ve gençlerde çeşitli zihinsel problemler oluşturduğu ve kullanıcıların öz saygısını etkilediği belirtilmiştir. İnternette vakit geçirme ve sosyal medya uygulamalarını kullanma arzusunun fiziksel ihtiyaçların önünde tutulmasının endişe verici olduğu ifade edilmiştir. (Sundstrom, 2013’den akt. Tutgun Ünal ve Deniz, 2015). Bir kişi beynin bir seferde işleyebileceğinden daha fazla bilgiye maruz kaldığında bilgi yüklemesi ortaya çıkmaktadır. İnternette sürekli olarak dijital bilgi yüklemesi yapılan zihinler sabit uyarıları beklemeyi öğrenir ve bireyler internetten uzaklaştıklarında hayatlarının sıkıcı ve yavaş olduğunu hissetmeleri yenilik bağımlılığı olarak ifade edilebilir. Bilgi yüklemesi kronikleştiğinde stres ve endişe durumuna sebep olmaktadır (Palladino, 2007).

Araştırmacı Mary Meeker tarafından sunulan bir raporda cep telefonu kullanıcısının cihazını günde aramalar ve e-postalar ile iletişim kurmak, mesajlaşmak, saati öğrenmek ve sosyal ağları kontrol etmek için ortalama 150 kez kontrol ettiğini ortaya koymuştur. Akıllı cihaz kullanıcılarının yaklaşık üçte birinin cihazlarına bağımlı olduklarını kabul ettiği ifade edilmiştir (Stern, 2013).

Akıllı cihazlar ile sosyal ağlardaki diğer bireylerin yaşamlarını takip ederek, sürekli haberdar olma isteği zayıf kişiliklerde saplantıya dönüşerek hastalık

boyutuna ulaşabilmektedir. Özellikle de sosyal medya kullanıcısı gençlerin yarısından çoğunda görülmesi mümkündür. İletişim bozuklukları, sosyal yaşamdan kopma ve depresyon gibi ruhsal sorunlara da sebep olmaktadır (Ayaz, 2018). Sosyal ağların ne kadar çok kullanıldığına bağlı olarak, diğer kişilerin daha fazla eğlendiğini görme olasılığının artması ile bu korku sosyal medya katılımı tarafından sürekli olarak körüklenir.

Sosyal medyanın en yaygın olumsuz etkilerinden birisi Facebook ile aynı zamanda ortaya çıkan Fear Of Missing Out (Gelişmeleri Kaçırma Korkusu), temelde bir başkasının elde ettiği olumlu bir deneyim ya da duyguyu kaçırmaktan korkulduğunda yaşanan bir endişe biçimidir. İnternet ve sosyal ağlardaki gündemi takip edememe korkusu, güncellemeleri izlemek amacı ile sosyal ağlarda geçirilen sürenin artmasına sebebiyet veren bir bağımlılık türüdür (Gökler, 2016).

Aşırı internet kullanımı ve depresyon arasındaki ilişkiyi konu alan bir çalışmada, 1.319 katılımcıya internette ne kadar zaman geçirdiklerini ve ne için kullandıklarını sorulmuştur. İnternet bağımlıları olarak sınıflandırılan kişilerin, bağımlı olmayan kullanıcılara göre depresyona girme olasılığının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Morrison ve Gore, 2010). İnternetin aşırı kullanımı depresif eğilimler için bir uyarı sinyali olabilir.

Son yıllarda literatürde sanal tembellik ve sanal kaytarma kavramlarına rastlanmaktadır. Bu kavramlar; bireylerin çalışma saatlerinde kişisel amaçları için internet ortamında çevrimiçi web faaliyetlerinde bulunma davranışı olarak ifade edilebilir. Sanal Kaytarma, bireysel ve örgütsel performansın düşmesine neden olurken örgütlerin kaynaklarının verimsiz kullanılmasına yol açan bir olgudur (Örücü ve Yıldız, 2014).

2.9. Akran İlişkileri

Sosyal bir canlı olarak birey, devamlı bir değişim süreci içerisinde yer alır ve bireyin bu gelişim sürecini sağlıklı sürdürebilmesi için bazı becerileri kazanmaya ihtiyacı vardır. Arkadaşlık ilişkileri kurabilmek ve bu ilişkileri devam ettirebilmek bahsi edilen becerilerden bir tanesidir (Büyükşahin-

Çevik, 2007). Büyükşahin-Çevik (2007)'in de çalışmasında belirttiği üzere bireyler, hayatlarının her döneminde sosyal yapıları gereği arkadaş ve kendi özelliklerini taşıyan bir gruba ait olma ihtiyacı duymaktadır (Yücel, 2009).

Akran ilişkileri araştırıldığında, akran ilişkilerinin her yaşta farklı niteliklere sahip olduğu sonucuna varılmaktadır. Örneğin; çocukluk dönemlerindeki akran ilişkileri ele alındığında, çocuğun içinde bulunduğu sosyal çevrede kişilerin bireysel olarak ve birbirleriyle olan etkileşimleri akran ilişkilerinin şeklini belirlemektedir (Song, 2006).

Ergenlik döneminde bireyler şahsi olarak çocukluk dönemlerinden farklı olarak yeni ilişkiler kurma çabası içerisinde. Çocukluk yıllarından farklı olarak gençlik yıllarında sosyal ilişkiler değişime uğramaktadır. Bu dönemde önem kazanan konulardan birisi de akran ilişkileridir (Bayhan ve Işıtan, 2010). Bireyler kendi ihtiyaçlarına yönelik birliktelik sağlamak amacıyla ekipler oluştururlar ve kendi üstünlüklerini kendi başlarına sağlarlar. Genç, yaşlılarından kendisiyle aynı özelliktekilerle kurduğu dostluklar neticesinde hislerini ve fikirlerini onlarla paylaşır; kimliğini bulur, istek ve değerlerini, bulduğu bu imkan sayesinde ailesinin dışına taşır (Steinberg, 2007).

Gençler gününün büyük bir bölümünü akranları ile geçirmektedir. Bu durum onların bağımsızlıklarını kazanmalarına, sosyal beceriler edinmelerine ve yakın ilişkiler geliştirmelerine büyük ölçüde katkı sağlamaktadır (Hartup, 1985). Bu sebepten öğrenciler bu yaşlarda arkadaşları veya akran grupları ile vakit geçirmeyi ve etkinliklerde yer almayı daha çok tercih ederler (Lindsey, 2002). Bukowski ve Sippola (2005) bu dönemde arkadaşlıklarının kalıcı olabildiğini hatta ömür boyu sürebildiğini belirtmektedir.

Dunphy (1963)'e göre arkadaşlık ilişkilerinin gelişimi beş aşamadan oluşmaktadır: Ona göre birinci aşamada kalabalık öncesi dönem yaşanmaktadır. Bu aşamada gençler hemcinslerinden oluşan, görünürde küçük ve diğer gruplardan soyutlanmış bir grubun içerisinde. İkinci

aşama ise kalabalık bir arkadaş ortamının başlangıcıdır ve bu aşamada hemcinslerinden oluşan başka gruplarla etkileşime girmeye başlanır. Üçüncü aşamada bireyler, hemcinslerinin yanında cinsiyet açısından heterojen gruplara katılmaya başlamaktadır. Dördüncü aşamada ise genç artık cinsiyet açısından heterojen ve kalabalık bir grubun yakın ilişkiler geliştiren bir üyesidir. Beşinci aşama yani son aşamada kalabalık grubun üye sayısı azalırken, samimi ikili ilişkiler ön plana çıkmaktadır.

Akran ilişkileri, pozitif ve negatif davranış örneklerini içeren çok boyutlu bir ilişki şeklidir. Bu ilişkiler, sosyal hayatta farklı sosyal ilişkilerle de etkileşim içindedir. Akran yapısının içerisinde bulunmayan erişkinler, çocuklarının akran gruplarını etkilemekle birlikte onlardan da etkilenebilmektedirler (Rodkin ve Hodges, 2003).

2.10. Ergenlerde Akran İlişkileri

Akran kelime anlamı olarak aynı yaşta veya yaşça birbirine yakın olan kişileri tanımladığı gibi aynı zamanda meslek, sınıf ve derece olarak da birbirine benzeyen kişi veya gruplara denilmektedir.

Ergenlik dönemi akran ilişkilerinin önem kazandığı ve bu ilişkilere daha fazla anlamlar yüklendiği, akran grupları içerisinde var olmak, bu gruplardan kabul görmek, duygusal bağ kurmanın ön planda olduğu çıktığı, yalnızlaşmanın olduğu, iyi veya kötü ilişkilerin yaşanabildiği ve sosyal ilişkilerin arttığı dönemdir. Ergenler arasında kurulan akran grupları genel olarak kişiler arası ilişkileri hem duygusal hem de sosyal yeterlilik yönünden etkilediği için sosyal gelişime olumlu katkıları vardır. Ancak aynı zamanda bazı ergenlerin sahip olduğu kötü alışkanlıklar (sigara içmek, alkol kullanmak, telefon bağımlılığı) gibi negatif alışkanlıklarını başkasına da bulaştırmak veya alıştırmak için onu akran grubu içine dahil edebilir (Marsh ve diğerleri, 2017).

Ergenlerin toplum içinde veya ailesine karşı göstermiş olduğu olumlu veya olumsuz davranışların oluşmasında içinde bulunulan akran grubunun özenli etkileri olabilmektedir. Yani akran grubunun içindeki bireyler isterse kişiyi olumlu yönde davranış göstermesini sağlayabildiği gibi aynı şekilde

kötü davranışlara da yönlendirebilir (Jersild (1978) ve Marsh (2017). Akran ilişkileri ergenler için ana gelişim bağlamını oluşturmaktadır. Akranların kimliklerini kazanmaları için normları kabul edilebilir bir kimlik sunmak önemlidir. Çünkü akranların davranışları ve tutumları toplumsal bir modeli temsil eder (Berger ve diğerleri, 2016). Akran grupları içerisinde normal kabul edilen ve takdir edilen davranışlar daha sıklıkla devam eder. Ergen büyüdüğünü, akran grupları tarafından kabul olabildiğini ispatlamak amacıyla bu davranışları sıklıkla yapar. Akran etkileşimleri kimlik, ahlaki değerler, tutumların gelişimi, benlik kavramı ve vatandaşlık açısından önemlidir. Ergenler akranları ile farklı seviyelerde ilişkiler kurarlar; örneğin, dostluklar ve duygusal bağlar gibi. Akran ilişkileri, diyalektik toplum ağlarından pozitif davranıştan negatif davranışa kadar değişen ve yapılandırılmış ortamdan resmi olmayan ortamlara ergenlik çağında ana gelişim bağlamını oluşturur (Berger ve diğerleri, 2016).

Son gelişmeler ergenlerde görülen akranlarına aşırı derecede duygusal bağlanma teorisi önemli ilişkilerin rolüne odaklanmıştır. Son dönemde araştırmacılar bu duygusal bağlanmanın özellikle ergenlerde nasıl ortaya çıktığı üzerine çalışmalarını artırmıştır (Scharf ve diğerleri, 2007). Ergenlerde bağlılık ergenlik döneminde farklılık göstermektedir. Bu nedenle yaşanmış deneyimler kişiler arası olumsuz ilişkilerin düzeltilmesine veya değiştirilmesine katkıda bulunabilir (Bukowski ve Sippola, 2005). Bu açıdan bakıldığında ergenlerin sağlıklı akran ilişkileri kurmada, dostlukların özellikle samimiyet, destek ve kendini açma gibi kilit unsurlar önemli hale gelmektedir. Genç dostluklar bireylerin en insancıl ilişkisi olarak tanımlanır ve yetişkin dönemde kurulacak olan arkadaşlık dostluk ilişkisinin temelini oluşturur. Akran kültürü içinde istikrarlı ve besleyici bir ilişkinin kurulması için arkadaşlığın temel özelliklerinden bireyin duruşu ile yanından alakalı olan samimiyet ve uyumdur. Arkadaşlığın kalitesi, uyum, samimiyet, sadakat ve psikososyal uyum ile karakterizedir. Akran grubu aile mikro sisteminden önemli bir köprüyü temsil eder (Bagwell ve Schmidt, 2011).

Akran etkileşimleri, ergenlerin akran ekolojisi içinde kendilerini

yerleştirmeleri için bir platform oluşturur. Ergenlerde kimlik oluşum süreci sürekli ve derinlemesine araştırma ve taahhüdün ergenlik döneminde akranları tarafından gittikçe daha çok sunulmaktadır (Meeus ve diğerkleri, 2012). Ergenlik akran ilişkileri için ayrıcalıklı bir bağlamdır. Okullar, ergenlerin akran ilişkilerinin içinde bulunduğu ana sosyal bağlamı teşkil eder. Olumlu okul ortamı ergenlerin riskli davranışlarını azaltmasına ve akran ilişkilerinin gelişimini destekler (Hopson ve Lee, 2011).

2.11. Duygu Düzenleme

Duygu Düzenleme: Duygu düzenlemesi, ruh hali, stres ve olumlu ya da olumsuz etkileri de kapsayacak şekilde duygusal olarak bilinen tüm durumların düzenlemesini kapsar (Koole, 2009). Duygular kendilerini belirli bilişsel, davranışsal ve fizyolojik tepkilerle gösterirler ve yeni durumlara uyum sağlamada çok önemlidirler. Duygular, evresel uyarıların değerlendirilmesinin sonucundan kaynaklanmaktadır (Denollet, Nyklicek ve Vingerhoets, 2008). Ayrıca duygular, geçmişten bugüne insanın hayatta kalması için kritik bir rol oynar (Southam-Gerow, 2014). Duygular konusunda çoğunluğun üzerinde uzlaştığı görüş, yedi temel duygu bulunduğu şeklinedir. Bu görüşlere bakıldığında korku, öfke, mutluluk, hayret, üzüntü, tikslenme ve küçük görme olarak ifade edilmektedir (Dökmen, 2014; Ekman, 2016a). Genel olarak bakıldığında duygular psikoloji biliminin üzerinde durduğu bir konudur. Duygular geçmişten bugüne insan yaşamında kritik bir öneme sahiptir. Duygular sayesinde birey hayatta kalabilmekte, tehlikelere karşı kendini koruyabilmektedir ve bu şekilde çevreye uyum sağlayabilmektedir. Sonuç olarak duyguların farkına varılıp bunlara uygun tepkiler verilmesi bireyden beklenen durumdur.

2.12. Duygu Kuramları

Çeşitli kuramcılar tarafından duygusal yaşantıların nasıl ortaya çıktığı tartışılmıştır. İnsanların duygularının, düşüncelerinin ve eylemlerinin bilgi arayan süreçleri içinde etkileşime girdiği gözlemlenmektedir. Bu kuramcıların başında Darwin, James-Lange, Cannon-Bard, Schachter yer

almaktadır. Bu kişilerin ortaya koydukları kuramlar da sosyobiyolojik kuramlardır (Dökmen, 2014).

Darwin'in Kuramı (Evrimci Kuram)

Charles Darwin yalnızca bir evrim teorisini değil aynı zamanda bir duygu teorisini de sunmaktadır. Evrim süreci sadece anatomik yapılara değil, aynı zamanda bir hayvanın "zihnine" ve anlamlı davranışına da uygulanır. Hayvanlar, bebekler ve çeşitli kültürlerdeki yetişkinler üzerindeki çalışmalarına dayanarak, davranışların ifadesinin hayvanların yaşamlarında uyarlanabilir bir işlev gördüğü sonucuna varmıştır. Bu işlev sonraki eylemlerine yönelik işaretler ve hazırlıklar olarak ortaya çıkmaktadır. Bir hayvan diğerine ne olacağı hakkında bilgi verir. Bu nedenle, davranışlarını gösteren bireyin hayatta kalma şansı artar. Darwin ayrıca duygusal ifadelerin çoğunun öğrenilmediğine inanmaktadır (Darwin, 1872, Akt: Plutchik, 2000). Darwin, İnsan ve Hayvanlardaki Duyguların ifadesinde (1872) kısaca, duygusal ifadelerin gelişmediğini, doğal seleksiyona bağımlı olmadığını ileri sürmüştür. Ayrıca, duyguların yüz ifadesinin gerçekten bir ifade olmadığını, hiçbir iletişimsel işlevinin olmadığını, yalnızca duygu ile birlikte oluşan bir şey olduğunu belirtmiştir (Akt: Strongman, 2003).

James-Lange Kuramı (Psikofizyolojik Kuram)

Amerikan psikolog-filozof William James, duyguyu incelemek için duyguların psikolojisi ile ilgili yeni bir yöntem sunmaktadır. Duygu hissi veya duygu içindeki fizyolojik değişiklikler nedir? sorusundan hareket etmektedir. James'e (1890) göre, insanlar ağladığı için üzülür, vurduğu için öfkelenir, endişeli olduğu için korkar (Akt: Plutchik, 2001). Yine bu kurama göre dışarıdan gelen uyarıcıların algılanması önce davranışsal ve fizyolojik birtakım süreçlerin başlamasını sağlar, bireyde bedensel olarak değişimlerin fark edilmesinin ardından duygular oluşmaya başlar (Gençoğlu, 2012). Bir uyarıcı ile karşılaşıldığında ve bu uyarıcı fark edildiğinde, beyne farklı duygusal ve motor geri dönüt tepki gönderen ve bunun sonucunda bir duygu yaratan sonrasında davranışsal dönüt

vermeyi tetiklediğini belirten bir kuramdır. Bu kuram duygunun beden tarafından uyarıcıya verdiği geri dönüşsel tepkiden kaynaklandığını savunur (Gerrig ve Zimbardo, 2013). James bu teoriyi desteklemek için kanıt olarak şunları söyler: insan duygusunun ifadesi olan fizyolojik tepkileri sergilemedikçe bu duyguyu yaşayamaz. Başka bir deyişle eğer bir durum üzücü ise ve siz buna uygun bedensel tepkiler vermiyorsanız bu duyguyu yaşayamazsınız. Öte yandan duygunun tipik bedensel tepkilerinin takınırsanız bu duyguyu yaşarsınız (Munn, 1968). Bu kuram duyguların oluşumuna fizyolojik bir içerik eklediği için Psikofizyolojik kuram olarak da tanımlanmaktadır (Plutchik, 2001). Ayrıca duygusal yaşantıların oluşma şeklini açıklamaya çalışan alandaki ilk kuramlardan biri olması nedeniyle önemlidir (Dökmen, 2014).

