



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

GENÇ ERİŞKİNLERDE AİLE İÇİ SORUNLARIN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE BENLİK SAYGISI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

HÜMEYRA ÖZDEMİR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2020

GENÇ ERİŞKİNLERDE AİLE İÇİ SORUNLARIN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE BENLİK SAYGISI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

HÜMEYRA ÖZDEMİR

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
YRD. DOÇ. DR. MERYEM KARAAZİZ

LEFKOŞA
2020

KABUL VE ONAY

Hümevra ÖZDEMİR Tarafından hazırlanan “ **Genç Erişkinlerde Aile içi Sorunların Sosyal Medya Bağımlılığı ve Benlik Saygısıyla İlişkisinin İncelenmesi**” Başlıklı bu çalışma 13/01/2020 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ



Yrd. Doç. Dr. Meryem Karaaziz (Danışman)
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü



Yrd. Doç. Dr. Başak BAĞLAMA (Başkan)
Yakın Doğu Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü



Dr. Bingül SUBAŞI HARMANCI
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü



Prof. Dr. Mustafa SAĞSAN
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt 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

HÜMEYRA ÖZDEMİR

TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın her aşamasında yardımını esirgemeyen, desteğiyle çalışmamı bilimsel yönde şekillendiren ve pozitif enerjisiyle bana cesaret veren danışman hocam Sayın Yrd. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ'e; hayatım boyunca bana güç veren, hiçbir zaman beni yalnız bırakmayan sevgili aileme ve her zaman yanımda olan dostlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hümeysra ÖZDEMİR

Lefkoşa, 2020

ÖZ

GENÇ ERİŞKİNLERDE AİLE İÇİ SORUNLARIN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE BENLİK SAYGISI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı aile içi sorunların benlik saygısı ve sosyal medya bağımlılığına etkisinin incelenmesidir. Araştırmada kullanılan ölçekler online olarak katılımcılara sunulmuştur. Bu araştırma da rastgele örneklem seçimiyle 229'u kadın (%61,2), 145'i erkek (38,8) olmak üzere toplam 374 gönüllü katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Sosyal Medya bağımlılığı Yetişkin Formu ve Gençlik Döneminde Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygısının birbirleriyle ilişkisi korelasyon analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyutlarının sanal iletişim ve sanal tolerans ile arasında pozitif yönde benlik saygısı ile arasında ise negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı alt boyutları ile benlik saygısı arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Bu araştırmada, 18-24 yaş aralığındaki gençlerin aile içi sorunları, benlik saygıları ve sosyal medya bağımlılıklarının ilişkileri incelenmiştir. İleri araştırmaların daha geniş çaplı toplumun genelini kapsamaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aile, İletişim, Sosyal Medya, İnternet, Benlik, Benlik Saygısı

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA ADDICTION AND SELF RESPECT IN YOUNG ADULTS

The purpose of this study is to examine the effects of family problems on self-esteem and social media addiction. The scales used in the research are presented to the participants as online. This study is conducted on a total of 374 voluntary participants selected with random sampling method among which 229 are female (61.2%) and 145 are male (38.8%). In this study, the Rosenberg Self-Esteem Scale, Social Media Addiction Adult Form and Family Problems of Young Adulthood Evaluation Scale are used. Obtained data are analysed by using SPSS program. When the relation between Family Problems of Young Adulthood Evaluation Scale (FPYAES) sub-dimensions, Social Media Addiction Scale (SMAS) sub-dimensions and self-esteem are analysed with correlation analysis, a positive relation is determined between FPYAES sub-dimensions and virtual communication and virtual tolerance and a negative relationship is determined between FPYAES sub-dimensions and self-esteem. There is no positive significant relation between social media addiction sub-dimensions and self-esteem. This study investigates the relation between family problems of young adults and self-esteem and social media addiction. Researchers recommend conducting studies with a large scope that covers the general public.

Keywords: Family, Communication, Social Media, Internet, Self, Self-Esteem

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY

BİLDİRİM

TEŞEKKÜR	iii
ÖZ	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vii
TABLO DİZİNİ	ix
KISALTMALAR	xi

1.BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu	2
1.2 Araştırmanın Amacı	3
1.3 Araştırmanın Önemi	4
1.4 Sınırlılıklar	4
1.5 Tanımlar	5

2.BÖLÜM	6
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	6
2.1 Aile Kavramı	6
2.1.1 Genel Olarak Aile İçi Sorunlar	9
2.1.2 Aile içi iletişimi etkileyen faktörler	11
2.2 Bağımlılık ve Çeşitleri	15
2.2.1 Maddesel Bağımlılık	15
2.2.2 Davranışsal bağımlılık	17
2.2.3 İnternet bağımlılığı	18
2.2.4 Sosyal medya bağımlılığı	22
2.3 Benlik Saygısı	24

3. BÖLÜM.....	27
YÖNTEM	27
3.1 Araştırmanın Modeli	27
3.2 Evren ve Örneklem	27
3.3 Veri Toplama Araçları	27
3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu	28
3.3.2 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	28
3.3.3 Gençlik Döneminde Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ).....	28
3.3.4 Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	29
3.4 Veri Toplama İşlemi	30
3.5 Verilerin Analizi	30
 4. BÖLÜM.....	 31
BULGULAR.....	31
 5. BÖLÜM.....	 46
TARTIŞMA	46
 6. BÖLÜM.....	 51
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	51
6.1. Sonuç.....	51
6.2 Öneriler	52
KAYNAKÇA	53
EKLER.....	60

TABLO DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların sosyo-demografik değişkenler açısından dağılımları	31
Tablo 2. Ölçekler için normallik dağılımı	33
Tablo 3. Katılımcıların cinsiyetlerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	34
Tablo 4. Katılımcıların yaşlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	35
Tablo 5. Katılımcıların çalışma durumlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	36
Tablo 6. Katılımcıların gelir düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutlarının karşılaştırılması	37
Tablo 7. Katılımcıların gelir düzeylerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	38
Tablo 8. Katılımcıların eğitim düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	39
Tablo 9. Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması	40
Tablo 10. Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygısının birbirleriyle ilişkisi	41
Tablo 11. Benlik saygısının risk faktörleri açısından incelenmesi	43
Tablo 12. Sanal iletişimin risk faktörleri açısından incelenmesi	44
Tablo 13. Sanal tolerans risk faktörleri açısından incelenmesi	45

KISALTMALAR

DSM	:Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
GDASDÖ	:Gençlik Dönemi Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği
SPSS	:Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
TÜİK	:Türkiye İstatistik Kurumu N: Katılımcı Sayısı
P	: Anlamlılık
Ss	:Standart sapma
Sd	: Standart hata
t	: T değeri

1. BÖLÜM

GİRİŞ

İçinde bulunduğumuz çağ bilim ve teknoloji çağ olduğundan bu alandaki gelişmeler hayatımızın birçok noktasında değişimleri de beraberinde getirmiştir. Bu değişimlerden bazıları hayatımızı pozitif yönde etkilerken bazıları da negatif yönde etkilemiştir.