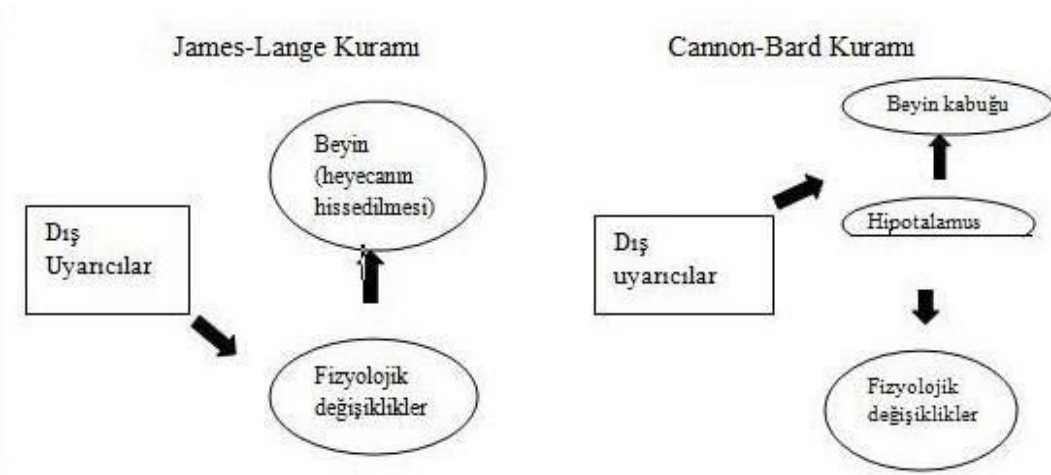
Cannon-Bard Kuramı (Nörolojik Kuram)

Cannon-Bard kuramında Walter Cannon, James-Lange'in duygu teorisine farklı açılardan eleştirilerde bulunmaktadır. Bu eleştiriler Cannon tarafından şu şekilde yapılmıştır: ilk olarak bireyler hangi duyguyu yaşamakta olduğunu bilmesine karşın bedensel değişikliklerin duygu durumları açısından çok fazla değişiklik belirtisi olmaktadır, ikinci olarak iç organların mükemmel bir sinir donanımı yoktur. Bu yapılar nispeten duyarsız yapılar olup içsel değişikliklerin bir duygu kaynağı olamayacak kadar ağır meydana geldiği ifade edilmektedir. Son olarak ise bir duyguyla ilişkili bedensel değişikliklerin yapay bir şekilde oluşturulması gerçek duygu yaşantısını yaratmayacaktır (L. Atkinson, C. Atkinson ve Hilgard, 1995).

Kişi duyguları hissetmeden önce duygularla bağlantılı fizyolojik tepkileri yaşar (Cannon, 1927). Duygusal yaşantıların arka planında bilişsel etkinliklerin etkin bir rolü vardır (Dökmen, 2014). Bu kuram fizyolojik uyarıların tek başına duyguların algılanmasında rol oynadığı görüşünü reddetmektedir. Kurama göre duyguda önemli olan rol, beynin merkezi çekirdeğinin bir bölümü olan talamusa aittir. Talamus, duygu üreten bir uyarıma, beyin korteksi ile vücudun diğer kısımlarına aynı anda uyarılar

göndererek, yanıt verir. Bu kurama göre fizyolojik değişiklikler ile duygu yaşantısı aynı anda meydana gelir. Talamo-hipotalamik bölge korteks tarafından bastırılmış bir duygu davranış şeması bulundurmaktadır (L. Atkinson, C. Atinson, Smith, Bem ve Hoeksena,2002).

Cannon'un (1929) çalışmaları, duyguyla ilgili sinirsel yapının beynin hipotalamusunda olduğunu ve bu alanın duyguların "koltuğu" olarak düşünülebileceğini göstermektedir (Akt: Plutchik, 2001).



Şekil 1: James-Lange Kuramı ve Cannon-Bard Kuramı, Cüceloğlu 2007.

Bilişsel Duygu Kuramı

Stanley Schachter'in bilişsel duygu kuramına göre duygusal durumlar fizyolojik uyarılma ve bu uyarılma durumuna uygun bilişsel bir olgu olarak düşünülmektedir. Buradan yola çıkarak şu önermeler verilmektedir:

- 1) Bir bireyin açıklaması olmayan bir fizyolojik uyarılma göz önüne alındığında, bu durum kişiyi etiketlemekte ve onun için mevcut bilişler konusundaki duygularını tarif etmektedir.
- 2) Bir bireyin uygun bir açıklaması olan bir fizyolojik uyarılma göz önüne alındığında, bireyin alternatif bilişsel açıklamasının duygularını etiketleme olasılığı düşmektedir.
- 3) Aynı bilişsel koşullar göz önüne alındığında, birey duygusal tepki

vermekte veya duygularını ancak fizyolojik uyarılma durumunu yaşadığı ölçüde duygu olarak tarif etmektedir (Schachter ve Singer, 1962).

Schachter'in temel görüşü, duyguların fizyolojik uyarılma ve bilişsel değerlendirme arasındaki karşılıklı etkileşimi ve bu etkileşim yoluyla kontrol edildiğidir, genellikle iki faktörlü duygu kuramı olarak da bilinir (Strongman, 2003). Bu kuram duygusal deneyimlerin nasıl oluştuğunu açıklamaya çalışan bunun otonom uyarılma ve bilişsel değerlendirmeden kaynaklandığını belirten bir kuramdır (Gerrig ve Zimbardo, 2013).

Sosyo-biyolojik kuram

Sosyo-biyolojik kuram, bireyin toplumsal davranışlarının doğal bir tercih evresine geçerek kazanıldığını ve şimdiki duruma ulaştığını kapsamaktadır. Bu kuram, duyguların nasıl bir oluşumu olduğunu ve fizyolojik temellerini açıklamamaktadır. Kuram, duyguların neden idame ettiği ve bireyin hayatında duyguların hangi tür işlevleri olduğunu açıklamaktadır. Kuramı savunan bireyler açısından duygular, bireyin diğer davranışları gibi, kişilerin bireyler arası uyumunu gerçekleştirmesine destek olmaktadır. Her insanın duygularının uyumsal bir görevi olduğu fikri sosyo-biyologlar tarafından savunulmaktadır. Onlara göre, kızgınlık, diğer kişilerin saldırganlığına karşı bizi korur; haz, keyif ve mutluluk kişileri birbirine bağlar ve eşleşme davranış kalıbını kolaylaştırarak türün idame ettirilmesini sağlar. Böylelikle keder, hüznün ve mutsuzluk ağlama davranışına yol açarak bireylerin kişilere yardımcı olmalarını ve destek olmalarını sağlar şeklinde açıklanmaktadır. Sosyobiyojik kuram bireyin gösterdiği davranışın benzer şekilde de duyguların doğal seleksiyon sürecinden geçerek bugüne geldiğini öngörür (Cüceloğlu, 2007). Duygular insanların çevreye uyum sağlamasında ve yaşamının sürdürülebilir olmasında son derece önemlidir. Bu kuram da duyguların işlevlerinin neler olduğunu açıklamıştır.

2.13. Duyguları İfade Etme

Duygular bireyin yaşamının önemli bir parçasıdır. Kişinin duygularını ifade

etmesi, kendi duygularını tanıyabilmesini ve bu duyguların farkında olabilmesini gerektirir. Duygularını ifade eden birey, üzüntü ve sevinçlerini paylaşmış olur ve hem bilişsel hem de duygusal rahatlama yaşar. İnsan yaşamında önemli bir yeri olan duyguların fark edilip ifadeye dökülebilmesi araştırmacıların konusu olmuştur (Koçak,2005). Duyguları ifade etme, bireyin kendisinde duyguyu meydana getiren olayları ve olaylara eşlik eden duyguları diğer birey ya da bireylere net bir biçimde ifade etmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Rime, Finkenauer, Luminet, Zech ve Philippot, 1998). Adıgüzel'e (2012) göre ise duyguların ifadesi duygunun varlığını göstermek için başka bir kişiye doğru yapılan hareket ve sesler şeklinde tanımlanmaktadır.

İnsanların duygusal tepkileri günlük yaşamda kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Kızmak, öfkelenmek, sıkılmak gibi duygusal yaşantılar bedensel tepkilerimizle, yüz ifadelerimizle ya da sözel ifadelerimizle açığa vurulsa da zaman zaman bu duyguları kontrol altında tutmak isteriz. Duyguların uzun süre kontrol altında tutulması, bir süre sonra bu duyguların çarpıtılmış bir şekilde tekrar karşımıza çıkmasına sebep olabilir. Diğer yandan duyguların sosyal bir uyumla beraber meydana çıkması birey ve toplum için en verimli ve sağlıklı bir yoldur (Köknel,1986). Duygunun ifadesi, genellikle tutkuyu ve hissi yansıtmak olarak adlandırılır. Duyguların ifadesi konusundaki bu açıklamanın yanında, duygular sağlıklı bir şekilde bırakılmalıdır varsayımı üzerinde durulmaktadır (King ve Emmons, 1990). Duyguların ifade edilememesi ise bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. İlk defa Sifneos (1977) tarafından kullanılan aleksitimi kavramı duyguların fark edilemeyip aynı zamanda ifade edilememesi olarak tanımlanmıştır (Akt: Sanchez, Larrieux, Rovira ve Ball, 2013). Bu yüzden duyguların farkında varılarak ifade edilmesi, bireyin kendini açabilmesi ve duygularını paylaşarak iyi oluşunu sağlayabilmesi açısından önemli bir durumdur. Duyguları ifade etme sürecini açıklayan iki kuramdan biri olan Gelişimsel-Etkileşimsel Kuram bilişsel yaklaşıma dayalı olarak duyguları yapılandırılmış bilgiler olarak açıklamaktadır. Bu kurama göre duygu bir tür bilgidir, biliştir. Birtakım varsayımlar en başta bilgi

kaynakları olarak insan zihninde bulunmaktadır. Kişinin, kendisi ve diğerleri ile ilgili bilgi işleme sürecinde yaptıkları bu varsayımlara dayalı olarak ortaya çıkar. Bireyler bu bilişsel düşünceleri ve duyguları, yaşam deneyimleri ve dil aracılığıyla anlamayı ve adlandırmayı öğrenirler. İkinci kuram Sosyal Bilgi Modelidir. Bu model, duyguları ifade etmenin diğerlerine bilgi taşıdığı varsayımı üzerine durmaktadır. Duygusal iletişim, başkalarındaki tamamlayıcı ve karşılıklı duyguları uyandırır; böylece bireylerin sosyal olaylara cevap vermelerine yardımcı olur. İnsanlar, diğerlerinin duygularını ifade etmelerine dayalı olarak, onların duyguları, tutumları, niyetleri ve davranışları hakkında bilgi işleyerek bazı anlamlandırmalar yaparlar. Sonrasında bu anlamlandırmalar döngüsel bir şekilde duygularını ifade eden kişinin davranışlarını etkiler. Dolaylı olarak ifade etme desteklenir ya da durdurulur. Diğerlerinin duygularını ifade etmelerine dayalı olarak yapılan anlamlandırmalar ve gösterilen duygusal tepkiler sadece bilgi işleme süreci ile değil; aynı zamanda yaygın kültürel normlar, sosyal-ilişkisel faktörlerle de ilişkilidir. Bu faktörler duyguları ifade etmenin uygunluğunu ve nasıl bir davranışsal tepkide bulunacağını etkiler (Keltner ve Haidt, 1999). Duyguların ifade şekli kişi büyüdükçe, olgunlaştıkça değişmektedir. Küçükken bedensel hareketler şeklinde verilen tepkiler yaşla birlikte sadece birtakım motor hareketlere ve özellikle yüz ifadelerine dönüşmektedir (Koptagel-İlal, 1984). Bireyin hissettiği duyguları ifade edebilmesi iletişimde önemli bir noktadır. Bu şekilde birey hissettiklerini, iletişim halinde olduğu kişi ya da kişilere doğru aktarabilmektedir. Duyguların ifadesi kavramı farklı şekillerde isimlendirilse de amaç duyguların ifadesini vurgulamaktır (Kuzucu, 2006).

Darwin'e (1872) göre insanların bazı duygusal ifadeleri evrenseldir, bunlar diğer kişilere uyarıcı hakkında bilgi sağlar, onları uyarır ve böylece tehlikeli durumlarla karşılaşıldığında hayatta kalma sağlanır, örneğin tehlike anında yüz ifadeleri diğer kişiye durumla ilgili bilgi verir böylece kişi önlem alır (Akt: Atkinson ve diğerleri, 2002). Ekman'a (20169) göre de duygulara ait istemsiz yüz ifadeleri, evrimin bir ürünüdür. Mutluluk, korku, öfke, bıkkınlık, üzüntü, acı gibi duyguların yüzde meydana getirdiği ifadeler evrenseldir ve

yaş, cinsiyet, ırk ve kültüre göre değişmezdir. Örneğin; öfkenin evrensel ifadesi kızaran bir yüz, genişleyen burun delikleri, çatılan kaşlar, kasılan çene ve sıkılan dişlerdir (Atkinson ve diğerleri, 2002).

Günlük hayatta duyguların sözsüz ifade şekli iletişimde önemlidir. Bireyin beden duruşu, göz teması, mimikleri, yüz ifadeleri onun duygularını karşı tarafa aktarmasında etkilidir (Cüceloğlu, 2007). İnsan yüzünün binden fazla duyguyu ifade biçimi vardır (Ekman, 2016a). Duyguların ifadesinde psikologlar insanların yüz ifadelerinin ne kadar doğru ve ne kadar duyguları yansıttığını belirlemek için insan yüzü fotoğraflarına bakmışlardır ve üç boyutlu bir sistem geliştirmişlerdir. Boyutlar uyku-gerilim, hoşluk-nahoşluk ve dikkat-reddetme şeklindedir. Bu boyutlara göre bireyin göz, dudak, ağız, burunlarında değişiklikler görülmektedir (Morgan, 2006).

Rime (1992) çoğu duygusal tecrübenin oluştuktan kısa bir süre sonra diğerleriyle paylaşıldığını ifade eder. Bu paylaşımın bireyin duygusal deneyimlerin ayrılmaz bir parçası olduğu üzerinde durur (Rime, Philippot, Boca ve Mesquita, 1992). Günlük yaşantılarında kişiler yaşadıkları duygusal durumları paylaşmak için bir eğilim gösterirler. Yaşanılan duyguyu kaydederken bir yandan da bu duyguyu ifade ederler. Bu duyguları düzenli olarak birey diğer kişilerle % 88-% 96 oranında paylaşır ve kişiler bunların % 89-99'unda ebeveynleri veya yakın aile bireyleri, en iyi arkadaşlarını, eşlerini duyguları paylaşmak için tercih ederler. Ayrıca paylaşılan kişiler yaşa ve cinsiyete göre değişmektedir (Rime ve diğerleri, 1998).

Rogers bireyin duygularını anlamlandırıp ifade etmesinin dört önemli neticesi olduğunu belirtmiştir. Bunlar; öncelikle kişinin içsel yaşantısının farkında olması, ikinci olarak bu farkındalıkla birlikte kişinin kendi yargılarına daha çok güvenmesi, üçüncü olarak kişinin içsel kontrole sahip olması ve diğer bireylerce onaylanmak ya da kabul görmek gayesiyle duygularını ve bunların ifadesini engelleme ihtiyacı hissetmemesi ve son olarak da kişinin yaşamını sürekli değişen bir süreç olarak görmesidir. Bu anlamda duyguları yaşamak ve ifade etmek sağlıklı bir psikolojiye sahip

olunabilmesi için önemli bir durumdur. Birey yaşadığı duygunun farkında olur ve bunlara açık olursa kendisini tüm zenginliğiyle yaşamaya başlar (Rogers, 2011).

Duygu ifadesinin bireylere birbirlerinin hisleri veya istekleri ile ilgili bilgiler sağlaması sosyal etkileşimlerdeki düzenlemeleri biçimlendirmektedir. (Ekman, 2006b). Duygu ifadelerinin fark edilmesi ilettikleri mesajlar aracılığıyla ilişkilerde uzaklaşma veya yaklaşma davranışlarını tetikleyebilmektedir. İfadeler, duyguyu hisseden ve duygunun yönlendirildiği kişiler arasındaki ilişkinin özelliği hakkında da iletişimde olan taraflara bilgi vermektedir. İnsanlar bu şekilde durumlardaki tehditlere yanıt verir, mesajları üretir, dağıtır ve sosyal ilişkilerin tohumlarını atarlar (Keltner ve Kring, 1998).

2.14. Duygu Düzenleme Süreci

Psikologların uzun süredir incelediği duygu düzenleme kavramı Freud'un savunma mekanizmaları ve kaygı ile ilgili açıklamalarıyla etkileyici bir şekilde ilk olarak karşımıza çıkmıştır (Clore ve Robinson, 2000). Koole (2009) tarafından ruh hali, stres, olumlu ya da olumsuz etkileri de kapsayacak şekilde duygusal durumların düzenlenmesi olarak tanımlanan duygu düzenleme, Thompson (1994) tarafından da 'kişinin hedeflerini gerçekleştirmek için duygusal tepkilerin özellikle yoğun ve geçici özelliklerin izlenmesinden, değerlendirilmesinden ve değiştirilmesinden sorumlu dışsal ve içsel süreçlerden oluşur' şeklinde tanımlanmaktadır. Duygu düzenlemesinde bireyin sahip olduğu duygular ve bu duyguları nasıl deneyimleyip ne şekilde ifade edildiği üzerinde durulur. Ayrıca duygu düzenlemeleri, duyguların başka bir şeyi nasıl düzenlediğinden ziyade duyguların kendilerini nasıl düzenlediğiyle ilgilidir (Gross, 1998; Gross, 2014). Aslında duygu düzenlemedeki amaç duygunun yoğunluğunu ve olumsuz duygu için harcanan süreyi azaltmak, duygular arası geçişi kolaylaştırmak yani duygusal açıdan rahatlama sağlamaktır (Thompson, 1994). Gross'un (2014) belirttiği gibi duygular çoğunlukla kişiye yararlıdır ancak bazen yıkıcı da olabilmektedir. Bu anlamda duyguların iki yönü çözümlenmelidir.

Bunlardan biri duyguların deneyimi, diğeri bu duyguların düzenlemesidir. Burada amaç duyguların yıkıcı yönlerini sınırlandırırken kişinin yararlı özelliklerini koruyacak şekilde duyguları düzenleyebilmesidir (Vingerhoets, Nyklicek ve Denollet, 2008). Duygu düzenlemesi için ikilem aslında neyin düzenlendiğidir. Duygu, fizyolojik uyarılma, nörolojik aktivasyon, bilişsel değerlendirme, dikkat süreçleri ve tepki eğilimleri gibi çok yönlü bileşendir ve duygu yönetiminde çeşitli yollar vardır. Bu yollar düşünüldüğünde duygu düzenleme kavramı birleştirici bir olgu olmakla birlikte, bir yandan da oldukça esnek ilişkili süreçleri kapsamaktadır (Thompson, 1994).

İnsanların duygularını nasıl düzenlediğini anlamak için, kişilerin duygulardan kazanmayı beklediği faydaları tanımlamak gerekir. Bu faydalardan hareketle kişi duygu düzenlemek için motive olabilir. Kişi duygudan aldığı zevke göre o duyguyu yaşamayı devam ettirebilir ya da yaşanan olumsuz duyguyu azaltmak ve kaçınmak için o duyguyu düzenleyebilir (Maya, 2016). İnsanlar duygularını düzenlemek için farklı nedenler bulmaktadır. İnsanlar duygularını azaltmayı, arttırmayı veya devam ettirmeyi özel nedenlerden, duygularını acı verici bulduklarından, duygularının başkaları için ya da başkalarıyla ilişkileri için zarar verici olabileceğine inandıklarından yapabilmektedirler. İnsanlar duygularını kültürel normlara ve sosyal ihtiyaçlara uymak için de düzenleyebilmektedirler (John ve Gross, 2004). Ayrıca duygu düzenleme becerilerinde bireysel farklılıklar vardır ve bu çok yönlü bir şekilde kişinin duygusal hedeflerine ve durumun acil taleplerine göre karmaşık şekillerde ilişkilidir (Thompson, 1994).

Duygu düzenlemesini etkileyen birçok değişken vardır. Johnsen ve Rydstedt'in (2013) yaptığı araştırmada doğal çevrenin duygu düzenlemesi için kullanımı incelenmiş ve bu araştırma sonucunda duygu düzenlemek için doğanın kullanılmasının faydalı sonuçlar doğurabileceği anlaşılmıştır. Doğanın pozitif duygu durum üzerinde etkisinin olduğu ve pozitif ruh halini etkilediği bulunmuştur. Bu araştırmanın sonucundan hareketle duygu düzenlemesi için çevrenin ayarlanmasının etkili olacağı düşünülmektedir.

Bireyin içinde bulunduğu olumsuz duygusal koşullar, bilişsel ve sosyal sonuçlar doğurur. Bu olumsuz duygular bilişsel uyumsuzluk hali başlatır ve kişi bunu azaltmaya yönelik bilişsel çaba başlatır. Bunlar; bilgi arama, zihinsel yıkım, müdahaleci düşünceler, anlam araması şeklinde içe dönük belirtiler şeklindedir. Ancak bu çabalar sonuçlara yeterince etki edemeyince birey duygusal destek aramak amaçlı sosyal etkileşime yönelir (Rime, 2009). Koole (2009) insanların duygularını düzenleme çabalarının zevki arttırma ve acıyı azaltma amaçlı olduğunu varsaymaktadır. Ayrıca duygu düzenlemenin amacı doyum sağlamaya yönelik ihtiyaçları doyurmak, hedeflere ulaşmayı desteklemek ve kişiliği rahatlatarak olumlu etkilemektir.

2.15. Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme

Ergenlik dönemi duyguların yoğun yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde duyguların farkına varıp, ifade edip, bunları düzenleyebilmek ergenin gelişimi için önemlidir. Ergenlerin duygusal yaşantıları genel olarak çocukların ve yetişkinlerin yaşayışından farklıdır. Duyguları ortaya çıkaran durumlara daha fazla tepki verirler, negatif ve karmaşık duyguları daha sık yaşarlar ve duygusal durumları genellikle çabuk dalgalanır (Gross, 2014). Bu dönemde risk alma eğilimiyle birlikte duygu düzenleme ihtiyacının arttığı ve buna paralel olarak farklı duygu düzenleme yöntemlerinin de kullanılabildiği görülmektedir (Zeman, Cassano, Perry-Parrish ve Stegall, 2006). Ergenlerin bu dönemde duygularını nasıl düzenlediğine bakıldığında bunun nörolojik açıdan etkisinin olduğu bulunmuştur. İleri beyin görüntüleme teknolojisi sayesinde ergenin duygu düzenlemesinde nörolojik gelişimin önemi araştırmaların sonucunda gözlemlenmiştir. Yapılan bir araştırmada (Mauss, Bunge ve Gross, 2007) katılımcıların duyguları düzenledikleri ve bilişsel süreçleri kontrol ettiklerinde beynin benzer bölgelerinin harekete geçtiği bulunmuştur.

Ergenlik çağında duygu düzenlemesi ile ebeveyn ilişkileri arasında da etkileşim bulunmaktadır. Ebeveynlerin ergen çocuklarıyla etkileşim kurma biçimi ergenin hem şimdiki durumunu hem de boylamsal bakıldığında

yaşamındaki duygu düzenlemesini etkilediğini göstermiştir. Ayrıca ergenin daha sonraki ilişki gelişimi için önemli sonuçlar doğurabileceği görülmektedir (Bell ve Calkins, 2000). Bireylerin duygularını etkin bir şekilde düzenleyememesi de, örneğin kaygısını ve kızgınlığını kontrol edememesi, istenilen hedeflere ulaşılmasını genellikle mümkün kılmayacaktır (Thompson, 1994).

Son 12 yılda yapılan araştırmalarda ergenler ve ebeveynlerle ilişkilerde ortak sonuçlara ulaşılmıştır, yani etkili ebeveynlikle ergenlik dönemindeki çeşitli psikolojik ve sosyal açıdan olumlu gelişmeler ilişkilendirilmiştir (Steinberg ve Morris, 2001). Ebeveynler ergen çocuklarını anlamak, onlarla yaşamındaki değişimleri, duygusal durumunu konuşmak konusunda ergene yanaşmadıkları ve açık olmadıkları sürece çocuklarını anlamakta, onlar hakkında bilgi sahibi olmakta zorlanırlar. Eğer ebeveyn ergenin duygusal durumunu bilir ve ona kendi duygularını hissettirme imkanı verirse ergen olumsuz bir durumla karşılaştığında başa çıkmak için ebeveynlerini bir model olarak görüp daha mutlu hissedecekleri bir ortam oluştururlar (Karataş, 2016). Özellikle annelerin ergenlik dönemindeki çocuklarıyla ilişkilerinin daha olumlu, yapıcı olduğu ve bunun yanında çocuğu olumsuz süreç ve sonuçlardan koruduğu görülmektedir (Saritaş, 2012; Akt: Aktan, 2016).

Ergenlik döneminde bireyin yaşadığı duygusal durumlar genellikle duygusal tepkilerin artmasına neden olur. Ergenler çocuklardan daha karmaşık duygulara sahiptir ve sıklıkla ergenlerin kullandıkları duygu düzenleme becerileri yetersiz sayılmaktadır (Casey, Jones ve Hare, 2008). Duygu düzenleme becerisi olmayan ve duygularını düzenlemekte eksiklikleri olan bireylerde anksiyete belirtilerinin, agresif davranış ve yeme bozukluğu semptomlarının ortaya çıktığı saptanmıştır. Bu durum duygu düzenleme becerisi olmamasının ergen için bir risk faktörü olduğunu göstermiştir (McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin ve Nolen-Hoeksema, 2011).

Araştırmalar öğrencilerin duygu düzenleme becerilerini kullanmalarının olumlu eğitimsel sonuçlarının olabileceğini göstermektedir. Öğretmenler, sınıftaki öğrencilerin duygu düzenlemesinin geliştirilmesini çeşitli yollarla

ele alabilirler. Duyguların ve duygu gelişiminin önemine odaklanan bir okul, pedagojiyi ve müfredatı belirli yapısal programlara bağlı kalmadan planlayabilirler. Hangi yollarla ele alındıklarına bakılmaksızın okul deneyimlerindeki duygular, çocuğun yapamayacağı şeylere odaklanmamalıdır. Duyguları ifade etme, öğretmenin öğrenciye yönelik özerklik desteği ve aidiyet duygusu fırsatları etrafında yapılandırılmış okul ve sınıf ortamları, öğrencideki duygu düzenleme becerilerinin sağlıklı gelişmesine yardımcı olacaktır (Fried, 2011).

Sonuçta kişinin sağlıklı bir ergenlik dönemi geçirmesi için duygularını düzenleyebilmesi önemlidir. Çocukluktan ergenliğe (yani 12 ve 18 yaş arası), çocukların duygularını düzenleme yeteneği artar ve duygu düzenleme becerileri, buna yönelik motivasyonları farklılaşır. Bu nedenle aile ve arkadaşlık ilişkilerinin bulunduğu çevrenin, ergenin duygu gelişimini destekleyici ve duygu düzenlemesine yardımcı olması gereklidir.

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve araştırmanın istatistiksel olarak değerlendirilmesi hakkında bilgiler yer almaktadır. Araştırmanın tasarımı da denilebilen bu bölüm saha araştırması ve sonuçlarının detaylıca aktarılmasını içermektedir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Bir konuya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre daha büyük örneklem üzerinden yapılan araştırmalara tarama araştırmaları denir(Büyüköztürk, 2012).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evreni Ankara'da Yenimahalle İlçesi'nde bulunan eğitim kurumlarında 2018-2019 eğitim-öğretim yılında liseye devam etmekte olan öğrencilerdir. Araştırmanın örneklemini Özel Batıkent Kaynak Anadolu Lisesi ve Özel Serhat Kaynak Anadolu Lisesi'nde eğitim-öğretim gören 310 lise öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem grubu 148 kadın öğrenci, 162 erkek öğrenciden oluşmakta, yaş aralığı 15-19 öğrenci olarak belirlenmiştir. Veri toplama aracı olarak anket formları kullanıldı. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran ilişkileri Ölçeği, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Tablo 1.
Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Cinsiyet		
Kadın	148	47,74
Erkek	162	52,26
Yaş		
15 yaş	39	12,58
16 yaş	77	24,84
17 yaş	89	28,71
18 yaş	81	26,13
19 yaş	24	7,74
Sınıf		
Dokuzuncu sınıf	42	13,55
Onuncu sınıf	87	28,06
Onbirinci sınıf	83	26,77
Onikinci sınıf	98	31,61
Doğum sırası		
İlk çocuk	160	51,61
İkinci çocuk	114	36,77
Üçüncü ve üzeri	36	11,61
Anne eğitim düzeyi		
İlköğretim	81	26,13
Lise/Ön lisans	146	47,10
Lisans/Lisansüstü	83	26,77
Baba eğitim düzeyi		
İlköğretim	56	18,06
Lise/Ön lisans	128	41,29
Lisans/Lisansüstü	126	40,65
Ailenin aylık geliri		
3000 TL'den az	70	22,58
3000-5000 TL arası	117	37,74
5000 TL'den fazla	123	39,68
Anne çalışma durumu		
Çalışan	130	41,94
Çalışmayan	180	58,06
Baba çalışma durumu		
Çalışan	287	92,58
Çalışmayan	23	7,42
Birlikte yaşanan kişiler		
Anne ve Baba	54	17,4
Anne-Baba ve Kardeşler	189	61
Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	7,1
Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	14,5

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin % 47,74'ünün kadın, % 52,26'sının erkek öğrenciler olduğu, % 12,58'inin 15 yaşında, % 24,84'ünün 16 yaşında, %28,71'inin 17 yaşında, % 26,13'ünün 18 yaşında ve % 7,74'ünün 19 yaşında olduğu, % 13,55'inin dokuzuncu sınıfa, % 28,06'sının onuncu sınıfa, % 26,77'sinin on birinci sınıfa, % 31,61'inin on ikinci sınıfa devam etmekte olduğu, % 51,61'inin ilk çocuk, % 36,77'sinin ikinci çocuk, % 11,61'inin üçüncü çocuk olarak veya daha sonra dünyaya geldiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeyleri incelendiğinde, % 26,13'ünün annesinin ilköğretim, % 47,10'unun annesinin lise/ön lisans, % 26,77'sinin annesinin lisans/lisansüstü mezunu olduğu, % 18,06'sının babasının ilkokul, % 41,29'unun babasının lise/ön lisans, % 40,65'inin babasının lisan/lisansüstü mezunu olduğu saptanmıştır. Katılımcı öğrencilerin % 22,58'inin ailesinin aylık gelirin 3000 TL'den az, % 37,74'ünün ailesinin aylık gelirin 3000-5000 TL arası, % 39,68'inin ailesinin aylık gelirin 5000 TL ve daha fazla olduğu, % 41,94'ünün annesinin çalışan, % 58,06'sının annesinin çalışmayan, % 92,58'inin babasının çalışan, %7,42'sinin babasının çalışmayan bireyler olduğu, % 17,4'ünün anne ve babası ile birlikte yaşadığı, % 61'inin anne, baba ve kardeşleri ile birlikte yaşadığı, % 7,1'inin anne, baba, kardeşler ve diğerleri ile birlikte yaşadığı ve %14,50'sinin yalnız anne/yalnız baba veya diğerleri ile birlikte yaşadığı tespit edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, göz atım araştırmalarının en önemli aracı olan anket yöntemi kullanılmıştır. Anket, cevaplayıcılardan bilgi toplamak amacıyla kullanılan biçimlendirilmiş veri formudur (Nakip, 2003). Birincil verilerin toplanması için oluşturulan anket formunda daha önce çeşitli araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan “Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği”, “Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği” ve “Akran İlişkileri Ölçeği” ile ankete katılanlara ilişkin demografik bilgilerin elde edilmesine yönelik sorular yer almıştır. Anketi uygulayacak katılımcılara araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında bilgi verilmiş olup, katılımcılar gönüllülük esasıyla araştırmaya dahil edilmiştir ve verdikleri bilgilerin gizli kalacağını

hitap bölümüne belirtilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için 15 soru bulunmaktadır. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeyini tespit etmeye yönelik 29 ifade, katılımcıların ergenler için duygu düzenleme durumlarını ölçmek amacıyla 18 ifade, akran ilişkilerini ölçmek amacıyla 22 ifade bulunmaktadır. Anket formları elden ulaştırılmış ve araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

3.3.1. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Şahin (2018) tarafından ortaokul, lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Gerçekleştirilen geçerlik çalışmaları çerçevesinde açıklayıcı ve doğrulayıcı analizleri yapılmış ve SMBÖ-YF'nun beşli Likert tipi, 4 alt boyut (sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme) ve 29 maddeden oluşan bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Sanal tolerans alt boyutu 1-5'inci, sanal iletişim 6-14'üncü, sanal problem 15-23'üncü ve sanal bilgilenme ise 24-29'uncu maddelerden oluşmaktadır.

3.3.2. Akran İlişkileri Ölçeği

Yapılan araştırmada, katılımcıların akran ilişkileri düzeylerini ölçmek için Erkan Atik(2014) tarafından Türkçeye uyarlanmış. tarafından geliştirilen Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kolayda örnekleme ile seçilen, Ankara ilinde eğitimlerine devam eden 603 ortaöğretim öğrencisi katılmıştır. Araştırma kapsamında ölçme aracı Türkçeye çevrilerek, psikometrik özellikler incelenmiştir. Ölçme aracının yapı geçerliği Doğrulayıcı Faktör Analizi ile test edilmiştir. Faktör analizi öncesinde analiz için gerekli olan eksik değerler, aykırı değerler, normallik ve çoklu bağlantılılık varsayımları sınanmıştır. Sonuç olarak 22 maddelik ve beş boyutlu ölçme aracı, araştırmacıların kullanımına hazır hale gelmiştir.

3.3.3. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği

Ergenlerin karşılaştıkları olumsuz olaylar karşısındaki davranışları ve düşüncelerini belirlemek için yapılacak bu anket “Hiçbir zaman”, “Nadiren”,

“Bazen”, “Çoğu zaman”, “Her zaman” seçeneklerinden oluşan 5’li Likert ölçeği olup 18 maddeden oluşmaktadır. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ), Phillips ve Power (2007) tarafından ergenlerin duygu düzenlemelerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını ise Baki DUY ve Mehmet Ali YILDIZ (2014) yapmışlardır. Ölçek, ergenlerin duygu düzenleme yöntemlerini ölçmektedir, bu kapsamda, “içsel işlevsel duygu düzenleme”, “dışsal işlevsel duygu düzenleme”, “içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme” ve “dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme” şeklinde dört alt boyuta sahiptir. Alt boyutlardan alınan puanlar yükseldikçe ergenin o alt boyuta göre duygu düzenleme yönteminin sıklığı da artmakta, puanı düştükçe o yöntemi kullanma oranı düşmekte şeklinde yorumlanmaktadır.

3.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan öğrencilerin; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, doğum yılı, kardeş sıralaması, kardeş sayısı, kardeş sırası ve anne ve babalarının eğitim düzeyleri, ailenin aylık geliri, anne-baba çalışma durumu, ebeveynlerini tanımlama şekli ve anne-baba mesleği ile ilgili bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından bir Kişisel Bilgi Formu hazırlanmıştır.

3.4. Verilerin toplanması

Veriler, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve öğrencilerin demografik özellikleri ile sosyal medya kullanım alışkanlıklarını belirlemeye yönelik öğrencilere basılı olarak uygulanmıştır. Elde edilen veriler Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 ile yüzdeler olarak tablolara aktarımı araştırmacı tarafından yapılmıştır.

3.5. Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi

Araştırmada her maddenin puanları ile ölçeğin toplam puanları arasındaki korelasyon 310 katılımcıdan elde edilen sonuçları ortaya koymaktadır.

Araştırma verilerine ait istatistiksel çözümlerler Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 ile gerçekleştirilmiştir.

Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'ne verdikleri yanıtların güvenilirlik analizi için Cronbach Alfa testi uygulanmıştır. Buna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı 0,702, Akran İlişkileri Ölçeği için 0,843 ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği için 0,916 bulunmuştur.