Günümüzde en önemli teknolojik gelişmelerinden biri hiç şüphesiz ki internet teknolojisidir (Üçkardeş, 2010). Bu teknolojinin toplumlara ve insanlığa getirdiği birçok fayda vardır (Demirkol, 2001). İnternet sayesinde insanlar belli bir zaman veya mekân kalıbına sığmamaktadırlar. İlk bakışta faydalı bir durum gibi görünse de bu mekansal ve zamansal sınırsızlık kişisel iletişimi son derece olumsuz etkilemiştir. Mekansal ve zamansal sınırsızlık geleneksel bir iletişim biçimi olan yüz yüze iletişimi farklı bir boyuta geçirmiştir. Bu boyut kişinin benlik saygısı üzerinde, aile ilişkilerinde, iş hayatında, toplumun ilişkilerinde etkili olarak onu yalnızlığa ve bireyselliğe itmektedir. Ayrıca internet teknolojisinin aşırı derecede kullanılması bağımlılığı da beraberinde getirmektedir. Bu bağımlılık yukarıda bahsedilen sorunları daha da derinleştirmesiyle beraber özellikle toplumun yapı taşını oluşturan ailenin üzerindeki etkisine ayrıca odaklanmak gerekmektedir (Aydan, 2018; Işık ve Kaptangil, 2018).

Sağlıklı bir devlet için sağlıklı bir toplum, sağlıklı bir toplum için sağlıklı bir aile yapısı, sağlıklı bir aile yapısı için ise iletişimi güçlü olan aile bireylerine ihtiyaç vardır (Arslan, 2004). Aile içi iletişimi engelleyen birçok neden olduğu gibi bu nedenler arasında sosyal medyanın yeri diğerlerine göre artık günümüzde daha çok yer tutmaktadır (Olkun, 2017). Aile fertlerinin bu bağımlılığı boşanma, aile içi iletişimsizlik, iletişim kurmada zorlanma, aile ile ilgi ve alakanın azalması gibi birçok sorunu ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca aile yapısının yıpratmasının yanında, ailenin en önemli ve hassas üyesi olan çocukların üzerinde çok çeşitli etkisi

vardır. Bu etkilerin başında ise benlik saygısı gelmektedir. Yaşanan sorunlar çocukların ihmal edilmesine neden olmakta ve bu durumda çocukların benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir. Kendisiyle ilgilenilmeyen çocuklar ya aradığı ilgiyi başka bir ortamda bulmaya çalışıyor ya da içine kapanarak benlik duygusuna zarar veriyor (Taylan, 2016).

Aile içinde meydana gelen sorunların sadece çocukların benlik saygısı üzerinde değil, eşlerin benlik saygısı üzerinde de olumsuz etkileri vardır. Sosyal medyayla vakit geçiren eşler kendilerini ihmal ederek aile yapısını bozmaktadır. Halbuki yukarıda da ifade edilen gibi güçlü aile yapısı ancak güçlü ve sağlıklı iletişimle mümkün olmaktadır. Aile içerisinde bireylerin sosyal medyaya bağlı her hangi bir aygıtla vakit geçirmesi ailenin diğer üyelerini ihmal etmeye sebep olmaktadır. Bu davranış ise aile bireylerinin kendilerini önemsiz hissetmelerine neden olmaktadır. Bu durum da benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir (Durğun, 2018).

Sosyal medyanın dışında aile içinde soruna sebep olan faktörler vardır (Bochele, Çizmeçi, 2016). Bu sorunlardan olumsuz etkilenen bireyler kendisini özgürce ifade edebildiği, vakit geçirdiği ve merakını giderdiği sosyal medya ile vakit geçirecektir. Kendisini gerçek dünyadan soyutlayıp sosyal medya dünyasında kendisini daha rahat hissedecektir. Yaşamış olduğu sorunların benlik saygısında neden olduğu kaybı sosyal medya da gidermeye çalışacaktır. Bu rahatlama alışkanlık haline gelecek ve sosyal medya bağımlılığı ortaya çıkacaktır.

1.1 Problem Durumu

Aile içi sorunları ile aile bireylerinin etrafında oluşan değer yargıları bir tür değişim sürecine girmiştir, bu durum kişiler üzerinde kendini değersiz ve yalnız hissetme, fikirlerinin önemsenmemesi, kendini anlatamamak ve benzeri sorunları ortaya çıkarmıştır (Demir, 2016). Bireyler bu sorunlardan dolayı kendisini özgür hissedebileceği, rahatça kendini ifade edebileceği bir ortam arayışı içine girmektedir. Bireyler bundan dolayı aile içi problemler karşısında kendilerini daha özgür hissettikleri ve sorunlardan uzaklaşarak rahatlama alanı olarak gördükleri sosyal medyaya ile vakit geçirmek istemektedirler (Güleç,2018). Birey gerçek dünyadaki sorunlarından sıyrılmanın yolunu sosyal medya dünyasına

bağlanmakta bulunmaktadır. Aile içi sorunların devamlılığı bireyleri daha çok sosyal medya ile vakit geçirmeye itecektir. Bu durum karşısında ise 21. yüzyılın en büyük bağımlılık hastalıklarından biri olmaya başlayan sosyal medya bağımlılığının da ortaya çıkmasına etki edecektir. Aile üyelerinin sosyal medyaya bağlı kalması birbirlerini ihmal etmeye, bu ihmaller ise sorunları daha da derinleştirecektir. Derinleşen sorunlardan kaçmak için ise sosyal medyaya bağlılığı artıracaktır. Alan yazında gençlik döneminde aile sorunlarının sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısını inceleyen az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Bu araştırmanın literatüre ışık tutabileceği hedeflenmektedir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada amaçlanan, aile içi sorunlarının sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısıyla olan ilişkisinin incelenmesidir. Belirtilen amaç, aşağıda belirtilen alt amaçlar doğrultusunda oluşturulmuştur.