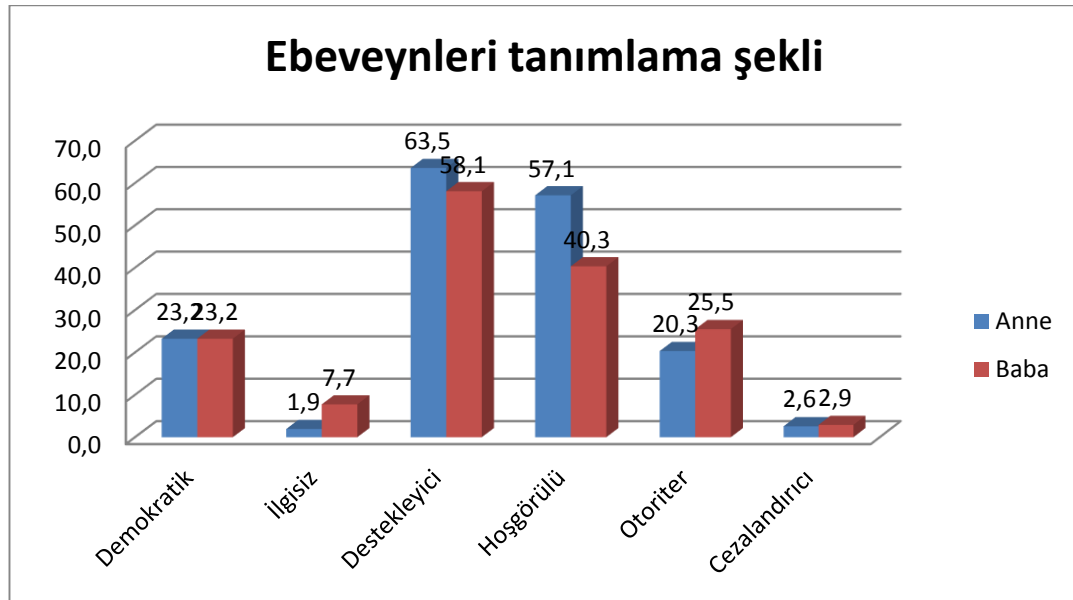
Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri frekans analizi ile, Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları ise tanımlayıcı istatistikler kullanılarak belirlenmiştir.

Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların normal dağılıma uyumlu olması durumunun incelenmesinde Kolmogorov-Smirnov testi, QQ grafiği ve çarpıklık-basıklık katsayıları kullanılmış olup, dağılımın normal dağılıma uyum göstermiş olduğu tespit edilmiştir. Buna göre sosyo-demografik özelliklerine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları karşılaştırılırken parametrik hipotez testleri tercih edilmiştir. Bağımsız değişken iki kategoriliyse bağımsız örneklem t testi, üç ve üzeri kategoriliyse varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. ANOVA sonuçlarına göre gruplar arası farkın hangi kategorilere ait olduğunun belirlenmesinde post-hoc test olarak Tukey testi uygulanmıştır. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında ilişki için Pearson korelasyon analizi, Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği ve Akran İlişkileri Ölçeği puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarını yordama durumu için doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Toplanan veriler sonucunda yapılan analizler aşağıda verilmiştir.



Şekil 2. Öğrencilerin ebeveynlerini tanımlama şekli(n=310)

Şekil 2.'de öğrencilerin ebeveynlerini tanımlama şekli sütun grafik şeklinde verilmiştir.

Şekil 2 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %23'ünün annesini demokratik, %1,9'unun annesini ilgisiz, %63,5'inin annesini destekleyici, %57,1'inin annesini hoşgörülü, %20,3'ünün annesini otoriter ve %2,6'sının annesini cezalandırıcı olarak tanımladığı görülmektedir.

Katılımcı öğrencilerin babalarını tanımlama şekillerine bakıldığında ise %23,2'sinin babasını demokratik, %7,7'sinin babasını ilgisiz, %58,1'inin

babasını destekleyici, %40,3'ünün babasını hoşgörölü, %25,5'inin babasını otoriter ve %2,9'unun babasını cezalandırıcı olarak tanımladığı görölmektedir.

Tablo 2.

Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları

	n	$\bar{x}$	s	Min	Max
İçsel işlevsel duygu düzenleme	310	15,79	3,15	4	20
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	310	13,82	4,37	5	25
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	310	11,96	3,62	4	20
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	310	10,63	4,34	5	25
Duygu Düzenleme Ölçeği Genel					
Birliktelik	310	12,83	3,41	4	20
Çatışma	310	15,37	3,52	4	20
Yardım	310	22,61	3,76	5	25
Koruma	310	15,52	3,81	4	20
Yakınlık	310	20,43	4,12	5	25
Akran İlişkileri Ölçeği Genel	310	86,77	12,97	35	110
Sanal Tolerans	310	12,46	4,99	5	25
Sanal İletişim	310	19,35	6,20	9	45
Sanal Problem	310	16,94	6,67	9	45
Sanal Bilgilenme	310	16,00	5,16	6	30
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Genel	310	64,74	19,05	29	145

Tablo 2'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları verilmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutu olan İçsel işlevsel duygu düzenlemeden ortalama $15,79 \pm 3,15$ puan, minimum 4, maksimum 20 puan, İçsel işlevsel olmayan duygu düzenlemeden ortalama $13,82 \pm 4,37$ puan, minimum 5, maksimum 25 puan, dışsal işlevsel duygu düzenlemeden ortalama $11,96 \pm 3,62$ puan, minimum 4, maksimum 20 puan ve dışsal işlevsel

olmayan duygu düzenlemeden ortalama $10,63 \pm 4,34$ puan, minimum 5, maksimum 25 puan aldıkları tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği alt boyutları olan Birliktelikten ortalama $12,83 \pm 3,41$ puan, minimum 4, maksimum 20 puan, Çatışmadan ortalama $15,37 \pm 3,52$ puan, minimum 4, maksimum 20 puan, Yardımdan ortalama $22,61 \pm 3,76$ puan, minimum 5, maksimum 25 puan, Korumadan ortalama $15,52 \pm 3,81$ puan, minimum 4, maksimum 20 puan ve Yakınlıktan ortalama $20,43 \pm 4,12$ puan, minimum 5, maksimum 25 puan aldıkları, Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ise ortalama $86,77 \pm 12,97$ puan, minimum 35, maksimum 110 puan aldıkları saptanmıştır.

Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği alt boyutu olan Sanal Toleranstan ortalama $12,46 \pm 4,99$, minimum 5, maksimum 25 puan, Sanal İletişimden ortalama $19,35 \pm 6,20$, minimum 9, maksimum 45 puan, Sanal Problemden ortalama $16,94 \pm 6,67$, minimum 9, maksimum 45 puan, Sanal Bilgilenmeden ortalama $16 \pm 5,16$, minimum 6, maksimum 30 puan ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ortalama $64,74 \pm 19,05$ puan, minimum 29, maksimum 145 puan aldıkları belirlenmiştir.

Tablo 3.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	s	t	p
İçsel işlevsel	Kadın	148	16,26	2,87	2,510	0,013*
duygu düzenleme	Erkek	162	15,36	3,35		
İçsel işlevsel olmayan	Kadın	148	14,36	4,41	2,098	0,037*
duygu düzenleme	Erkek	162	13,33	4,30		
Dışsal işlevsel	Kadın	148	12,70	3,49	3,507	0,001*
duygu düzenleme	Erkek	162	11,28	3,62		
Dışsal işlevsel olmayan	Kadın	148	10,45	4,37	-0,697	0,487
duygu düzenleme	Erkek	162	10,79	4,32		
Birliktelik	Kadın	148	13,35	3,20	2,584	0,010*
	Erkek	162	12,36	3,54		
Çatışma	Kadın	148	15,90	3,43	2,547	0,011*
	Erkek	162	14,89	3,54		
Yardım	Kadın	148	23,55	2,96	4,303	0,000*
	Erkek	162	21,76	4,19		
Koruma	Kadın	148	16,73	3,08	5,600	0,000*
	Erkek	162	14,41	4,08		
Yakınlık	Kadın	148	22,03	3,05	7,004	0,000*
	Erkek	162	18,98	4,43		
Akran İlişkileri Ölçeği Geneli	Kadın	148	91,55	10,92	6,626	0,000*
	Erkek	162	82,40	13,18		
Sanal Tolerans	Kadın	148	13,30	5,21	2,865	0,004*
	Erkek	162	11,69	4,66		
Sanal İletişim	Kadın	148	19,55	6,00	0,548	0,584
	Erkek	162	19,16	6,40		
Sanal Problem	Kadın	148	17,30	6,44	0,929	0,353
	Erkek	162	16,60	6,88		
Sanal Bilgilenme	Kadın	148	16,68	5,13	2,206	0,028*
	Erkek	162	15,39	5,13		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Geneli	Kadın	148	66,82	18,96	1,847	0,066
	Erkek	162	62,84	18,98		

* $p < 0,05$ (Bağımsız örneklem t testi)

Tablo 3.'te araştırmaya dahil edilen öğrencilerin cinsiyetine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında kullanılan bağımsız örneklem t testinden elde edilen bulgular gösterilmiştir.

Tablo 3. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu görülmüştür ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme puanları erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Kadın ve erkek öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Öğrencilerin cinsiyetine göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin sanal tolerans ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($p<0,05$), sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Kadın öğrencilerin sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir.

Tablo 4.

Öğrencilerin yaşına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Yaş	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
İçsel	15 yaş	39	14,49	3,13	5	20	3,512	0,008*	1-3
işlevsel	16 yaş	77	15,49	3,05	9	20			1-4
duygu	17 yaş	89	16,22	3,03	6	20			1-5
düzenleme	18 yaş	81	15,81	3,35	4	20			
	19 yaş	24	17,17	2,60	13	20			
İçsel	15 yaş	39	13,44	4,87	7	22	0,652	0,626	

işlevsel	16 vas	77	13,36	4,42	5	25		
olmayan	17 vas	89	14,38	4,12	7	25		
duygu	18 vas	81	13,85	4,18	5	24		
...	19 vas	24	13,75	5,04	6	25		
Dışsal	15 vas	39	11,62	4,36	4	20	0,428	0,788
işlevsel	16 vas	77	11,66	3,85	4	20		
duygu	17 vas	89	12,30	3,37	5	20		
düzenleme	18 vas	81	12,05	3,54	4	20		
	19 vas	24	11,92	2,83	7	17		
Dışsal	15 vas	39	10,62	4,11	5	21	0,446	0,775
işlevsel	16 vas	77	10,40	3,89	5	23		
olmayan	17 vas	89	10,99	4,57	5	23		
duygu	18 vas	81	10,27	4,33	5	25		
	19 vas	24	11,21	5,34	5	23		
	15 vas	39	11,92	3,64	4	17	0,882	0,475
Birliktelik	16 vas	77	13,00	3,13	6	20		
	17 vas	89	13,09	3,23	4	20		
	18 vas	81	12,88	3,44	4	20		
	19 vas	24	12,67	4,40	4	19		
	15 vas	39	15,59	3,36	7	20	1,216	0,304
Çatışma	16 vas	77	15,64	3,62	4	20		
	17 vas	89	14,73	3,77	6	20		
	18 vas	81	15,48	3,33	6	20		
	19 vas	24	16,17	2,96	6	19		
	15 vas	39	20,95	5,09	7	25	2,521	0,041
Yardım	16 vas	77	22,74	2,86	14	25		
	17 vas	89	22,62	3,71	5	25		
	18 vas	81	23,06	3,78	7	25		
	19 vas	24	23,38	3,36	11	25		
	15 vas	39	14,69	4,61	4	20	0,551	0,698
Koruma	16 vas	77	15,68	3,49	6	20		
	17 vas	89	15,70	3,50	6	20		

Tablo 4.

Öğrencilerin yaşına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması(Devam)

	Yaş	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p
Sanal Tolerans	18 yaş	81	15,52	4,06	5	20		
	19 yaş	24	15,71	3,77	8	20		
	15 yaş	39	20,26	5,05	8	25	0,142	0,967
	16 yaş	77	20,21	3,97	11	25		
	17 yaş	89	20,55	3,69	10	25		
Sanal İletişim	18 yaş	81	20,63	4,31	5	25		
	19 yaş	24	20,33	4,05	10	25		
	15 yaş	39	83,41	15,88	47	106	0,835	0,504
	16 yaş	77	87,26	11,35	56	106		
	17 yaş	89	86,69	12,20	50	105		
Sanal Problem	18 yaş	81	87,57	13,82	35	110		
	19 yaş	24	88,25	12,66	51	102		
	17 yaş	89	16,93	6,13	9	36		
	18 yaş	81	17,09	6,70	9	33		
Sanal	19 yaş	24	15,04	7,02	9	37		
	15 yaş	39	15,97	5,18	6	30	0,296	0,880

Bilgilenme	16 yaş	77	16,32	5,03	6	30		
	17 yaş	89	16,19	5,02	6	30		
	18 yaş	81	15,74	5,20	6	27		
	19 yaş	24	15,21	6,14	6	27		
	15 yaş	39	66,54	20,91	29	145		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Genel	16 yaş	77	65,94	21,17	32	135	0,307	0,873
	17 yaş	89	64,45	16,62	30	100		
	18 yaş	81	63,74	18,53	29	104		
	19 yaş	24	62,46	20,00	33	109		

(Varyans analizi)

Araştırma kapsamına dahil edilen öğrencilerin yaşına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında kullanılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 4.'te sunulmuştur.

Öğrencilerin yaşına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'ndeki içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). 15 yaş öğrencilerin içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanları diğer öğrencilerden anlamlı olarak düşüktür. Öğrencilerin yaşına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'ndeki diğer alt boyutlardan aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşına göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Öğrencilerin yaşına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nden aldığı puanlar incelendiğinde, yaşına göre öğrencilerin ölçek genelinden ve ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 5.

Öğrencilerin sınıfına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Sınıf	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
İçsel işlevsel duygu düzenleme	Dokuzuncu sınıf	42	14,48	3,21	5	20	3,823	0,010*	1-3 1-4
	Onuncu sınıf	87	15,54	2,92	9	20			
	Onbirinci sınıf	83	16,17	3,24	6	20			
	Onikinci sınıf	98	16,26	3,12	4	20			
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	Dokuzuncu sınıf	42	13,29	4,89	5	22	1,034	0,378	
	Onuncu sınıf	87	13,38	4,20	5	25			
	Onbirinci sınıf	83	14,41	4,24	7	25			
	Onikinci sınıf	98	13,95	4,41	5	25			
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	Dokuzuncu sınıf	42	11,57	4,35	4	20	1,222	0,302	
	Onuncu sınıf	87	11,47	3,69	4	20			
	Onbirinci sınıf	83	12,39	3,51	5	20			
	Onikinci sınıf	98	12,20	3,28	4	20			
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	Dokuzuncu sınıf	42	10,55	4,06	5	21	0,095	0,963	
	Onuncu sınıf	87	10,56	3,98	5	23			
	Onbirinci sınıf	83	10,84	4,53	5	22			
	Onikinci sınıf	98	10,53	4,65	5	25			
Birliktelik	Dokuzuncu sınıf	42	11,90	3,55	4	17	1,232	0,298	
	Onuncu sınıf	87	13,07	3,11	6	20			
	Onbirinci sınıf	83	12,92	3,53	4	20			
	Onikinci sınıf	98	12,95	3,50	4	20			
Çatışma	Dokuzuncu sınıf	42	15,67	3,28	7	20	1,173	0,320	
	Onuncu sınıf	87	15,38	3,71	4	20			
	Onbirinci sınıf	83	14,80	3,88	6	20			
	Onikinci sınıf	98	15,72	3,07	6	20			
Yardım	Dokuzuncu sınıf	42	21,24	5,02	7	25	3,233	0,023*	1-4
	Onuncu sınıf	87	22,31	3,20	11	25			
	Onbirinci sınıf	83	22,86	3,76	5	25			
	Onikinci sınıf	98	23,27	3,45	7	25			
Koruma	Dokuzuncu sınıf	42	14,76	4,50	4	20	0,961	0,411	
	Onuncu sınıf	87	15,31	3,69	6	20			
	Onbirinci sınıf	83	15,83	3,62	5	20			
	Onikinci sınıf	98	15,77	3,76	6	20			
Yakınlık	Dokuzuncu sınıf	42	20,48	4,95	8	25	0,942	0,420	
	Onuncu sınıf	87	19,83	4,07	10	25			
	Onbirinci sınıf	83	20,60	3,91	5	25			
	Onikinci sınıf	98	20,81	3,95	8	25			
Akran ilişkileri Ölçeği Geneli	Dokuzuncu sınıf	42	84,05	15,47	47	106	1,349	0,259	
	Onuncu sınıf	87	85,90	11,87	56	106			
	Onbirinci sınıf	83	87,00	13,74	35	106			
	Onikinci sınıf	98	88,51	11,97	50	110			

* $p < 0,05$ (Varyans analizi)

Tablo 5.

Öğrencilerin sınıfına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması(Devam)

	Sınıf	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p
Sanal Tolerans	Dokuzuncu sınıf	42	13,14	5,62	5	25	0,655	0,580
	Onuncu sınıf	87	12,48	5,63	5	25		
	Onbirinci sınıf	83	11,89	4,10	5	21		
	Onikinci sınıf	98	12,62	4,80	5	24		
Sanal İletişim	Dokuzuncu sınıf	42	20,24	7,07	9	45	1,085	0,356
	Onuncu sınıf	87	20,01	6,47	9	36		
	Onbirinci sınıf	83	18,69	6,01	9	35		
	Onikinci sınıf	98	18,93	5,69	9	38		
Sanal Problem	Dokuzuncu sınıf	42	17,31	6,52	9	45	0,156	0,926
	Onuncu sınıf	87	17,21	7,15	9	45		
	Onbirinci sınıf	83	16,69	6,15	9	36		
	Onikinci sınıf	98	16,74	6,81	9	37		
Sanal Bilgilenme	Dokuzuncu sınıf	42	15,67	5,16	6	30	0,374	0,772
	Onuncu sınıf	87	16,22	5,12	6	30		
	Onbirinci sınıf	83	16,35	4,98	6	30		
	Onikinci sınıf	98	15,66	5,39	6	27		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Geneli	Dokuzuncu sınıf	42	66,36	20,59	29	145	0,361	0,781
	Onuncu sınıf	87	65,92	21,01	30	135		
	Onbirinci sınıf	83	63,61	16,68	29	99		
	Onikinci sınıf	98	63,96	18,60	32	109		

(Varyans analizi)

Tablo 5.'te öğrencilerin öğrenimine devam ettiği sınıfa göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında kullanılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları sunulmuştur.

Öğrencilerin öğrenimine devam ettiği sınıfa göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'ndeki içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanları arasında istatistikle anlamlı bir fark bulunduğu ve dokuzuncu sınıfa devam eden öğrencilerin içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanlarının on birinci ve on ikinci sınıfa devam eden öğrencilerden anlamlı düzeyde düşük bulunduğu saptanmıştır. Araştırmaya alınan öğrencilerin öğrenimine devam ettiği sınıfa göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'ndeki diğer alt boyutlardan aldığı

puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenimine devam ettiği sınıfa göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik, çatışma, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken ($p<0,05$), yardım alt boyutundan aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Dokuzuncu sınıf öğrencilerin yardım alt boyutundan aldığı puanlar on ikinci sınıf öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin sınıflarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 6.

Öğrencilerin doğum sırasına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Doğum sırası	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
İçsel işlevsel duygu düzenleme	İlk çocuk	160	15,66	3,23	6	20	0,351	0,704	
	İkinci çocuk	114	15,87	3,25	4	20			
	Üçüncü ve üzeri	36	16,11	2,45	10	20			
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	İlk çocuk	160	14,01	4,50	5	25	2,861	0,059	
	İkinci çocuk	114	14,07	4,26	5	25			
	Üçüncü ve üzeri	36	12,19	3,92	5	20			
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	İlk çocuk	160	12,44	3,52	4	20	2,903	0,056	
	İkinci çocuk	114	11,43	3,62	4	20			
	Üçüncü ve üzeri	36	11,53	3,87	6	18			
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	İlk çocuk	160	10,91	4,61	5	25	1,355	0,259	
	İkinci çocuk	114	10,54	4,18	5	23			
	Üçüncü ve üzeri	36	9,61	3,51	5	20			
Birliktelik	İlk çocuk	160	13,04	3,34	5	20	0,790	0,455	
	İkinci çocuk	114	12,71	3,59	4	20			
	Üçüncü ve üzeri	36	12,31	3,16	5	20			
Çatışma	İlk çocuk	160	15,45	3,51	6	20	0,103	0,902	
	İkinci çocuk	114	15,25	3,63	4	20			
	Üçüncü ve üzeri	36	15,39	3,26	8	20			
Yardım	İlk çocuk	160	22,97	3,47	7	25	1,516	0,221	
	İkinci çocuk	114	22,19	4,23	5	25			
	Üçüncü ve üzeri	36	22,36	3,27	11	25			
Koruma	İlk çocuk	160	16,02	3,59	6	20	3,075	0,048*	1-2

	İkinci çocuk	114	14,88	4,04	4	20		
	Üçüncü ve üzeri	36	15,33	3,84	5	20		
Yakınlık	İlk çocuk	160	20,64	3,82	8	25	0,730	0,483
	İkinci çocuk	114	20,06	4,60	5	25		
	Üçüncü ve üzeri	36	20,67	3,79	12	25		
Akran İlişkileri Ölçeği Genel	İlk çocuk	160	88,12	12,38	50	110	1,879	0,155
	İkinci çocuk	114	85,10	13,94	35	106		
	Üçüncü ve üzeri	36	86,06	11,98	57	106		
	İlk çocuk	160	12,71	4,86	5	25	0,701	0,497
Sanal Tolerans	İkinci çocuk	114	12,37	5,24	5	25		
	Üçüncü ve üzeri	36	11,64	4,75	5	21		
	İlk çocuk	160	19,57	6,07	9	38	0,695	0,500
Sanal İletişim	İkinci çocuk	114	19,39	6,63	9	45		
	Üçüncü ve üzeri	36	18,22	5,37	9	27		
	İlk çocuk	160	17,36	6,81	9	39	0,704	0,495
Sanal Problem	İkinci çocuk	114	16,55	6,75	9	45		
	Üçüncü ve üzeri	36	16,25	5,79	9	27		
	İlk çocuk	160	16,19	5,01	6	29	0,277	0,758
Sanal Bilgilenme	İkinci çocuk	114	15,88	5,42	6	30		
	Üçüncü ve üzeri	36	15,56	5,12	6	25		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Genel	İlk çocuk	160	65,83	18,38	29	122	0,779	0,460
	İkinci çocuk	114	64,18	20,37	29	145		
	Üçüncü ve üzeri	36	61,67	17,69	33	93		

* $p < 0,05$ (Varyans analizi)

Tablo 6.'de öğrencilerin doğum sırasına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına dair yapılan varyans analizinden (ANOVA) elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 6.'ya göre öğrencilerin doğum sırasına göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeğinin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanların istatistiksel olarak farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p > 0,05$).

Öğrencilerin doğum sırasına göre Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ölçekteki birliktelik, çatışma, yardım ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). Öğrencilerin doğum sırasına göre Akran İlişkileri Ölçeği'ndeki koruma alt boyutundan aldığı puanların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Ailesinin ilk

çocuğu olanların koruma alt boyutundan, ailesinin ikinci çocuğu olanlara göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür.

Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar doğum sıralarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 7.

Öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Anne Eğt. Düz.	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p
İçsel	İlköğretim	81	16,31	2,75	8	20	1,575	0,209
işlevsel	Lise/Ön lisans	146	15,54	3,42	4	20		
duvau	Lisans/Lisansüstü	83	15,72	3,00	6	20		
İçsel	İlköğretim	81	14,78	4,51	7	25	2,712	0,068
işlevsel	Lise/Ön lisans	146	13,40	4,39	5	25		
olmavan	Lisans/Lisansüstü	83	13,63	4,12	6	25		
Dışsal	İlköğretim	81	12,17	3,49	5	19	0,188	0,829
işlevsel	Lise/Ön lisans	146	11,90	3,78	4	20		
duvau	Lisans/Lisansüstü	83	11,87	3,49	4	20		
Dışsal	İlköğretim	81	10,89	4,38	5	25	0,470	0,626
işlevsel	Lise/Ön lisans	146	10,69	4,44	5	23		
olmavan	Lisans/Lisansüstü	83	10,25	4,15	5	23		
Birliktelik	İlköğretim	81	12,99	3,25	5	20	0,186	0,831
	Lise/Ön lisans	146	12,71	3,50	4	20		
	Lisans/Lisansüstü	83	12,89	3,44	4	20		
Çatışma	İlköğretim	81	15,83	3,13	7	20	0,946	0,389
	Lise/Ön lisans	146	15,17	3,69	4	20		
	Lisans/Lisansüstü	83	15,28	3,56	4	20		
Yardım	İlköğretim	81	22,52	4,00	9	25	0,650	0,523
	Lise/Ön lisans	146	22,44	3,72	7	25		
	Lisans/Lisansüstü	83	23,01	3,59	5	25		
Koruma	İlköğretim	81	15,70	3,83	6	20	0,849	0,429
	Lise/Ön lisans	146	15,23	3,90	4	20		
	Lisans/Lisansüstü	83	15,86	3,64	6	20		
Yakınlık	İlköğretim	81	21,15	4,27	8	25	2,626	0,074
	Lise/Ön lisans	146	19,90	4,25	5	25		
	Lisans/Lisansüstü	83	20,67	3,63	8	25		
Akran İlişkileri Ölçeği	İlköğretim	81	88,19	13,14	51	106	1,466	0,232
	Lise/Ön lisans	146	85,45	13,63	35	110		
	Lisans/Lisansüstü	83	87,71	11,45	50	106		
Sanal Tolerans	İlköğretim	81	12,79	5,07	5	24	0,662	0,516
	Lise/Ön lisans	146	12,57	5,12	5	25		
	Lisans/Lisansüstü	83	11,94	4,68	5	23		
Sanal İletişim	İlköğretim	81	19,14	5,47	9	36	0,854	0,427
	Lise/Ön lisans	146	19,81	6,78	9	45		
	Lisans/Lisansüstü	83	18,73	5,79	9	35		

Sanal Problem	İlköğretim	81	16,69	6,05	9	31	2,249	0,107
	Lise/Ön lisans	146	17,71	7,18	9	45		
	Lisans/Lisansüstü	83	15,81	6,21	9	37		
Sanal Bilgilenme	İlköğretim	81	16,16	5,05	6	25	0,695	0,500
	Lise/Ön lisans	146	16,24	5,43	6	30		
	Lisans/Lisansüstü	83	15,43	4,78	6	25		
Sosyal Medya Bağımlılığı	İlköğretim	81	64,78	17,98	33	108	1,424	0,242
	Lise/Ön lisans	146	66,33	20,38	29	145		
	Lisans/Lisansüstü	83	61,92	17,46	32	111		

(Varyans analizi)

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına dair yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 7.'de gösterilmiştir.

Öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde bulunan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden almış oldukları puanların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 8.

Öğrencilerin baba eğitim durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Baba Eğt. Dur.	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p
İçsel işlevsel duygu düzenleme	İlköğretim	56	16,23	3,11	5	20	1,101	0,334
	Lise/Ön lisans	128	15,88	3,21	4	20		
	Lisans/Lisansüstü	126	15,51	3,11	6	20		

İçsel	İlköğretim	56	14,95	4,52	7	25	2,433	0,089
işlevsel	Lise/Ön lisans	128	13,73	4,19	5	25		
olmayan								
duygu	Lisans/Lisansüstü	126	13,42	4,45	5	25		
düzenleme								
Dışsal	İlköğretim	56	11,73	4,11	4	20	0,319	0,727
işlevsel	Lise/Ön lisans	128	11,88	3,45	4	20		
duygu								
düzenleme	Lisans/Lisansüstü	126	12,15	3,59	4	20		
Dışsal	İlköğretim	56	11,14	4,42	5	22	0,483	0,617
işlevsel	Lise/Ön lisans	128	10,51	4,18	5	23		
olmayan								
duygu	Lisans/Lisansüstü	126	10,52	4,48	5	25		
düzenleme								
	İlköğretim	56	12,41	3,32	5	18	0,520	0,595
Birliktelik	Lise/Ön lisans	128	12,92	3,48	4	20		
	Lisans/Lisansüstü	126	12,93	3,40	4	20		
	İlköğretim	56	15,07	3,20	7	20	0,311	0,733
Çatışma	Lise/Ön lisans	128	15,52	3,46	6	20		
	Lisans/Lisansüstü	126	15,36	3,72	4	20		
	İlköğretim	56	22,25	4,35	7	25	0,810	0,446
Yardım	Lise/Ön lisans	128	22,46	3,91	9	25		
	Lisans/Lisansüstü	126	22,93	3,28	5	25		
	İlköğretim	56	15,02	3,98	4	20	1,243	0,290
Koruma	Lise/Ön lisans	128	15,36	3,91	5	20		
	Lisans/Lisansüstü	126	15,90	3,62	6	20		
	İlköğretim	56	19,30	5,26	8	25	2,946	0,054
Yakınlık	Lise/Ön lisans	128	20,47	4,05	5	25		
	Lisans/Lisansüstü	126	20,90	3,51	9	25		
Akran	İlköğretim	56	84,05	15,51	47	106	1,819	0,164
İlişkileri	Lise/Ön lisans	128	86,73	13,49	35	110		
Ölçeği								
Geneli	Lisans/Lisansüstü	126	88,02	10,98	50	106		
	İlköğretim	56	11,30	4,78	5	22	2,210	0,111
Sanal	Lise/Ön lisans	128	12,98	4,86	5	25		
Tolerans	Lisans/Lisansüstü	126	12,44	5,15	5	25		
	İlköğretim	56	18,48	6,27	9	36	0,661	0,517
Sanal	Lise/Ön lisans	128	19,55	6,18	9	38		
İletişim	Lisans/Lisansüstü	126	19,52	6,21	11	45		
	İlköğretim	56	15,73	5,95	9	33	1,218	0,297
Sanal	Lise/Ön lisans	128	17,39	6,66	9	39		
Problem	Lisans/Lisansüstü	126	17,01	6,96	9	45		
	İlköğretim	56	14,95	5,42	6	24	2,243	0,108
Sanal	Lise/Ön lisans	128	16,64	5,28	6	30		
Bilgilenme	Lisans/Lisansüstü	126	15,83	4,86	6	30		
Sosyal	İlköğretim	56	60,46	18,83	29	108	2,005	0,136
Medya	Lise/Ön lisans	128	66,55	18,73	29	122		
Bağımlılığı								
Ölçeği	Lisans/Lisansüstü	126	64,80	19,30	34	145		

Geneli

(Varyans analizi)

Tablo 8.'de öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına dair yapılan varyans analizi (ANOVA) bulgularına yer verilmiştir.

Araştırmaya alınan öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p < 0,05$).

Öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve bu ölçekte yer alan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden almış oldukları puanların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 9.

Öğrencilerin ailesinin aylık gelirine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Aile gelir	n	x	s	Min	Max	F	p	Fark
İçsel işlevsel duygu düzenleme	3000 TL'den az	70	16,03	3,18	9	20	0,508	0,602	
	3000-5000 TL arası	117	15,57	3,16	6	20			
	5000 TL'den fazla	123	15,86	3,14	4	20			
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	3000 TL'den az	70	14,23	4,40	5	25	0,481	0,619	
	3000-5000 TL arası	117	13,83	4,45	5	25			
	5000 TL'den fazla	123	13,59	4,30	5	25			
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	3000 TL'den az	70	12,24	3,55	4	20	2,924	0,055	
	3000-5000 TL arası	117	12,43	3,51	4	20			
	5000 TL'den fazla	123	11,36	3,71	4	20			
Dışsal işlevsel	3000 TL'den az	70	10,43	4,04	5	20	0,093	0,911	

olmayan duygu düzenleme	3000-5000 TL arası	117	10,68	4,76	5	25		
	5000 TL'den fazla	123	10,68	4,12	5	23		
	3000 TL'den az	70	12,76	3,38	5	20	0,896	0,409
Birliktelik	3000-5000 TL arası	117	12,56	3,66	4	20		
	5000 TL'den fazla	123	13,14	3,18	4	20		
	3000 TL'den az	70	15,53	3,43	7	20	0,145	0,865
Çatışma	3000-5000 TL arası	117	15,25	3,70	4	20		
	5000 TL'den fazla	123	15,40	3,41	6	20		
	3000 TL'den az	70	22,73	3,83	10	25	0,043	0,958
Yardım	3000-5000 TL arası	117	22,58	3,66	7	25		
	5000 TL'den fazla	123	22,58	3,83	5	25		
	3000 TL'den az	70	15,53	3,76	5	20	0,291	0,748
Koruma	3000-5000 TL arası	117	15,71	3,86	5	20		
	5000 TL'den fazla	123	15,33	3,81	4	20		
	3000 TL'den az	70	20,87	4,15	8	25	0,782	0,458
Yakınlık	3000-5000 TL arası	117	20,50	4,02	5	25		
	5000 TL'den fazla	123	20,11	4,20	8	25		
Akran İlişkileri Ölçeği Genel	3000 TL'den az	70	87,41	12,22	57	106	0,112	0,894
	3000-5000 TL arası	117	86,60	13,32	35	106		
	5000 TL'den fazla	123	86,56	13,15	47	110		
	3000 TL'den az	70	11,79	5,17	5	23	1,041	0,354
Sanal Tolerans	3000-5000 TL arası	117	12,44	4,97	5	25		
	5000 TL'den fazla	123	12,86	4,89	5	23		
	3000 TL'den az	70	18,51	6,42	9	35	0,972	0,379
Sanal İletişim	3000-5000 TL arası	117	19,82	6,80	9	45		
	5000 TL'den fazla	123	19,37	5,43	9	35		
	3000 TL'den az	70	16,37	6,58	9	33	0,441	0,644
Sanal Problem	3000-5000 TL arası	117	17,32	7,28	9	45		
	5000 TL'den fazla	123	16,89	6,12	9	37		
	3000 TL'den az	70	15,03	5,10	6	26	3,042	0,049* 1-3
Sanal Bilgilenme	3000-5000 TL arası	117	15,72	5,31	6	30		
	5000 TL'den fazla	123	16,83	4,96	6	30		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Genel	3000 TL'den az	70	61,70	18,77	29	102	1,191	0,305
	3000-5000 TL arası	117	65,29	21,48	29	145		
	5000 TL'den fazla	123	65,95	16,55	32	111		

* $p < 0,05$ (Varyans analizi)

Tablo 9.'da araştırmaya dahil edilen öğrencilerin ailesinin aylık gelirine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına dair yapılan varyans analizi (ANOVA) sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 9.'a göre araştırma kapsamına alınan öğrencilerin ailesinin aylık gelirine göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nde yer alan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanları

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve bu ölçekte yer alan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden almış oldukları puanların ailesinin aylık gelirine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin ailesinin aylık gelirine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanırken, sanal bilgilenme alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p>0,05$). Ailesinin aylık geliri 5000 TL'den fazla olan öğrencilerin sanal bilgilenme alt boyutundan aldıkları puanlar ailesinin aylık geliri 3000 TL'den az olan öğrencilere göre daha yüksektir.

Tablo 10.

Öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Anne çalışma durumu	n	$\bar{x}$	s	t	p
İçsel işlevsel duygu düzenleme	Çalışan	130	16,17	2,81	1,804	0,072
	Çalışmayan	180	15,52	3,36		
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	Çalışan	130	13,72	4,17	-0,340	0,734
	Çalışmayan	180	13,89	4,53		
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	Çalışan	130	12,46	3,66	2,078	0,039*
	Çalışmayan	180	11,60	3,56		
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	Çalışan	130	10,48	4,34	-0,486	0,627
	Çalışmayan	180	10,73	4,35		
Birliktelik	Çalışan	130	13,19	3,37	1,583	0,114
	Çalışmayan	180	12,57	3,43		
Çatışma	Çalışan	130	15,34	3,53	-0,138	0,890
	Çalışmayan	180	15,39	3,52		
Yardım	Çalışan	130	22,95	3,57	1,360	0,175
	Çalışmayan	180	22,37	3,88		
Koruma	Çalışan	130	15,94	3,71	1,650	0,100

	Çalışmayan	180	15,22	3,86		
	Çalışan	130	20,98	3,58		
Yakınlık	Çalışmayan	180	20,03	4,43	2,017	0,045*
Akran İlişkileri	Çalışan	130	88,41	12,10		
Ölçeği Geneli	Çalışmayan	180	85,58	13,48	1,900	0,058
	Çalışan	130	12,12	4,69		
Sanal Tolerans	Çalışmayan	180	12,71	5,19	-1,028	0,305
	Çalışan	130	18,81	5,96		
Sanal İletişim	Çalışmayan	180	19,73	6,36	-1,298	0,195
	Çalışan	130	16,51	6,22		
Sanal Problem	Çalışmayan	180	17,24	6,98	-0,959	0,338
	Çalışan	130	15,48	4,51		
Sanal Bilgilenme	Çalışmayan	180	16,38	5,56	-1,507	0,133
	Çalışan	130	62,92	17,42		
Sosyal Medya	Çalışmayan	180	66,06	20,09	-1,437	0,152
Bağımlılığı						
Ölçeği Geneli						

* $p < 0,05$ (Bağımsız örneklem t testi)

Tablo 10.'da araştırmaya dahil edilen öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında kullanılan bağımsız örneklem t testi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeğinin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$). Öğrencilerin dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu puanlarının annesinin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Annesi çalışan öğrenciler dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan annesi çalışmayan öğrencilere göre daha yüksek puan almıştır.

Öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik, çatışma, yardım ve koruma alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür ($p > 0,05$). Annesi çalışan ve annesi çalışmayan

öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği'ndeki yakınlık alt boyutu puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmış olup, annesi çalışan öğrencilerin yakınlık alt boyutu puanları, annesi çalışmayanlara göre daha yüksektir.

Öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sana bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 11.

Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Baba çalışma durumu	n	$\bar{x}$	s	t	p
İçsel işlevsel duygu düzenleme	Çalışan	287	15,81	3,18	0,355	0,723
	Çalışmayan	23	15,57	2,90		
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	Çalışan	287	13,85	4,44	0,441	0,659
	Çalışmayan	23	13,43	3,53		
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	Çalışan	287	11,96	3,67	0,007	0,995
	Çalışmayan	23	11,96	3,02		
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	Çalışan	287	10,58	4,31	-0,679	0,498
	Çalışmayan	23	11,22	4,79		
Birliktelik	Çalışan	287	12,86	3,41	0,580	0,562
	Çalışmayan	23	12,43	3,46		
Çatışma	Çalışan	287	15,51	3,48	2,392	0,017*
	Çalışmayan	23	13,70	3,69		
Yardım	Çalışan	287	22,55	3,85	-1,033	0,302
	Çalışmayan	23	23,39	2,21		
Koruma	Çalışan	287	15,61	3,78	1,478	0,140
	Çalışmayan	23	14,39	4,09		
Yakınlık	Çalışan	287	20,62	4,01	2,871	0,004*
	Çalışmayan	23	18,09	4,80		
Akran İlişkileri Ölçeği Geneli	Çalışan	287	87,15	13,10	1,839	0,067
	Çalışmayan	23	82,00	10,26		
Sanal Tolerans	Çalışan	287	12,64	4,99	2,254	0,025*
	Çalışmayan	23	10,22	4,45		
Sanal İletişim	Çalışan	287	19,60	6,24	2,608	0,010*
	Çalışmayan	23	16,13	4,73		
Sanal Problem	Çalışan	287	17,08	6,78	1,383	0,168

	Çalışmayan	23	15,09	4,94		
Sanal Bilgilenme	Çalışan	287	16,17	5,18	2,071	0,039*
	Çalışmayan	23	13,87	4,43		
Sosyal Medya	Çalışan	287	65,50	19,23		
Bağımlılığı	Çalışmayan	23	55,30	13,72	2,490	0,013*
Ölçeği Genel						

* $p < 0,05$ (Bağımsız örneklem t testi)

Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında kullanılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik, yardım ve koruma alt boyutlarından ve ölçek genelinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı ($p > 0,05$), çatışma ve koruma alt boyutlarından aldığı puanlar arasındaki farkın ise istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Babası çalışan öğrencilerin çatışma ve koruma alt boyutlarından aldığı puanlar babası çalışmayan öğrencilerden daha yüksektir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($p < 0,05$). Babası çalışan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar babası çalışmayan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre sanal

problem alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 12.

Öğrencilerin birlikte yaşadıkları kişilere göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Birlikte yaşanan kişiler	n	x	s	Min	Max	F	p
İçsel işlevsel duygu düzenleme	Anne ve Baba	54	16,04	3,20	6	20	0,608	0,611
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	15,62	3,16	5	20		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	15,73	2,73	8	20		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	16,24	3,30	4	20		
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme	Anne ve Baba	54	13,78	3,67	7	24	0,573	0,633
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	13,63	4,51	5	25		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	14,77	4,52	7	21		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	14,20	4,54	5	25		
Dışsal işlevsel duygu düzenleme	Anne ve Baba	54	11,80	4,07	4	20	1,106	0,347
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	11,76	3,62	4	20		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	12,91	3,25	5	17		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	12,53	3,20	4	18		
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme	Anne ve Baba	54	10,41	3,79	5	19	1,718	0,163
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	10,47	4,42	5	23		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	12,64	4,51	7	25		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	10,58	4,44	5	23		
Birliktelik	Anne ve Baba	54	12,89	2,97	4	20	1,039	0,375
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	12,60	3,55	4	20		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	13,68	3,18	6	20		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	13,31	3,40	7	20		
Çatışma	Anne ve Baba	54	15,06	2,76	9	20	0,177	0,912
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	15,44	3,63	4	20		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	15,36	3,39	9	20		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	15,44	3,97	4	20		
Yardım	Anne ve Baba	54	22,59	3,14	11	25	0,891	0,446
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	22,46	4,13	5	25		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	22,32	3,72	12	25		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	23,44	2,61	14	25		
Koruma	Anne ve Baba	54	15,20	4,03	6	20	1,414	0,239
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	15,52	3,84	4	20		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	14,50	3,57	9	20		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	16,38	3,46	6	20		
Yakınlık	Anne ve Baba	54	20,33	3,93	8	25	0,237	0,871
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	20,56	4,17	5	25		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	19,82	4,58	9	25		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	20,33	4,01	8	25		

Akran İlişkileri Ölçeği Geneli	Anne ve Baba	54	86,07	12,29	57	103	0,523	0,667
	Anne-Baba ve Kardeşler	189	86,58	13,56	35	106		
	Anne-Baba-Kardeş-Diğ.	22	85,68	11,61	65	104		
	Yalnız Anne/Yalnız Baba/ Diğ.	45	88,91	12,00	60	110		

(Varyans analizi)

Tablo 12.'de öğrencilerin birlikte yaşadıkları kişilere göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına dair yapılan varyans analizi (ANOVA) bulguları gösterilmiştir.

Öğrencilerin birlikte yaşadıkları kişilere göre Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p < 0,05$).

Öğrencilerin birlikte yaşadıkları kişilere göre Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve bu ölçekte yer alan birliktelik, çatışma, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından ve ölçek genelinden almış oldukları puanların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 13.

Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasındaki ilişki

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
İçsel işlevsel duygu düzenleme(1)	r	1														
	p															
İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme(2)	r	0,018	1													
	p	0,747														
Dışsal işlevsel duygu düzenleme(3)	r	0,130	0,082	1												
	p	0,022*	0,148													
Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme(4)	r	-0,111	0,355	0,122	1											
	p	0,051	0,000*	0,031*												
Birliktelik(5)	r	0,206	-0,044	0,223	0,142	1										
	p	0,000*	0,437	0,000*	0,012*											
Çatışma(6)	r	0,097	-0,152	0,005	-0,313	-0,068	1									
	p	0,088	0,008*	0,934	0,000*	0,235										
Yardım(7)	r	0,182	0,075	0,234	0,119	0,462	0,036	1								
	p	0,001*	0,188	0,000*	0,036*	0,000*	0,523									
Koruma(8)	r	0,188	0,100	0,363	-0,023	0,396	0,198	0,581	1							
	p	0,001*	0,079	0,000*	0,684	0,000*	0,000*	0,000*								
Yakınlık(9)	r	0,156	0,082	0,386	0,060	0,435	0,161	0,595	0,635	1						
	p	0,006*	0,151	0,000*	0,296	0,000*	0,004*	0,000*	0,000*							
Akran İlişkileri Ölçeği Geneli(10)	r	0,238	0,024	0,357	-0,001	0,633	0,373	0,781	0,821	0,834	1					
	p	0,000*	0,670	0,000*	0,988	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*						
Sanal Tolerans(11)	r	-0,064	0,261	0,158	0,383	0,173	-0,124	0,108	0,162	0,163	0,142	1				
	p	0,258	0,000*	0,005*	0,000*	0,002*	0,028*	0,058	0,004*	0,004*	0,012*					
Sanal İletişim(12)	r	-0,161	0,215	0,057	0,300	0,039	-0,135	-0,047	0,010	0,013	-0,033	0,629	1			
	p	0,004*	0,000*	0,319	0,000*	0,489	0,017*	0,412	0,856	0,818	0,567	0,000*				
Sanal Problem(13)	r	-0,100	0,268	0,119	0,316	0,085	-0,204	-0,078	-0,005	0,039	-0,045	0,651	0,675	1		
	p	0,079	0,000*	0,037*	0,000*	0,134	0,000*	0,170	0,928	0,492	0,433	0,000*	0,000*			
Sanal Bilgilenme(14)	r	-0,004	0,187	0,145	0,146	0,159	-0,095	0,099	0,174	0,121	0,134	0,508	0,501	0,466	1	
	p	0,942	0,001*	0,010*	0,010*	0,005*	0,093	0,082	0,002*	0,034*	0,018*	0,000*	0,000*	0,000*		
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Geneli(15)	r	-0,105	0,283	0,141	0,348	0,131	-0,174	0,012	0,091	0,093	0,047	0,832	0,862	0,867	0,730	1
	p	0,064	0,000*	0,013*	0,000*	0,021*	0,002*	0,827	0,108	0,101	0,406	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	

* $p < 0,05$ (Pearson Korelasyon testi)

Tablo 13.'te öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesinde kullanılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 13. incelendiğinde öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeğinde bulunan içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldığı puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı ölçeğinde bulunan sanal iletişim alt boyutundan aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyon bulunduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Öğrencilerin içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri ölçeğinde bulunan çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmaktadır. Öğrencilerin dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeğinde yer alan birliktelik ve yardım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü korelasyonlar bulunmaktadır ($p<0,05$). Ayrıca öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan tüm alt

boyutlardan aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeğinde yer alan birliktelik alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar bulunduğu görülmüştür ($p<0,05$). Öğrencilerin çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal problem alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü korelasyonlar olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Öğrencilerin koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinde yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinde bulunan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Tablo 14.

Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarını yordaması

	Standartize Olmayan Katsayılar		Standartize e Katsayılar	t	Sig.
	β	SH	Beta		
(Sabit)	52,53	9,33		5,628	0,000 *
İçsel işlevsel duy. düz.	-0,64	0,33	-0,11	- 1,941	0,053
İçsel işlevsel olmayan duy. düz.	0,81	0,25	0,19	3,260	0,001 *
Dışsal işlevsel duy. düz.	0,34	0,30	0,06	1,123	0,262
Dışsal işlevsel olmayan duy. düz.	1,06	0,26	0,24	4,051	0,000 *
Birliktelik	0,68	0,35	0,12	1,955	0,052
Çatışma	-0,41	0,31	-0,08	- 1,329	0,185
Yardım	-0,88	0,36	-0,17	- 2,428	0,016 *
Koruma	0,56	0,37	0,11	1,514	0,131
Yakınlık	0,21	0,35	0,05	0,606	0,545

* $p < 0,05$, $R^2 = 0,199$ (Lineer regresyon analizi)

Tablo 14. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarını yordama durumunun incelenmesi amacıyla yapılan doğrusal regresyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 14. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği ve Akran İlişkileri Ölçeği puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının %19,9'unu açıklayabildiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı

Ölçeği puanlarını pozitif yönde, Akran İlişkileri Ölçeği'nde bulunan yardım alt boyutundan aldıkları puanların ise negatif yönde yordadığı belirlenmiştir.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Kitle iletişim aracı olarak internet, sosyal medya denilen sosyal ağların ortaya çıkmasına neden olan insan yaşamının her alanını giderek daha fazla etkilemektedir. Yeni teknolojilerinin genel olarak insan hayatındaki kaliteyi arttırdığı düşüncesinin ön plana çıktığı görülse de, yeni şeylerin yeni problemlere neden olabileceği de psikiyatristlerin örnek olay çalışmalarıyla buna bağlı olarak yapılan bağımlılığı önleyen çalışmalarla birlikte ön plana çıktığını belirtmek gerekiyor (Çam ve İşbulan, 2012). Sosyal medyanın insan ve toplumlar üzerindeki etkilerinin ölçülmesine yönelik birçok çalışma ve araştırma yapılmaktadır. Toplumların üzerindeki etkisinin, siyasi, ekonomik ve kültürel seviyede yaratmış olduğu değişimlerin yapılan çalışmaların başlıca ilgi konusunun olduğu görülmektedir. Bu ortamların, kullanıcıların üzerinde ne gibi davranış ve tutum değişikliğine neden olduğu, sosyolojik ve psikolojik durumlarını ne şekilde etkilediği üzerine detaylı çalışmalar vardır (Işık ve Topbaş, 2015).

İnternet ve sosyal medya bağımlılığı, genel olarak insanların internet kullanım kontrollerini kaybetmesi, aşırı sosyal medya kullanımı ve bunun sonucunda bütün yaşamlarını olumsuz olarak etkileyecek sonuçlar ile karşılaşmalarıdır. Bu sonuçlar; internette çok vakit geçirme sonucunda

uyuyamamak, aile üyeleriyle çatışma içinde olmak, eğitim ya da iş kariyerlerinin zarara uğraması olarak sıralanabilir (Kardefelt, 2014). Kısaca internet bağımlısı olan kişiler, fiziki sorunlar yaşamının yanında sosyal, psikolojik ve akademik olarak sorunlarla da karşı karşıya kalabilmektedir. Özellikle internetin öğrencilerin eğitimi sosyalleşmesi ve duygu düzeni konusunda yaşamlarının vazgeçilmez bir unsuruna dönüşmesi, öğrencileri sosyal medya bağımlısı olma hususunda riskli duruma getirebilmektedir.

Kaynaklarda teknolojik bağımlılıkların biyopsikososyal sorunlarla ilişkilendirildiği görülmektedir. Çalışmalarda internet, sosyal medya, akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılığının depresyon, dürtüsellik, yalnızlık, uyku kalitesi, iyi oluş, öz-saygı ve akademik performans ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Savci ve Aysan, 2016, Demirci vd., 2015, Kirschner ve Karpinski, 2010,).

Diğer taraftan bazı araştırmacılara göre teknolojinin kullanımı arkadaşlık ilişkilerini güçlendirir, kişiler arası haberleşme ve iletişimi kolaylaştırır ve yeni sosyal ilişkilerin gelişmesine imkân sağlar (Parks ve Roberts, 1998).

Yapılan analiz sonucunda Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin sanal tolerans ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu, sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Kadın öğrencilerin sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Griffiths (1996)'in yaptığı çalışma yapılan bu çalışmayı destekler niteliktedir: internet bağımlılığının kadınlarda daha sık görüldüğünü sonucuna ulaşılmıştır.

Lam, Peng ve Mai 2009 yılında Guangzhou'da 1678 kişinin üzerinde yapmış oldukları çalışmada internet bağımlılığıyla cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaşına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden aldığı puanlar incelendiğinde, yaşına göre öğrencilerin ölçek genelinden ve ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı görülmüştür. Bazı araştırmacılar kadınların duygusal medya kazanmak, yalnızlıkları azaltmak ve yaşamları hakkında bilgi almak için arkadaşlarıyla iletişim kurmak için sosyal medya kullandığını ortaya koymaktadır (Andreassen ve ark., 2012; Balcı ve Gölcü, 2013; Tutgun-Ünal ve Deniz, 2016). Yapılan araştırmalarda Pempek, Yermolayeva ve Calvert (2009), Ergenç (2011), Hazar (2011), Balcı ve Gölcü (2013), Tutgun Ünal (2015)'in araştırmaları da incelediğinde benzer sonuçlar elde edilmiş, kız öğrencilerin sosyal medya da daha fazla meşgul oldukları tespit edilmiştir.

Yapılan çalışma sonucunda sosyal medya bağımlılığı düzeyinin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sınıflarına göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı görülmüştür.

Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ölçekte bulunan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından almış olduğu puanlar doğru sıralarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık göstermemektedir.

Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği anne-baba eğitim düzeyine göre genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Akbulut ve Yılmazel (2012), Arğın (2013) ve Atalay (2014) tarafından yapılan araştırmalarda da anne öğrenim durumu ile öğrencilerin internet bağımlılığı ve sosyal medya tutumları arasında farklılık tespit edilmediği

görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği anne-baba eğitim düzeyine göre genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin medeni duruma göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Evli katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeyinin bekar katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin aylık gelire göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin ailesinin aylık gelirine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanırken, sanal bilgilenme alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Babası çalışan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar babası çalışmayan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre sanal problem alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Literatür taraması sonucu, anne-baba çalışma durumuna göre aylık kazançları incelendiğinde; Argın (2013) ve Çetinkaya (2013) tarafından yapılan araştırmalarda da aile çalışma ve gelir durumu

ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Araştırma sonucunda aylık gelir düzeyi arttıkça öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin de arttığı saptanmıştır. İnternetin ilk dönemlerine bakıldığında, özellikle fiyatının yüksek olmasından kaynaklı küçük bir kitleye hitap ettiği görülmektedir. Atalay (2014), Esen (2010), Akbulut ve Yılmazel (2012), Paul ve Lee (2012) tarafından yapılan araştırmalarda da aile gelir durumu ile sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya tutumu ve internet bağımlılığı arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nde bulunan içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldığı puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı ölçeğinde bulunan sanal iletişim alt boyutundan aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyon bulunduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği'nde bulunan çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmaktadır. Öğrencilerin dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin dışsal

işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik ve yardım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü korelasyonlar bulunmaktadır. Ayrıca öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan tüm alt boyutlardan aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar olduğu saptanmıştır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar bulunduğu görülmüştür. Öğrencilerin çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal problem alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü korelasyonlar olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde bulunan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu saptanmıştır. Araştırma sonucunda; internet bağımlılığı ile depresyon arasında orta ve pozitif yönlü bir ilişki görülmüş ve yaşam doyumu ile internet bağımlılığı arasında zayıf ve negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Turnalar (2008), yapmış olduğu araştırmada ergenlerin internet bağımlılık düzeylerinin depresyon, yalnızlık ve benlik saygısı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmada internet bağımlılık düzeyini, benlik saygısının negatif, yalnızlığın pozitif anlamlı bir şekilde yordadığı, ancak depresyonun anlamlı

yordayıcısı olmadığı saptanmıştır.

Akkaya'nın (2009) yaptığı bir araştırmada akademik başarı, yaş, cinsiyet, mükemmeliyetçilik ve depresyonla akademik erteleme davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, kız öğrenciler için akademik başarı yordayıcıları kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, depresyon iken, erkek öğrencilerde ise akademik erteleme davranışını yordayan değişkenin sadece kendine yönelik mükemmeliyetçilik olduğu tespit edilmiştir. Günüş (2009) gençlerde sosyal medya bağımlılığı olarak nitelendirdiği bu durumun temel nedenlerini; depresyon, çekingen karakter özellikleri, iletişim becerilerinde zayıflık, kötümser bakış açısı, sosyal fobi ve hem kendi yaşamından hem de dünyanın geleceğinden sıklıkla endişe duymak olarak belirlemiştir.

Yen vd. 2007 yılında 2114 lise öğrencisiyle yürüttükleri çalışmada internet bağımlılığının daha fazla hiperaktivite, dikkat eksikliği, sosyal fobi ve depresyon sorunlarıyla düşmanlık hissine sahip olduğuna değinilmiştir. Benzer başka bir çalışmada da ergenlerin depresyon ve kendini izole etme gibi durumlara daha eğilimli oldukları, sosyal çevrelerinde uyum ve sevilme, beğenilme konusunda zorluklar yaşadıkları belirtilmektedir (Lacovelli ve Valenti 2009'dan akt. Ülger, 2012).