1. Gençlerin aile içi sorunlarında, sosyo-demografik özellikler bakımından farklılık var mıdır?
2. Gençlerin benlik saygılarında, sosyo-demografik özellikler bakımından farklılık var mıdır?
3. Gençlerin sosyal medya bağımlılığında, sosyo demografik özellikler bakımından farklılık var mıdır?
4. Gençlerde aile içerisinde yaşanan sorunlar ile benlik saygısı arasında ilişki var mıdır?
5. Gençlerde aile içerisinde yaşanan sorunlar ile sosyal bağımlılığı arasında ilişki var mıdır?
6. Aile içerisinde yaşanan sorunlar, sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısı arasında ilişki var mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Güçlü ve medeni toplumların oluşmasındaki en önemli faktör aile faktörüdür. Aile toplumu oluşturan en küçük yapı taşı olduğu gibi sağlıklı ve huzurlu bir toplum için sağlıklı ve güçlü ailelere ihtiyaç vardır. Sağlıklı güçlü ailelerin oluşmasında çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bu faktörlerden biri benlik saygısıdır. Sağlıklı ve güçlü aile yapısı, benlik saygı ile doğru orantılıdır. Bireylerin kendilerine saygılarının yüksek olması çevrelerine saygılarını da arttırmaktadır.

Bu zamana kadar yapılan araştırmalarda sosyal medyanın aile içi sorunlara olan etkisi ve ilgisi araştırılmıştır. Fakat bu araştırmada aile içi sorunların sosyal medyaya ve buna ek olarak benlik saygısına olan etkisi ve ilgisi incelenecektir.

Böylece, aile içi sorunların çözümüne ek bir bakış açısı kazandırıp, sağlıklı aile ve toplum yapısının oluşmasına katkı sağlamak araştırmanın temel nedenleri arasında bulunmaktadır.

1.4 Sınırlılıklar

1. Bu araştırma, 18-24 yaş aralığındaki gençler ile sınırlandırılmıştır.
2. Bu araştırma, katılımcı sayısı ile sınırlandırılmıştır.
3. Bu çalışma, ölçekte yer alan sorularla sınırlandırılmıştır.
4. Bu çalışma, araştırma için hazırlanan ankete katılan kişilerin verdikleri yanıtlar baz alınarak sınırlandırılmıştır.
5. Araştırmada değerlendirme; Rosenberg Benlik Saygısı, Gençlik Döneminde Aile Sorunları ve Sosyal Medya Bağımlılığı ölçekleriyle sınırlandırılmıştır.

1.5 Tanımlar

Aile : Kişinin dünyaya gelişiyle birlikte dahil olduğu, yaşamını sürdürebilmek için ihtiyaç duyduğu bakım ve desteği aldığı sosyal ortama, aile denir. (Dönmezer, 2003).

Bağımlılık: İrade gücü hastalığı olarak da bilinen bu kavram; bilişsel bozukluk nedeniyle yanlış kararlar alınması, alınan kararların olumsuz davranış ve sonuçlar doğuruyor olması şeklinde açıklanabilir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

Sosyal Medya: Web 2.0'ın ideolojik ve teknolojik altyapısını oluşturan, aynı zamanda kullanıcının oluşturduğu içeriği paylaşmasına imkân tanıyan internet tabanlı uygulamadır (Duman ve Aksoğan, 2018).

Benlik Saygısı: Benliğin önemli bir yönü olarak ortaya konulan bu kavram, duygusal açıdan kazanılmış tecrübelerimiz, kabiliyetlerimiz ve psikolojik dengemizle ilgili karar ve değerlendirici ifadeleri kapsar. (Kımtır, 2012; Dilek ve Aksoy,2013)

2.BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1 Aile Kavramı

Neredeyse insanlık tarihinin başından bu yana süregelen aile kavramı, zaman içerisinde farklı yapı ve biçimlere dönüşerek değişiklik göstermiş olsa da sosyolojik, ekonomik, biyolojik ve politik perspektiften önemini koruyan ve üzerine tartışılan bir kurum olarak varlığını sürdürmektedir (Cinamon, 2006). Ailenin ne olduğu ya da ne olabileceği soruları, popüler yaklaşımın kapsamına girer. Buna göre ideal aile modeli olarak ortaya konulan çekirdek aile kavramı; anne, baba ve en az bir çocukta oluşan topluluk şeklinde tanımlanır. Burada cinsiyete yönelik birtakım ayrımlar yapıldığı gözlenebilir. Bu duruma; babanın evin geçimini sağlayan kişi olarak görülmesi ya da annenin ev işlerinden sorumlu kişi olarak görülmesi örnekleri verilebilir (Greenhaus ve Powell, 2003). Bununla birlikte ailenin tanımıyla ilgili karşımıza birçok görüş çıkmaktadır. Bunlardan birincisi: sosyoloji literatüründe ailenin en temel ve önemli birim olduğu ortaya konulmuştur. Kişinin dünyaya gelişiyle birlikte dahil olduğu, yaşamını sürdürebilmek için ihtiyaç duyduğu bakım ve desteği aldığı sosyal ortam şeklinde tanımlanmıştır (Turgut, 2011).

Sosyelleşme, toplumsal değer yargıları ve normatif kurallara bakıldığında, bu kavramlarla en sık ve ciddi ilişkisi olan birimin "aile" olduğu görülmektedir. İkinci tanım ise; Fizyolojik, ekonomik, kültürel ve toplumsal açıdan çocuk ve ergenin ruhsal gelişimini ve tavırlarını şekillendirip yol gösteren, kişinin hayatında doğum öncesinde başlayıp etkilerinin yaşam boyu devam edeceği kurum olarak tanımlanır. Bunların yanında, atalardan miras deneyimlerin geliştirildiği ve her nesilde güncellenerek artan değerler silsilesini geleceğe aktaran bir kurum olarak da ifade edilir. Aile, sosyal sistem olan kültür ve geleneklerle sosyal düzeni oluşturma görevini üstlenir. (Hallaç ve Öz, 2014; Bayer, 2013; Erbil ve Divan ve Önder; Doğan, 2013).

Tanımlar ne kadar farklı olursa olsun çoğu aile teorisyenleri “ yakın olan başka biriyle yaşayan ve bir mekan paylaşan, iki veya daha fazla bireyleri içeren, bazı duygusal bağların kurulduğu, birbirleriyle ilgili sosyal durumlar, roller ve görevlerin üstlenildiği, sevgi, ait olma duygularının paylaşıldığı” konusunda hem fikirdir (Hallaç ve Öz, 2014).

Aileler birbirlerinden farklı özelliklere sahip olsa da nitelik açısından birtakım ortak unsurları vardır. Bunlar (Dönmezer, 2003; Ranku,1969; Özmen,2007):

- 1 Aile kurumunun evrenselliği yani tüm toplumsal yaşam formlarında en fazla evrensellik özelliğine sahip olması,
- 2 Bütün toplumlarda ve toplumsal gelişmenin her döneminde var olması,
- 3 Duygusal bir temele dayanması ve köklerinin organik yapımızda mevcut olan birtakım karmaşık duygularla temellendirilmiş olması (örneğin soyu sürdürme arzusu, annelik duygusu, arkadaşlık vb.)
- 4 Çocuğun kişilik yapısını şekillendirme, birçok alışkanlığını kazandırma ve ilk sosyalleşme yeri olması,
- 5 Çekirdek özelliği ile toplumsal yapı içerisinde var olması, aile bireylerinin sorumluluklarının olması, birbirleriyle hem yoğun hem de sürekli istek ve beklentiye dayalı bir ilişkinin varlığı,
- 6 Toplumsal kurallar çerçevesinde var olması yani toplumun yasak ve yasalarla şekillendirdiği sosyal bir düzen olması
- 7 Kurum olarak evrensellik özelliğinin yanında süreklilik de arz etmesi
- 8 Biyolojik şartlar kapsamında sınırlı bir büyüklükte olması bir diğer ifadeyle şekillenmiş sosyal yapıların en küçüğü olması

Aile özelliklerinin her bir maddesinin kendi içinde incelenmesi ve açıklanması başlı başına ayrı bir araştırma konusu olduğu için burada detaya inmeyeceğiz. Ailenin özellikleri yanında bir de işlevleri vardır. Günümüzde genel olarak ailenin yerine getirdiği işlevleri ise şöyle sıralanabilir:

Aile toplumsal kuralları ve değerleri kişilere aktarır. Kişileri diğer toplumsal kurumlara bağlar. Ailede yükümlülükler farklı kurum ve kişilere devredilmez. Aile çocuğun sosyalleşmesini sağlar. Aile bir denetim işlevi görmektedir. Aile toplumsal değişimde bir araçtır.

Aile, genel olarak, anlamlı ve duygusal bağların ön planda olduğu toplumsal bir yapı olarak düşünülse de daha büyük sosyal yapıların oluşmasında rol almakta, diğer tüm kurumlara katkılarıyla güç vermektedir. Ailenin ve bütünlük içinde tek vücut bir kurum olması, bireysel ve toplumsal hayatı son derece kolaylaştırır. Bir an ailenin yokluğu düşünülürse, birden kişinin hayatını nasıl sürdüreceği, toplumsal hayatın nasıl sağlanacağı gibi binlerce çözümü imkânsız problemler ortaya çıkarır. Aynı şekilde ailenin yönetimi de merkezietini kaybeder, bireyler kendi kendilerini yönetmeye kalkışır, her birey kendisini bir merkez görür ve aile birliğinden söz edilemez olur (Candemir ve Süleyman, 2011).

Aile kurumunun en önemli üyesinden birisi hiç şüphesiz çocuklardır. Toplumu derleyen, toplayan, kültür ve eğitim seviyesinin belirlenmesinde en önemli katkıya sahip olan aile, kendi içinde iletişime gerekli önemi vermeli ve yeni aileler kuracak olan çocuklarıyla ona göre ilgilenmelidir. Çocuklar aile içerisinde, davranış özelliklerini kazanmaya ve ilk sosyal tecrübelerini yaşamaya başlarlar. Bireyin hayatının ilk yıllarında; sevilme, okşanma, beslenme, kucaklanma ve korunma gibi ihtiyaçları yeterli düzeyde ve olması gerektiği dönemlerde verilebilirse, güven duygusunun oluşmasının temelleri atılmış olacaktır. Kucaklanarak sevilmeyen, ağlaması umursanmayan, dialog geliştirilmeyen, oynanmayan çocuğun algısı “Bana aldırıyor, beni umursamıyorlar, öyle ise ben değersizim” şeklinde olacak ve bu durum hırçınlık gibi temel güvensizlik duygularını geliştirecektir. Çocuğun ileriki yaşamında kendini ve dünyayı ne şekilde algılayacağının temeli, hayatının ilk yıllarında karşılaştığı bu tür etkileşimlerle önemli ölçüde belirlenmiş olacaktır. Ailenin çocuğuna tutumu ile benlik saygısı arasında doğru orantı vardır. Eğer çocuk büyüdükçe ailenin tutumu değişmezse, çocuğun benlik saygı gelişmeyecektir.

Bu durum sadece çocuk üzerinde değil eşler içinde geçerlidir. Birbirleriyle yeteri kadar vakit geçirmeyen ve birbirleriyle ilgilenmeyen eşler arasında da sorunlar ortaya çıkabilir ve aile yapısı bozulabilir. Sosyal medyaya bağımlı olan ve ailesine ayırması gereken zamanı sosyal medyaya ayırdığında tablo yine aynı olacaktır. Kadın kendisini değersiz ve gereksiz görmeye başlayacaktır (Tezel, 2004).