Sonuç olarak sosyal açıdan oluşan olumsuzluklara bakıldığında yapılan birçok çalışma ve araştırmada internet kullanımı ve sosyal medya bağımlılığının toplumdan bireylerin yalıtılması, depresyon ve anksiyete gibi bazı sonuçlara neden olduğunu göstermiştir (Aslanbay, 2006; Erdoğan, 2008; Kelleci, 2008; Yalçın, 2006).

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Lise düzeyindeki öğrencilerde, Sosyal Medya Bağımlılığı, Akran İlişkileri Ve Duygu Düzenleme Arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırma, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Ankara ili Yenimahalle İlçe merkezinde bulunan liselerde öğrenim gören 310 lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır. Elde edilen sonuçlar belirtilmiş ve bu sonuçlara göre önerilerde bulunulmuştur.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin farklı yaş, cinsiyet, akran grubu içerisinde olmaları sonuçların daha güvenilir olması bakımından önemli görülmektedir. Araştırma kapsamında katılımcıların anne ve babasının destekleyici ve hoşgörülü olarak tanımladığı görülmektedir. Araştırma kapsamındaki öğrencilerden erkek öğrencilerin sayısının ve on altı yaş grubunun daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırmada ayrıca on ikinci sınıf öğrencilerinin sayısının da daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeyleri incelendiğinde anne ve babaların lise/ön lisans mezunu oranının daha ön planda olduğu, saptanmıştır. Katılımcı öğrencilerin ailesinin aylık gelirinin ortalamının

üstünde olduğu görülmüştür. Anne ve babasının çalışan bireyler oranının daha yüksek olduğu, büyük bir oranın anne, baba ve kardeşleri ile birlikte yaşadığı tespit edilmiştir. Araştırma neticeleri incelendiğinde katılımcıların ailenin maddi durumlarının iyi olduğu durumlarda ve ailenin hoşgörülü olduğu gruplarda internet kullanımının arttığı gözlenmektedir.

Öğrencilerin, Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nde bulunan içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldığı puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde bulunan sanal iletişim alt boyutundan aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyon bulunduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği'nde bulunan çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilendirme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmaktadır. Öğrencilerin dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan birliktelik, yardım, koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik ve yardım alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar arasında negatif yönlü korelasyonlar bulunmaktadır. Ayrıca öğrencilerin dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan tüm alt boyutlardan

aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar olduğu saptanmıştır .

Araştırma sonucunda aylık gelir düzeyi arttıkça öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Öğrencilerin annesinin çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçeğin alt boyutları olan sanal tolerans, sanal iletişim, sanal problem ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Bu araştırmada lise öğrencilerine yapılan anketlerden anne babasının eğitime, çalışma durumlarına, cinsiyetlerine, maddi gelirlerine göre sonuçlarda değişikliklerin ortaya çıktığı görülmüştür. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği'nde yer alan birliktelik alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar bulunduğu görülmüştür. Öğrencilerin çatışma alt boyutundan aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal problem alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü korelasyonlar olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin koruma ve yakınlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde yer alan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin Akran İlişkileri Ölçeği genelinden aldıkları puanlar ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nde bulunan sanal tolerans ve sanal bilgilenme alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunduğu saptanmıştır.

Özellikle ortaya çıkan sonuçlardan biri de gençlerin arasında cep telefonu kullanımında büyük bir büyüme söz konusu olmaktadır. Bu büyüme ekonomik imkanlara bakılmaksızın bu büyüme gözlenmektedir. Bu

çalışmada, ayrıca lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı konusunda savunmasız bir grup oldukları ortaya çıkmakta ve gerekli önleyici araştırmaların/çalışmaların yapılabilmesine zemin hazırlamaktadır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Babası çalışan öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan sanal tolerans, sanal iletişim ve sanal bilgilenmeden aldıkları puanlar babası çalışmayan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin babasının çalışma durumuna göre sanal problem alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği ve Akran İlişkileri Ölçeği puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarının tam olarak açıklayamadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme puanlarının Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanlarını pozitif yönde, Akran İlişkileri Ölçeği'nde bulunan yardım alt boyutundan aldıkları puanların ise negatif yönde yordadığı belirlenmiştir.

Öğrencilere ait çeşitli değişkenler detaylı incelendiğinde, belirgin farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Örneğin, kadın öğrencilerin sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Kadın öğrencilerin sanal iletişim ve sanal problem alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarından aldıkları puanların istatistiksel olarak farklılık göstermediği belirlenmiştir. Duygu düzenleme durumları katılımcıların cinsiyetlerine göre daha değişken neticeler ortaya koymaktadır.

Tüm ölçeklerden elde edilen veriler neticesinde, katılımcıların sosyal medya bağımlılığının duygu düzenleme durumları takip edilmesi, önlenmesi vb. dikkate alınması gerekmektedir. Lise öğrencilerinin örnek aldığı ve yönlendirildiği ilk kurum olan ailenin daha bilinçli bir eğitim almaları gerektiği, bu alan ile ilgili akademik çalışmaların da yapılmasına ihtiyaç olduğu ortaya çıkmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ile duygu düzenleme arasında düşük düzeyde, olumsuz ve göze çarpan bir ilişki vardır. Sosyal medya bağımlılığı duygu düzenlemeyi tahmin etmede önemli bir değişkendir. Sosyal medya bağımlılığı lise öğrencilerinin duygu düzenlemede önemli ölçüde olumsuz yönde etkilemektedir.

Yapılacak yeni araştırmalara ek olarak gençlerin sosyal medya bağımlılığının ve duygu düzenleme becerilerinin duygusal ve sosyal yaşamlarına etkilerinin takip edilmesine ihtiyaç vardır.

Sosyal medya kullanımında, ilgili kuramlar doğrultusunda bireylerin yaşadığı psikolojik süreçler ile yapılan bu tür araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, bağımlılık sorununun aşılabilmesi ve tehlikeli boyutlara ulaşmasının önlenmesi mümkün olacaktır. Özetle bu çalışma, bağımlılık alanında yürütülen psikososyal iyileştirme çalışmalarına bilişsel rehabilitasyon programlarının eklenmesiyle başarıyı arttıracığı düşünülmektedir.

Sosyal medyayı aktif olarak kullanan öğrencilerin sosyal medyayı eğitsel amaçlı kullanımına teşvik edilmesi, öğrenci başarısına olumlu katkı sağlayabilir. Araştırmada elde edilen bulguların tutarlılığı için farklı demografik özellikleri olan gruplara sosyal medyayı eğitsel amaçlı kullanımlarını inceleyen farklı çalışmalar yapılabilir. Ve böylelikle alana katkı sağlayabilir.

Ortaöğretim okullarında sosyal medya kullanımı hakkında rehber öğretmenler çeşitli eğitim, seminer ve proje yürütmeleri ilerleyen dönemlerde sosyal medya bağımlılığının artış göstermemesi adına fayda sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Ada, S., Abul, A. (2014). İşletmelerde Sosyal Medya Kullanımı: İşletme Bölümü Öğrencilerinin Algıları Üzerine Bir Araştırma. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4(1), 316-327.
- Akar, E. (2010). *Sosyal Medya Pazarlaması: Sosyal Webde Pazarlama Stratejileri*. İstanbul: Efil.
- Akkaya, E. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Otonomik-Sosyotropik Kişilik Özellikleriyle Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akers RL, Lee G. A. (1996). Longitudinal test of social learning theory: Adolescent Smoking. *J of Drug*, 26, 317–343.
- Aktan, S. (2016). *Gençlerde Erteleme, Kişilik Özellikleri ve Duygu Düzenleme Güçlülükleri Arasındaki İlişkiler*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Andreassen, C., Torsheim, T., Brunborg, G. S. & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110, 501–517.

- Arı, G. S. ve Bal, E. Ç. (2008). Tükenmişlik Kavramı: Birey ve Örgütler Açısından Önemi. Yönetim ve Ekonomi: *Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(1), 131-148.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi/Internet Addiction And Its Treatment. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler*, 1(1), 55.
- Arslan, B. (2011). *Nedir Bu Sosyal Medya?*. www.slideshare.net/brkarslan/nedirbu-sosyal-medya?related=2
- Aslanbay, M. (2006). *A Compulsive Consumption: Internet Use Addiction Tendency. The Case of Turkish High School Students*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atik-Erkan, Z., Esen-Çoban, A., Çok, F., Doğan, T. ve Güney-Karaman, N. (2014). Akran İlişkileri Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 433-446.
- Atkinson R.L., Atkinson R.C., Smith, E. & Bem D. J., Hoeksema, S.N. (1953). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Arkadaş.
- Ayas, T., Çakır B. & Horzum, M. (2011). Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 439-448.
- Ayaz, M. B. (2018). *Sanal Bağımlılık Dijital Diyet Programı*. İstanbul: İdeal Akademi.
- Babacan, M. E. (2017). *Sosyal Medya Ve Gençlik*. İstanbul: Bir.
- Bagwell, C. (2011). Schmidt M. *Friendships In Childhood And Adolescence*, New York: Guildford Press.
- Balta, Ç., Horzum, M. B. (2008). The Factors That Affect Internet Addiction of Students in a Web Basal Learning Environment. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.

- Bayhan, P., Işıtan S. (2010). Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve Romantik İlişkilere Genel Bakış. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5(20), 33-44.
- Bell, K., Calkins, S.D. (2000). Relationships As The Inputs and Outputs of Relationships. *Psychological Inquiry*. 11, 160-163.
- Berger, C., Lisboa, C., Cuadros, O. & Tezanos, Pinto P. (2016). Adolescent Peer Relations and Socioemotional Development in Latin America: Translating International Theory into Local Research. *New Directions For Child And Adolescent Development*. 152, 45-58.
- Bukowski, W. M., Sippola, L. K. (2005). Friendship and Development: Putting the Most Human Relationship in its Place. In R. Larson & L. Jensen (Eds.), *New directions for child and adolescent development* (pp. 91-98). San Francisco: Jossey-Bass.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem.
- Büyükşahin, G. (2007). Lise 3. Sınıf Öğrencilerinin Arkadaşlık İlişkilerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 35-50.
- Casey, B. J., Jones, R. M. & Hare, T. A. (2008). The Adolescent Brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124, 111-126.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar Ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: İnternet Bağımlılığı. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 83-98.
- Chen, X., Sin, S. C. J. (2013). 'Misinformation? What Of It?' Motivations And Individual Differences İn Misinformation Sharing On Social Media. *Society For Information Science And Technology*, 50(1), 1-4.
- Clore, G. L., Robinson, M. D. (2000). What is Emotion regulation? In

Search of a Phenomenon. *Psychological Inquiry*, 11(3), 163-166.

Cüceloğlu D. (2007). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çam, E., İşbulan, O. (2012). A New Addiction For Teacher Candidates: Social Networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 11(3), 14-19.

Çapa-Aydın, Y., Emmioğlu, E. (2008). High School Students' Emotions and Emotion Regulation during Test Taking. "IXth European Conference on Educational Research (ECER)" Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*. 9(3), 85-108.

Çelikay, H. (2017). *Esrar ve Sentetik Esrar Kullanımı Olan Bireylerin Nöropsikolojik İşlevlerinin Madde Kullanımı Olmayan Bireyler İle Karşılaştırılması*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi/sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Daşçı, E. (2015). *Bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ebeveyn kontrolü ile akran ilişkileri ve akran baskısı arasındaki ilişkide aracılık rolünün incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. & Ryan, R.M. (1991). Motivation and Education: The Self-Determination Perspective. *The Educational Psychologist*. 26, 98-132.

Delikara, İ. E. (2000). *Ergenlerin akran ilişkileri ve suç kabul edilen davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Demir, M. (2015). *Kullanımlar Ve Doyumlar Kuramı Bağlamında Sosyal Medya Kullanımı: Beykent Üniversitesi Örneği*. İletişimde Sosyal Medya Ve Sosyal Medya da Etkileşim. İstanbul: Kalkedon.

- Demirci, K., Akgönül, M. & Akpınarı A., (2015). Relationship of Smartphone Use Severity With Sleep Quality, Depression, and Anxiety in University Students. *J Behav Addict*, 4, 85-92.
- Denollet, J., Nyklicek, I., Vingerhoets & A. J. J. M. (2008). Introduction: Emotions, Emotion Regulation, and Health. In A. J. J. M. Vingerhoets, I. Nyklicek, J. Denollet (Eds.), *Emotion Regulation: Conceptual and Clinical Issues* (pp. 3-11). New York: Springer.
- Dökmen Ü. (2014). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dunphy, D. C. (1963). The Social Structure of Urban Adolescent Peer Groups. *Sociometry*, 14(2), 87-112.
- Eisenberg, N., Cumberland, A. & Spinrad, T. L. (1998). Parental Socialization of Emotion. *Psychological Inquiry*. 9(4), 241-273.
- Ekinci, A. (2002). Aziz Antonius'un Baştan Çıkarılması: Bir Kötü Alışkanlık Olarak İnternet. *Cogito Dergisi*, 30, 227-235.
- Ekman, P. (2003). *Yalan Söylediğimi Nasıl Anladın?*. İstanbul: Okyanus
- Erdoğan, Y. (2008). Exploring the Relationships Among Internet Usage, Internet Attitudes and Loneliness of Turkish Adolescents, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9 Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 2(2), 18-38.
- Feindel, H. (2009). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: İletişim.
- Field, A. P. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. London: SAGE.
- Field, T. (2008). The Effects Of Mother's Physical And Emotional Unavailability On Emotion Regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 208–227.
- Field, T. (1994). The Effects Of Mother's Physical And Emotional

Unavailability On Emotion Regulation. *Monographs of the Society for Research in Child, USA.*

Fischer, E., Reuber, A.R. (2010). Social Interaction Via New Social Media: (How) Can Interactions On Twitter Affect Effectual Thinking And Behavior?. *Journal Of Business Venturing*, 26(1), 1-18.

Fried, L. (2011). Teaching Teachers about Emotion Regulation in the Classroom. *Australian Journal of Teacher Education*. 36(3), 254-298.

Gençoğlu, C. (2012). *Duygu Odaklı Terapiye Dayalı Duygusal Farkındalık Eğitiminin Genç Yetişkinlerin İyimserlik Düzeylerine Etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Gerrig, R.J., Zimbardo, P.G. (2005). *Psikolojiye Giriş: Psikoloji ve Yaşam*. Ankara: Nobel Akademik.

Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. & Gorelick, D. A. (2010). *Introduction to Behavioral Addictions*. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 233–241.

Griffiths, M. D. (1996). Behavioural Addictions: An Issue For Everybody? *Journal of Workplace Learning*, 8(3), 19-25.

Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.

Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual Foundations And Empirical Foundations. J. J. Gross (Ed.). *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-20). New York, London: The Guilford Press.

Gross, J. J., Richards, J. M. & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. D.K. Snyder, J. A. Simpson and J. H. Hughes (Ed.). *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). Washington DC: American

Psychological Association.

Gross, J.J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.

Güngör, N. (2013). *İletişim Kuramlar ve Yaklaşımlar*. Ankara: Siyasal Kitabevi.

Hazar, M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı-Bir Alan Çalışması. *Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 32, 151-175.

Hopson LM, Lee E. (2011). Mitigating the effect of family poverty on academic and behavioral outcomes: The role of school climate in middle and high school. *Children and Youth Services Review*; 33(11), 2221-9.

Işık, U., Topbaş, H. (2015). Facebook ve Bağımlılık: Medya Bağımlılığı Araştırması, *International Journal of Social Science*. Doi number:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2930>, 38 , p. 319-336,

John, O.P.& Gross, J.J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1333.

Johnsen, S.A.K. & Rydstedt, L. W. (2013). Active Use of the Natural Environment for Emotion Regulation. *Europe's Journal of Psychology*, 9(4), 798-819.

Kalkan, M, Kaygusuz, C. (2013). İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler, Ankara: Anı Yayıncılık.

Kara (Ed.), *Sosyal Medya Akademi*. İstanbul: Beta.

Karakoç, E. & Taydaş, O. (2013). Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanımı İle Yalnızlık Arasındaki. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 7(4), 33-45.

- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik.
- Karataş, E. (2016). *Yapılandırılmış Grup Sanat Terapisi Programının 15-18 Yaş Aralığındaki Ergenlerin Mutluluk Düzeyleri, Duyguları İfade Etme Eğilimleri, Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Psikiyatrik Belirtilerine Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karataş, H. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Epistemolojik İnançları, Öğrenme Yaklaşımları ve Problem Çözme Becerilerinin Akademik Motivasyonu Yordama Gücü*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karataş, H. & Erden, M. (2014). Academic Motivation: Gender, Domain and Grade Differences. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 143, 708-715.
- Kardefelt, W., (2014). A Conceptual and Methodological Critique of Internet Addiction Research: Towards a Model of Compensatory Internet Use, *Computers in Human Behavior*, 31, 351-354.
- Kaya, A. (2013). Sosyal Paylaşım Ağlarının Kişilerarası İletişim Sürecine Etkisi Bağlamında Facebook. Büyükaslan A. ve A. M. Kırık. *Sosyal Medya Araştırmaları I*, Konya: Çizgi Kitabevi, 155-206.
- Kelleci, M. (2008). İnternet, Cep Telefonu, Bilgisayar Oyunlarının Çocuk ve Gençlerin Ruh Sağlığına Etkileri, *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(3), 253- 256.
- Keltner, D. & Kring, A. M. (1998). Emotion, Social Function, and Psychopathology. *Review of General Psychology*, 2(3), 320-342.
- Keltner, D. & Haidt, J. (1999). Social Functions of Emotions at Four Levels of Analysis. *Cognition and Emotion*. 13(5), 505-521.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and*

Social Psychology, 58(5), 864–877.

Koçak, R. (2005). Duygusal İfade Eğitimi Programının Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi ve Yalnızlık Düzeylerine Etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3(23), s. 29-45.

Koole, S. (2009). The psychology of emotion regulation: an integrative review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4-41.

Koptagel-İlal, G. (1984), *Tıpsal Psikoloji*. İstanbul: Beta Basım.

Köknel, Ö. (1986). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar.

Köknel, Ö. (1998). *Bağımlılık: Alkol Ve Madde Bağımlılığı*. İstanbul: Altın Kitaplar.

Köknel, Ö. (1991). *Gençlik Çağındaki Kız-Erkek Arkadaşlığı Aile Yazarı*. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.