Çocuklar problemler karşısındaki davranış biçimlerini, aileden en çok da anne ve babalarından kazanırlar. Ruhsal yönden dengeli ya da olumsuz bir kişilik geliştirmelerinin, önemli düzeyde anne-babalarının yaklaşımlarına ve bireyler arasındaki ilişkilere bağlı olduğu söylenebilir. Bireylerin; hayatlarından aldıkları keyif, kabiliyetlerinin gelişimi, mutlu ve üretken bir yetişkin haline gelebilmeleri, çocukluk dönemlerindeki bedensel, zihinsel, toplumsal ve duygusal gereksinimlerinin tatmini ile mümkün olabilir. Bu gereksinimleri (bilhassa hayatın ilk yıllarındaki beden ve duygu gereksinimleri) en iyi biçimde tatmin edebilecek olan aile kurumudur (Turgut,2011).

Anne-baba-çocuk üçleminde aile iletişimi etkileyen faktörlerden bazıları üzerinde durarak özellikle sosyal medyanın ortaya çıkardığı sorunları ele alacağız.

2.1.1 Genel Olarak Aile İçi Sorunlar

Aile kurumu, üyeleri açısından birbiriyle karşılıklı etkileşim içerisinde ve yakın ilişki içerisinde bulunan, duygusal bağlarla birbirlerine bağlı bir sistem olması sebebiyle; aile içerisinde üyelerin karşılatıkları problemler, aile içerisindeki sistemi hem etkilemektedir hem de aile bu sistemden etkilenebilmektedir (Yolcuoğlu, 2014,). Bu sebeple dinamik ve karmaşık yapıya sahip aile kurumunu (İl, 2001,) içerisinde bulunduğu psiko-sosyo-kültürel, politik, ekonomik, politik ve çevresel bakımdan dıştan ve çten birçok parametre etkilemektedir (Yavuzer ve İşmen Gazioğlu, 2015,) Bu parametreler, aileler arasında “ilişkiler ve iletişim” başta olmak üzere birçok noktada aile içerisinde problemler ortaya çıkarmaktadır (Göç, 2006). Yaşanan toplumsal değişimlerden aile kurumları iki farklı noktada etkilenmiştir. Bunlardan biri, aile kurumları dışında bazı sosyal kurumların ortaya çıkması aileye ilişkin bazı görevler ve işlevlerin yüklenmesi; yani ailenin bazı görevlerinin bir bölümünü farklı kurumlara aktarması; ikincisi ise, sosyal problemlerin aile üyelerini içten etkilemesiyle aile yapısının bozulması ve kapsamının küçülmesi (ASAGEM, 2008) aile içerisinde bazı sorunlara neden olmasıdır (Uluslararası Aile Yılı Özel İhtisas Komisyon Raporları, 1994).

Bu bağlamda bulunulan dönemde aile, daha önceki dönemlerle kıyaslandığında çeşitli ve daha fazla problemlerle karşı karşıya gelmektedir. İlk olarak aileye yönelik algıların değişmesi, ortaya çıkan toplumsal kurumların farklılaşan yapılarının ve görevlerin aile değişimini ve aile içerisindeki sorunları tetiklemesi, ailenin karşı karşıya geldiği problemleri anlayabilmek için önem arz etmektedir (Yıldız, 2013).

Thorman (Akt. Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015), “her ailenin kendisine özgü bir yapısının olması sebebiyle bu ailelerin problemleri de içerik olarak değişmektedir” ön kabulüyle aile içerisindeki problemleri genel hatlarıyla 4 ana başlıkta toplamaktadır:

Eşler arasındaki evlilik problemleri: Aile arasındaki tipik problemlerin en başında gelir (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015,).

Ebeveynler ile çocuklar arasındaki iletişim problemleri: Bu problemler, ebeveynler tarafından çocukların nasıl denetleneceğine yönelik yaşanan güçlükler ve çocuklar ile ebeveynler arasında bulunan özellikle çocukların ergenlik döneminde ki geçişleriyle birlikte artış gösteren iletişim sorunlarını içerir (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015,).

Aile üyelerinin kişisel sorunları: Bu problemler, aile üyelerinde şahsi olarak yaşanan psikolojik problemler ve sağlık problemlerini içermektedir (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015).

Çevrenin aile üzerindeki etkisine dayalı problemler: Bu problemler; ekonomik anlamda yetersizlik, işsizlik durumu, barınma koşullarının düşük seviyede oluşu, ulaşım, eğlenme ve dinlenme imkanlarının yetersizliği, sağlık koşullarının yetersiz olması, tehlikeli çevre koşulları vb. oluşturmaktadır (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015,).

2.1.2 Aile içi iletişimi etkileyen faktörler

Sosyal bir varlık olan insanın temel gereksinimlerini karşılayabilmesi, aile ortamında yaşaması ve iletişim içinde olması doğal bir zorunluluktur. Sadece maddi ihtiyaçların karşılanması ibaret olmayan hayat, insana benlik ve kişilik gibi değerleri ailede kazandırır. İnsanı, karşılıklı etkileşimi kapsayan etkin iletişim sürecinin içinde olmaya mecbur eder. İletişim gereksinimi önce aile ortamında başlar ve eksiksiz karşılanması gerekir. Yani aile içi iletişim, sadece mesaj akışının olduğu, konuşan/ konuşulan, mesaj/ileti ve geri dönüşten ibaret olan basit bir süreç değil, bunların ötesinde ruhsal bir ihtiyaçtır (Doğan, 2013).

Aile içerisinde iletişim; eşlerin aralarında, anne ve babanın çocuk/ çocuklarıyla, çocuğun anne ve babasıyla ve kardeşlerin aralarında kurdukları iletişim şeklinde de ifade edilebilir. Aile kendi içinde uyumlu ve sağlıklı bir duygusal bağ yaşamaları için kendi aralarında uyumlu bir iletişime ihtiyaçları vardır. Bu uyumu sağlayacak olan ise anne ve babanın tutumlarıdır. Bu tutumları çeşitlendirmek mümkün olmakla birlikte demokratik aile tutumu sağlıklı bir aile içi iletişim için önemli bir yer tutar. Demokratik aile tutumunda eşler birbirlerini tüm yönleriyle kabul etmekle ve birlikte çocuklarına doğruyu göstermektedirler ancak alacakları kararlarda seçimlerine karışmazlar. Aile için kararlar hep birlikte alınır, kural konulacaksa, bunlar hep birlikte belirlenir. Anne-baba gereksinimleriyle ilgili aralarında ne kadar samimi, net, açık biçimde iletişim oluşturursa, çocuklarda benzer şekilde gereksinimlerini sağlıklı aktarabilmeyi başarırlar. İletişim temelde, dinleme ve anlatma, karşılıklı dialog şeklinde gerçekleşir. Eşler birbirlerinin konuşmalarına olanak sağladığı gibi çocuklara da bu şansı vermelidirler. Çocuk önce kendisini “birey” gibi algılamalı ve gereksinimi olan duygusal aktarım nedeniyle rahat bir ortam bulmalıdır. Demokratik aile yapısı demek, demokratik toplum demektir. Demokratik toplumlar ise gelişmeye açıktır. (Şahin ve Aral, 2012; Doğan, 2013)

Sosyolojik gerçekler göz önünde bulundurulduğunda, aile içerisinde uyumun yanı sıra çatışmaların da yaşandığı görülmektedir. İlişkilerin sıkça ve yoğunlukla yaşandığı bu ortamlarda, çatışmaların da olması kaçınılmazdır. Bu paradoksal durumun en düşük düzeyde tutulması ise aile üyelerinin birbirleriyle olan açık iletişimiyle mümkün olabilir. Uyum ve çatışma, aile bireyleri arasında her şekilde iletişimi gerekli kılar.

Bir başka deyişle, aile bireyleri arasındaki ilişkilerin derlenebilmesinde, uyumun sağlanabilmesinde ve çatışmaların çözümlenebilmesinde ihtiyaç duyulan temel olgu iletişimdir. Giddens'in değindiği gibi, "demokrasi aileyle başlar ve zamanla topluma yansır" görüşü kabul edilirse, aile içerisinde bireylerin birbirleriyle iletişimin çok önemli olduğu söylenebilir (Baran, 2004).

Aile içi iletişimde kontrolcü veya umursamaz bir tutum geliştirmektense, anne ve babanın kendileri ve çocuklarıyla oluşturdukları iletişim ortamını rahatlatmaları ve iletişim biçimi olarak sevgi dolu yaklaşımlarda bulunmaları sağlıklıdır. Bunun da yolu empatiden geçmektedir. Bir bireyin, kendisini karşısındaki kişinin yerine koyması bir başka deyişle onunla hemhal olması, empati kurduğu anlamına gelir. Aile bireyleri iletişim yoluyla hemhal olarak sağlıklı bir aile düzeni kurabilirler.

Aile içi iletişim biçimleri dört gruba ayrılmıştır, Hoşgörülü- anlayışlı aile, çoğulcu aile, koruyucu aile, dağınık aile. Hoşgörülü aile anlayışında, aile üyeleri arasında uyum ve konuşma esası baz alınarak ilişki kurulur. Onaylama ve hiyerarşi vardır. Açık iletişim ve yeni fikirler ortaya koymak üzerine yapılır. Bu tip ailelerde, anne-baba çocuklarıyla çok alakalı olur ve kendilerini ifade ettiklerinde, söylediklerini önemserler. Kararlar verirken, çocuklarının da görüşlerini dinlemeye dikkat ederler. Çocuklarına zaman ayırır ve onları dinlerler. Verdikleri kararların nedenleri, kendi inanç ve değerlerini açıklarlar. Bu iletişim yöntemi çocukların benlik saygısını arttırma oldukça etkilidir. Çocuklar kendilerinin önemli olduklarını hisseder. Çoğulcu ailelerde konuşma fazlayken, uyumun az olduğu görülür. Çocuklar kontrol edilemez ve kararlarını bağımsız verirler. İki tarafın da karşılıklı desteği söz konusudur. Çocukların görüşü kabul edilebileceği gibi, ebeveynlerin karar alma süreçlerine dahil edildikleri de olur. Koruyucu ailede ise durum farklıdır. İlişkilerde konuşma az, uyum fazladır. Açık iletişim sınırlıdır. İletişimde ebeveynlerin otoritesi ve sorumlulukları üstün gelir. Kararı ebeveyn verir ve genelde çocuklar kararın nedenleri anlatılacak kadar değer görmez. Bu durumda çocuğun benlik saygısı olumsuz etkilenir. Dağınık ailede ise hem konuşma hem de uyum azdır. Aile üyeleri çok sınırlı konularda diyalog geliştirebilir. Herkes kendi kararlarını alır. Çocukların kararları çok ciddiye alınmaz. Genelde boşanmış ebeveynlerde gözlemlenir (Özmen, 2007).

Demokratik aile yapısının oluşmasında veya çocukların benlik saygısını arttırmada en önemli faktör sağlıklı bir iletişim kurmaktadır. Aile içinde sağlıklı bir iletişim kurmak için dikkat edilmesi gereken bazı hususlar bulunmaktadır. Dinleyici konumundaki bireyin dikkat etmesi gereken hususları şöyle sıralaya biliriz (Şahin ve Aral, 2012):

Etkili dinleme: İletişim sırasında, diyalogu algılayabilmek için işbirlikçi bir yaklaşımla, sorular sormak ve geri bildirimde bulunmak şeklinde ifade edilebilir.

Empati kurarak dinleme: İletişim sırasında, karşısındakinin duygu ve düşüncelerini algılayabilmesi, muhatabının ifade etmekte zorlandığı duyguları da hissederek duyarlı davranması şeklinde ifade edilebilir.

Açıklıkla dinleme: Konuşmaların tamamını yargıya varmadan dinlemek şeklinde ifade edilebilir. Bu şekilde dialog geliştiren kişiler, birbirlerini çok daha iyi algılayabileceklerdir.

Farkındalıkla dinleme: Anlatım esnasında kişi, mimik kullanımı ve ses tonlamasına dikkat ederek daha etkili bir iletişim gerçekleştirebilir.