Kring, A.M. & Sloan, D.M. (2009). *Emotion Regulation and Psychopathology: A Transdiagnostic Approach to Etiology and Treatment*. New York: Guilford.

Kumar, P. (2004). The Effects Of Social Comparison On Inaction Inertia. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 95(2), 175-185

Kuşay, Y. (2013). *Sosyal Medya Ortamında Çekicilik Ve Bağımlılık: Facebook Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul : Beta.

Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları Fark Etmeye ve İfade Etmeye Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Farkındalık Düzeylerine, Duyguları İfade Etme Eğilimlerine, Psikolojik Ve Öznel İyi Oluşlarına Etkisi*. (Yayımlanmış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Lindsey, E. W. (2002). Preschool Children's Friendships and Peer

- Acceptance: Links to Social Competence. *Child Study Journal*, 32(3), 145-156.
- Marsh, L. Iosua, E. McGee, R. & White J. (2017). New Zealand adolescents' discouragement of smoking among their peers. Australian And New Zealand. *J Public Health*, 41(5), 497-501.
- Mauss, I. B., Bunge, S.A. & Gross, J.J. (2007). Automatic Emotion Regulation. *Social and Personality Psychology Compass*. 1(1), 146–167.
- Mayfield, A. A. (2008). *What Is Social Media?* www.icrossing.co.uk/sites/default/files_uk/insight_pdf_files/What%20is%20Social%20Media_iCrossing_ebook.pdf.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S. & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544-554.
- Meeus W, van de Schoot R, Keijsers L, Branje S. (2012). Identity Statuses As Developmental Trajectories: A Five-Wave Longitudinal Study in Early-to-Middle and Middle-to-Late Adolescents. *J Child Adolesc Couns*, 41(8), 1008-1021.
- Meriç, B. (1999). *Grup İçinde Popüler Olan Gençlerin Bazı Kişilik Özellikleri Üzerine Bir İnceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mestçi, A. (2002). Web 2.0 Teknolojisi ve İnteraktif Pazarlama ve Reklam Modelleri. IV. *Akademik Bilişim Konferansı Selçuk Üniversitesi*, 1-6.
- Morgan, C.T. (2006). *Psikolojiye Giriş*. (S. Karakaş vd., Çev., (2006).). Ankara: Meteksan
- Nakip, M. (2003). *Pazarlama Araştırmaları Teknikler Ve (SPSS Destekli) Uygulamalar*. Ankara: Seçkin.

- Noyan, C.O., Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O. & Dilbaz N. (2015). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun Üniversite Öğrencilerinde Türkçe Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 73-81.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak Ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ögel, K. (2018). *Bağımlılık Ve Tedavisi Temel Kitabı*. İstanbul: İq Kültür Sanat Yayınları.
- Özdemir, A. (2008). *Yönetim Biliminde İleri Araştırma Yöntemleri Ve Uygulamalar*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Palladino, L. J. (2007). *Find Your Focus Zone: An Effective New Plan to Defeat Distraction and Overload*. New York: Simon and Schuster.
- Parks, M. R. & Roberts, L. D. (1998). Making Moosic: The Development Of Personal Relationships On Line and A Comparison to Their Off-Line Counterparts. *J Soc Pers Relat*; 15, 517-537.
- Phillips JG, Ogeil RP, Blaszczynski A. (2011). Electronic Interests and Behaviors Associated With Gambling Problems. *Int J Ment Health Addiction*, 1(2), 33-42.
- Plutchik, R. (2000). *Emotions in the Practice of Psychotherapy: Clinical Implications of Effect of Theories*. Washington DC: American Psychological Association.
- Psychotherapy (2011), *A Practitioners's Guide*, New York: The Guilford Press.
- Raver, C. C. (2002). Emotions Matter: Making The Case For The Role of Young Children's Emotional Development For Early School Readiness. *Social Policy Report*, 16, 3–18.
- Reuber, A. R. & Fischer, E. (2010). Organizations Behaving Badly: When

Are Discreditable Actions Likely To Damage Organizational Reputation?. *Journal Of Business Ethics*, 93(1), 39-50.

Rodkin, P. C. & Hodges, E. V. E. (2003). Bullies and Victims in The Peer Ecology: Four Questions For Psychologists Ans School Professionals. *School Psychology Review*, 32(3), 384-400.

Savcı, M. & Aysan, F. (2016). Relationship Between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5, 106-115.

Scharf, M. & Mayseless, O. Putting Eggs in More Than One Basket: A New Look at Scholl Bullying: How Can Peers Help? (Unpublished Doctoral Dissertation). Self-Injurious Behaviour Among Adolescents, *Injury Prevention*, 15, 403-408.

Sert Karaaslan, Y. (2015). Sosyal Medya Daha Çok Erkekleri Esir Alıyor. <https://www.aa.com.tr/tr/bilim-teknoloji/sosyal-medya-daha-cok-erkekleri-esir-aliyor/17705>.

Southam, Gerow. M. A. (2013). *Çocuklarda ve ergenlerde duygusal düzenleme*. (M. Artıran, Çev.; M. Şahin, Çev. Edit.). Ankara: Nobel Yayıncılık.

Steinberg, L. (1985). *Ergenlik* (F. Çok, Çev., (2014).). Ankara: İmge kitabevi. (2013).

Steinberg, L. (2007). *Ergenlik* (F. Çok, Çev.). Ankara: İmge Yayınevi.

Steinberg, L. & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*. 52, 83-110.

Stern, J. (2013). Cellphone Users Check Phones 150x/Day And Other Internet Fun Facts. *Good Morning America*, 29, 86-115.

Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion: From Everyday Life to Theory*. Chichester: Wiley.

- Şahin, H. & Çakar, E. (2011). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öğrenme Stratejileri ve Akademik Güdülenme Düzeylerinin Akademik Başarılarına Etkisi. *Türk Eğitim Bilimleri*, 36-69.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: a Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 59(2-3), 25-52.
- Turan R. T. (2015). *Başkent Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı ve İlişkili Faktörler*. Uzmanlık Tezi. Başkent Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Turnalar, K. (2008). *İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Tutgun Ünal, A. (2015). *Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünal, M. (2013). *Lise Öğrencilerinin Akademik Güdülenme Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından Yordanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Wang, Z., Tchernev, J. M. & Solloway, T. (2012). A Dynamic Longitudinal Examination of Social Media Use, Needs, and Gratifications Among College Students. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1829-1839.
- Yalçın N. (2006). *İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı mıyız? Çocuklarımız ve Gençlerimiz Risk Altında mı?*, Akademik Bilişim Bildiriler Kitabı.
- Young, K. S. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation And Treatment. *Innovations In Clinical Practice: A Source Book*, 17,

19-31.

Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-24.

Zafarmand, N. (2010). *Halkla İlişkiler Alanında Yeni Mecra ve Uygulamaların Yeri ve Önemi: Sosyal Medya ve PR2.0*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C. ve Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27, 155-168.

http://tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1014, Erişim Tarihi 13 Ocak 2019.

<https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report>, Erişim Tarihi 14 Şubat 2019.

<https://www.statista.com/topics/751/facebook>, Erişim Tarihi 14 Mart 2019.

<https://www.netcraft.com/internet-data-mining/hosting-provider-server>
Erişim Tarihi 22 Nisan 2019.

EK 1. Bilgi Formu

Sevgili Öğrenciler;

Bu araştırma Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans tez çalışması için yapılmaktadır. Vereceğiniz cevaplar gizli tutulacaktır. Bu çalışmanın sonuçlarını sağlıklı bir şekilde analiz edilebilmesi için bütün soruları cevaplamanız büyük önem taşımaktadır. Araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz için ve değerli zamanınızı ayırdığınız için teşekkür ederim.

Gözde ERDEM

Yakın Doğu Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi

Rumuz :.....

1. Cinsiyetiniz:

- a) Kız b) Erkek

2. Yaşınız:.....

3. Sınıf düzeyiniz:

- a) 9 b)10 c)11 d)12

4. Doğum Tarihi:.....

5. Okulunuz:.....

6. Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?

- a) Birinci
b) İkinci
c) Üçüncü
d) Dördüncü
e) Beşinci

f) Altıncı ve üstü

7. Anne eğitim düzeyiniz?

- a) İlkokul mezunu
- b) Ortaokul mezunu
- c) Lise mezunu
- d) 2 yıllık yüksekokul mezunu
- e) Üniversite mezunu
- f) Yüksek lisans\doktora mezunu

8. Baba eğitim düzeyiniz?

- a) İlkokul mezunu
- b) Ortaokul mezunu
- c) Lise mezunu
- d) 2 yıllık yüksekokul mezunu
- e) Üniversite mezunu
- f) Yüksek lisans\doktora mezunu

9. Ailenin Aylık Gelir Düzeyi:

- a) 0-1000 TL
- b) 1001-2000 TL
- c) 2001- 3000 TL
- d) 3001-4000 TL
- e) 4001-5000 TL
- f) 5000 TL'den fazla

10. Anne- Baba çalışma durumu:

Anne: a) Çalışıyor

b) Çalışmıyor

Baba: a) Çalışıyor

b) Çalışmıyor

11. Aşağıdakilerden hangisi annenizi ve babanızı en iyi tanımlar?

ANNE

- a) Demokratik
- b) İlgisiz
- c) Destekleyici
- d) Hoşgörülü
- e) Otoriter
- f) Cezalandırıcı
- g) Bunun dışında diğer varsa yazınız

BABA

- a) Demokratik
- b) İlgisiz
- c) Destekleyici
- d) Hoşgörülü
- e) Otoriter
- f) Cezalandırıcı
- g) Bunun dışında diğer varsa yazınız

.....

12. Annenin mesleği:.....

13. Babanın mesleği:.....

14. Evde kimlerle yaşıyorsunuz?.....

15. Geçmişte geçirdiğiniz hastalıklar nelerdir?.....

16. Daima kullandığınız ilaç var mı? Varsa hangileri?.....

EK 2. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)

Yaşamda zaman zaman insanların başlarına olumsuz, hoş olmayan olaylar gelir ve bu olaylara bazı tepkiler verilir. Bu tepkilerin bazıları düşüncelerle ilgili iken bazıları ise davranışlarla ilgilidir. Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak, sıkıntı verici, olumsuz bir olay yaşadığınızda cümlede verilen durum veya davranışı ne sıklıkla yaptığınızı size en uygun olan seçeneğe çarpı işareti (X) koyunuz. Lütfen her ifade için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1	Duruma ilişkin düşüncelerimi yeniden gözden geçiririm.	()	()	()	()	()
2	Duruma ilişkin amaçlarımı veya planlarımı yeniden gözden geçiririm, düşünürüm.	()	()	()	()	()
3	Durum üzerinde düşünüp anlamaya çalışırım.	()	()	()	()	()

EK 3. Akran İlişkileri Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyunuz ve şu andaki en yakın arkadaşınızla olan ilişkinizi göz önüne alarak her bir ifadenin sizin için ne kadar doğru olduğunu aşağıda yer alan derecelendirme ölçeğini kullanarak belirtiniz. Ölçek 1'den 5'e kadar derecelendirilmiştir. "1" arkadaşlığınız için doğru değil, "2" doğru olabilir, "3" genellikle doğru, "4" çok doğru, "5" tamamen doğru, şeklinde düzenlenmiştir.

Teşekkürler

1	Arkadaşım ve ben bütün boş zamanlarımızı birlikte geçiririz.
Doğru Değil	Tamamen Doğru
1-----2-----3-----4-----5	
2	Arkadaşım ikimizin birlikte yapabileceği eğlenceli şeyler düşünür.
Doğru Değil	Tamamen Doğru
1-----2-----3-----4-----5	
3	Arkadaşım ve ben okuldan sonraları ve hafta sonları birbirimizin evine gideriz.
Doğru Değil	Tamamen Doğru
1-----2-----3-----4-----5	

EK 4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Öğrenci Formu (SMBÖ-ÖF)

AÇIKLAMA: Aşağıda internette sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine (X) işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.		① Bana hiç uygun değil ② Bana uygun değil ③ Kararsızım ④ Bana uygun ⑤ Bana çok uygun				
1	Sosyal medyaya girmek için sabırsızlanırım.	①	②	③	④	⑤
2	Sosyal medyaya girebilmek için her yerde internet bağlantısı ararım.	①	②	③	④	⑤
3	Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur.	①	②	③	④	⑤

EK 5. Bilgi Formu

Gönüllük Bilgilendirme ve Onay Formu

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ.

Sizi Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tezi kapsamında Dr. Hande ÇELİKAY SÖYLER danışmanlığında Gözde ERDEM tarafından yürütülecek olan “Lise Düzeyindeki Öğrencilerde, Sosyal Medya Bağımlılığı, Akran İlişkileri Ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle, bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz lütfen sorunuz.

Araştırma; gönüllü olan lise öğrencileri ile yürütülecektir. Araştırmacı tarafından size 3 farklı ölçek ve 1 adet bilgi formu sunulup cevaplandırmanız istenecektir. Bu ölçekler araştırma için veri sağlayacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmak veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçimde yorumlanacaktır. Size verilen formdaki soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Araştırmaya katıldığınız ve tüm soruları içtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederiz.

Tez Yazarı/Araştırmacı

Tez Danışmanı

Gözde ERDEM

Dr. Hande ÇELİKAY SÖYLER

Yakın Doğu Üniversitesi

Yakın Doğu Üniversitesi Öğretim Üyesi

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

EK 6. Onay Formu**ONAM**

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı:

Kabul ediyorum ☐

Kabul etmiyorum ☐

EK.7. Milli Eğitim İzin Belgesi



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü

Sayı : 81576613-605.01-E.7425253
Konu : Araştırma Uygulama İzin Talebi

11.04.2019

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

- İlgi: a) Yakın Doğu Üniversitesi Rektörlüğünün 25/03/2019 tarihli ve RY-3/462 sayılı yazısı
b) Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğünün 08/04/2019 tarihli ve 36077160-405.99-E-7096449 sayılı yazısı
c) Millî Eğitim Bakanlığının 22/08/2017 tarihli ve 35558626-10.06.01-E.12607291 (2017/25) sayılı genelgesi

İlgi (a) yazı ile Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Gözde ERDEM'in, "Lise Düzeyindeki Öğrencilere Sosyal Medya Bağımlılığı, Akran İlişkileri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu yüksek lisans tezi kapsamında hazırladığı veri toplama araçlarının Ankara ilinde bulunan Özel Batıkent Kaynak Anadolu Lisesi ve Özel Serhat Anadolu lisesinde öğretim gören öğrencilere uygulanmasına yönelik izin talebi Genel Müdürlüğümüz ve ilgi (b) yazıyla Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğü tarafından incelenerek araştırmanın veri toplama aracında bulunan kişisel bilgiler kısmında değişiklik yapılması istenmiştir.

Söz konusu talep araştırmacıya bildirilerek istenilen düzenlemenin yapılması sağlanmıştır.

Denetimi il/ilçe millî eğitim müdürlükleri ve okul/kurum idaresinde olmak üzere, kurum faaliyetlerini aksatmadan, gönüllülük esasına göre; onaylı bir örneği Bakanlığımızda muhafaza edilen ve uygulama sırasında da mühürlü ve imzalı örnekten çoğaltılmış veri toplama araçlarının ilgi (c) genelge doğrultusunda uygulanmasına izin verilmiştir.

Gereğini bilgilerinize rica ederim.

Anıl YILMAZ
Bakan a.
Genel Müdür V.

Ek: İlgi Yazı ve Ekleri (9 Sayfa)

Elektronik İmza
Aşağı ile Aynıdır
20
Burhan YANRIVERDİ

Emniyet Mahallesi Milas SokakNo:8 06560 Yenimahalle-ANKARA
Telefon No: (0 312) 296 94 00 Fax: (0 312) 213 61 36
E-Posta: yegitek@meb.gov.tr İnternet Adresi: http://yegitek.meb.gov.tr

Bilgi için: Şeyda KARABULUT Dr.Atilla DEMİRBAŞ
Öğretmen Koordinatör
Telefon No: (0 312) 296 95 82

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 0aa7-1dd1-329b-ac74-7cb9 kodu ile teyit edilebilir.

Ek 8. MEB'e Üniversite Yazısı

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
REKTÖRLÜK



NEAR EAST UNIVERSITY
PRESIDENT'S OFFICE

RY-3/462

25 Mart 2019

**Ankara Milli Eğitim Müdürlüğü'ne
ANKARA**

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Gözde Erdem'in proje çalışması 'Lise Düzeyindeki Öğrencilere Sosyal Medya Bağımlılığı, Akran İlişkileri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' kapsamında ekteki etik kurulu izniyle sunulan anketi Müdürlüğünüze bağlı Özel Batıkent Kaynak Anadolu Lisesi ve Özel Serhat Anadolu Lisesi'nde yapılabilmesi için gerekli iznin verilmesini saygılarımla arz ederim.

Doç. Dr. Mustafa KURT
Rektör Yardımcısı

ÖZGEÇMİŞ

Gözde Erdem, 1994 yılında Elazığ'da doğdu. 2013 yılında başladığı Doğu Akdeniz Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programından 2017 yılında Şeref derecesi ile mezun oldu. Aynı yıl Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı'nda lisansüstü eğitimine başladı. 2018 yılında Ankara Onkoloji Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği'nde stajını yaptı.

2017 yılından bu yana Ankara'da özel bir okulda, Psikolojik Danışman olarak görev yapmaktadır. Bunların yanında, Gençlik ve Spor Bakanlığı Uluslararası Atletizm Federasyonları Birliği ile ortaklaşa yürütülen ve 196 ülkede uygulanan IAAF Çocuk Atletizmi projesinde "Sporda Çocuklara Psikolojik Yaklaşım" dersinin eğitmenliğini de yapmaktadır.

İNTİHAL RAPORU

gozde erdem

ORIJINALLIK RAPORU

% 11	% 10	% 3	%
BENZERLİK ENDEKSİ	İNT ERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	%4
2	dergipark.gov.tr İnternet Kaynağı	%1
3	2015.ices-uebk.org İnternet Kaynağı	%1
4	i-rep.emu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
5	www.scribd.com İnternet Kaynağı	<%1
6	acikerisim.baskent.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
7	dergipark.ulakbim.gov.tr İnternet Kaynağı	<%1
8	ERCENGİZ, Mustafa and ŞAR, Ali Haydar. "Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordayıcı Olarak Duygu Düzenlemedeki Rolü", Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2017.	<%1

ETİK KURUL ONAYI

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

05.03.2019

Sayın Gözde Erdem

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2019/338 proje numaralı ve **“Lise Düzeyindeki Öğrencilere Sosyal Medya Bağımlılığı, Akran İlişkileri ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

- Veri toplanacak kurumlardan izin alınması gerekmektedir.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.