Aile içerisindeki üyeler yukarıdaki maddelere dikkat etmesiyle sağlıklı bir iletişim kurabilirler. Fakat aile içerisinde sağlıklı iletişimi engelleyen faktörler devreye girdiği zaman evde huzursuzluklar çıkmakta, çocuk ile anne-baba ilişkisinde problemler yaşanmakta ve aile yapısını yıkacak olan sorunlar baş göstermektedir. Aile içi iletişim ve etkileşim sorununu özetleyerek maddeler halinde sıralayacak olursak:

Aileyi ve bireyleri ilgilendiren konular üzerinde, yüzeysel konuşma, ciddiye almama, Aşırı düzeyde soru sormak, nedensiz şüphelenmek ve tereddüt etmek, Samimiyetsiz davranmak, ilgisizlik

Konuşma ve açıklama yapmadan, karşıdaki kişinin hareket ve düşüncelerini yorumlamaya ve öngörmeye çalışmak,

Geçmiş zamanda acı vermiş, nahoş olayların sıklıkla gündeme getirilmesi, geçmiş bugünde yaşamak,

Soruları yanıtsız bırakmak, umursamamak Kişileri sözle baskılamaya çabalamak, Abartılı halde onaylamak ve reddetmek, aşırı tepkiler,

Sürekli öneriyle gelmek ya da kişisel düşünceleri karşı tarafa dayatmak
Suçlamak, sürekli negatif eleştiri ve görüşler belirtmek

Emretmek, tehditkâr davranmak Samimiyetsiz davranmak, yalan söylemek Dalga
geçmek, küçümsemek

Olayların negatif taraflarını bulmaya çalışmak, kötüye yormak Ufak hataları çok
abartmak

Devamlı başkasından fedakârlık beklemek Ortak etkinlikleri yeterince
önemsememek Birlikte vakit geçirmemek

Karşıdakinin benliğini yok saymak ve ona ifade etme imkânı tanımamak (Luk ve
Shaffer, 2005).

Şeklinde sıralamak mümkündür.

Aile içi bireylerin etkili iletişim kuramamalarının önünde bir takım iç ve dış engeller
vardır. Aile içi sorunlara baktığımızda aile içi üyelerinin birbirleriyle konuşmaktan
kaçınmaları, duygularını nasıl yansıtacaklarını bilmemeleri, etkin dinlemeyi
bilmemeleri, çatışma çözme becerilerinin yetersizliği, sorunu tanımlayamama,
sorumlulukların paylaşılmamasıdır. Diğer taraftan aile, birbirinden farklı birçok
nedenle, problemlerin, çatışmaların, huzursuzluk ve doyumsuzluk gibi duyguların
yaşandığı bir ortam halini alabilir (Kargı ve Akman, 2007).

Kişiler ne kadar uyumsuz veya zıt olursa olsun iyi ilişkiler kurabilirler. Aile içi
problemler kişilik uyumsuzluğundan ziyade iletişim kuramamaktan kaynaklandığı
bilinmelidir. Etkili ve doğru iletişim kurmayı başarabilenler, sevgi, samimi duygu
ve esnek olunması şartıyla herkesle beraber olabilirler. Bu üç özelliğe haiz
insanalar, insan ilişkilerinde her zaman uygulanabilir bir yol mutlaka bulabilirler
(Durgun, 2016).

Günümüzde aile içi iletişimi etkileyen en önemli faktör ise sosyal medya
bağımlılığıdır. Saatlerini telefon başında geçirerek eşler hem kendilerini hem
çocuklarını ihmal etmektedirler. Eve gelen anne-baba çocuklarından daha çok
sosyal medyaya zaman ayırmaktadır. Her yalnızlık hissinde, yalnızlığını aile
bireyleri ile değil de sosyal medya ile gidermeye çalışan bir yapı ortaya çıktı.
Çocuğun olumlu veya olumsuz davranışlarını göremeyecek kadar bağımlı olan
aileler, çocuklarının benlik saygısına tedavisi zor olan zararlar vermektedir. Bu
bağımlılıktan sadece çocuk değil eşlerde olumsuz etkilenmekte ve kendilerini de
ihmal etmektedir.

Bu ihmallik aile düzenini bozmakta ve aile içi iletişimi engellemektedir. Sosyal medya bağımlılığını ayrı bir başlık olarak incelemek yerinde olacaktır.

2.2 Bağımlılık ve Çeşitleri

“Bağımlılık” kelimesi Latince, “adamak; kendini başkasına adamak” anlamına gelen “addicere” kelimesinden türetilmiştir. Bağımlılık, anlamı açısından epey kapsamlı bir kavramdır. Bundan dolayı bağımlılığın ne olduğu ile alakalı çok çeşitli görüşler vardır. İrade gücü hastalığı olarak da bilinen bu kavram; bilişsel bozukluk nedeniyle yanlış kararlar alınması, alınan kararların olumsuz davranış ve sonuçlar doğuruyor olması şeklinde açıklanabilir. Farklı bir yaklaşımda ise tanımı, kişilerin zihinsel, bedensel ve sosyal yaşamını aksatan patolojik davranış şeklinde açıklanmıştır. Kavramsal açıdan bağımlılık genellikle fiziksel ve ruhsal açıdan herhangi bir maddeye duyulan tutku şeklinde değerlendirilebilir. Peele ve Brodsky’nin bağımlılık tanımını ise aşağıda aktarılmıştır (Kalkan ve Kaygusuz, 2013; Koca ve Tunca, 2019; Tarhan ve Nurmedov, 2011):

“Bağımlılık size başka yollarla alamayacağınız his ve tatmin edici duyguları sunmaktadır. Acı, belirsizlik ya da rahatsızlık duygularını engellemektedir. Dikkat üzerine odaklanan ve dikkat çeken güçlü şaşırtıcı duygular yaratmaktadır. Kişinin üstesinden gelemediği sorunlarını unutmasını ya da bunlarla ilgili olarak kendisini iyi hissetmesini sağlamaktadır. Yapay ya da geçici bir güvenlik ya da huzur hissi, kendilik değeri ya da başarı hissi, güç ve kontrol hissi ya da içtenlik ya da ait olma hissi sağlamaktadır.”

Klinik uygulamalarda bağımlılık “maddesel bağımlılık, davranışsal bağımlılık “fiziksel bağımlılık, internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı” şeklinde beşe ayrılır. Çalışmamızın daha iyi anlaşılması için bu bağımlılık çeşitlerini tek tek ele alacağız.

2.2.1 Maddesel Bağımlılık

Madde bağımlılığı, ilaç niteliği olan bir maddenin sinir sistemini etkilemesi sonucu maddeyi devamlı olarak alma arzusu ve bununla birlikte davranışsal reaksiyonlarla karakterize edilmiş radikal tedavisi olmayan ciddi bir beyin hastalığıdır.

1960'lı yıllara kadar, bağımlılık yapan madde kullanımı ve neticesinde yaşanan madde bağımlılığı önemli bir sağlık sorunu şeklinde algılanmamıştır. Afyon, esrar, barbitüratlar ve alkolün bağımlılığa neden olduğu ve maddenin kötüye kullanımının bir davranış bozukluğu olduğu tıp literatürüne geçmiştir. Aynı dönemde bunların nedenleri araştırılmaya başlanmış ve tedavi, önlem konularında 1980 itibariyle önemli çalışmalar yapılmış ve hızla artmaya devam etmiştir. Araştırmaların hızlanmasının en önemli nedeni de ABD'nin Vietnam Savaşından sonra ülkeye dönen 200 binden fazla opioid bağımlısıyla mücadele etmesi olmuştur. Savaş döneminde askerlerin ağır yaralanma ampullerinin, öforizan ve ağır stresi önlemek amacıyla kötüye kullanılması ve Vietnam' da çoğu bağımlılık yaratan maddeye askerlerin kolaylıkla ulaşabilmesi bu sorunu ortaya çıkarmıştır. Peki diğer insanlar neden bağımlı olurlar? Bu sorunun cevabı da çok kapsamlıdır. Madde kullanımının olduğu ortamlarda kişinin, arkadaşlar arasında onaylanan ve teşvik edilen davranışlara katılma ihtiyacı hissetmesi, dışlanma korkusuyla olumsuz cevap verememesi; bağımlılık yapan maddelere başlamanın en çok rastlanılan yollarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bazı insanlar ise karşılaştıkları problemlerle başa çıkamayarak, acı, üzüntü, unutkanlık gibi birtakım rahatsızlık veren duygularından, madde kullanımıyla kaçmak yolunu da seçebilmektedir. Diğer taraftan, insanların deneyimlemediği, yasaklı ve tehlikeli şeylere karşı bir merakının olduğu da yadsınamaz. Madde kullanımına yönelten bir başka neden de eğlenme arzusudur (Tarhan ve Nurmedov, 2011; Uzbay, 2009).

Kişinin tekrarlayan dozlarda madde kullanımı sakinlik, neşe ve sıkıntı gibi etkilerde duyarlılık azalır. Kişi daha fazla alkol veya madde alarak aynı etkiyi elde etmeye mecbur kalır. Buna karşılık kişinin madde bağımlısı olduğu hakkında bir fikir ortaya konulabilmesi için birtakım tanı ölçütlerinden en az üçünün asgari olarak 12 aylık bir zaman diliminde klinik olarak belli bir rahatsızlığa ve soruna neden olacak şekilde varlığından söz edilebiliyor olması gerekir. Bazı alınan ölçütler, aşağıda maddeler halinde aktarılmıştır (Koca ve Tunca, 2019).

- 1 Kullanılan maddenin etkisi azaldığında, arzulanan tatmini sağlayabilmek için madde miktarının artırılması
- 2 Kullanılan maddenin azaltılması ya da tümüyle bırakılması neticesinde, madde yoksunluğu belirtilerinin ortaya çıkması
- 3 Kullanılan maddeye karşı kişinin iradesine hâkim olamaması
- 4 Kişinin kullandığı maddeyi, bırakma arzu ve kararlılığında bile bir türlü bırakmaması ve bırakma çabaların boşa çıkması,
- 5 Kişinin madde kullanırken veya etkisindeyken aşırı düzeyde vakit kaybetmesi
Kişinin sosyal hayat ve mesleki sorumluluklar açısından yapması gereken görevleri gerçekleştirememesi, etkinliklere katılamaması ya da olması gerekenden çok daha az vakit ayırması ve madde kullanımı nedeniyle birçok problem yaşamasına rağmen, kullanmayı sürdürmesi

Madde bağımlılığının en belirgin özellikleri, kontrol dışı madde kullanımı, bilişsel davranış bozukluğu ve fizyolojik semptomların mevcudiyetidir. Madde bağımlılığı, beynin yapısı ve işleyişinin aksamasına neden olur ve kronik bir hastağa dönüşür.

2.2.2 Davranışsal bağımlılık

Her nesne bağımlılığa neden olabilmektedir. Bu nedenle kişiler herhangi bir madde ya da nesneye bağımlı olabileceği gibi, madde dışındaki varlıklara da bağımlı olabilirler. Bir başka ifadeyle her varlık bağımlılık geliştirme olasılığına sahiptir. Bağımlılık açısından riski yüksek olan madde ya da olgulara, kişiler sıkça ve kolaylıkla bağımlılık geliştirebilmektedirler. Madde bağımlılığında olduğu gibi madde dışı davranışsal bağımlılıklarda da kişinin yaşamı olumsuz şekilde etkilenebilmektedir. Bunun en temel nedeni, kişinin belli düzeyde desteğe ihtiyaç duyması ve kimse olmasa da egosunu doyuracak farklı bir nesneye gereksinim duyabilmesidir. Nitekim Griffiths davranışsal bağımlılıkların tanı ölçütlerinde de bahsi geçen kriterlere yer verilmiştir. Griffiths'in tanı ölçütleri şunlardır:

Dikkat Çekme: Belirli bir eylemin, bireyin hayatında en önem verdiği olgu haline dönüşmesiyle oluşur ve bireyin düşünce, duygu ve davranışlarına egemen olur.

Ruh Hali Değişimi: Belirli bir etkinlik uğraşı sonrasında bireyin ortaya koyduğu öznel tecrübelerle ilgili olup, üstesinden gelme yaklaşımı olarak görülebilir.

Tolerans: Daha önceki etkinin benzerini sağlayabilmek için, belirli eylem miktarının artırılmasıdır.

Yoksunluk: Belirli bir eylemin devam etmemesi veya aniden kesilmesi durumunda oluşan nahoş duygular veya fiziksel etkiler olarak ifade edilebilir.

Çatışma: Bağımlı kişilerle etrafındakiler arasındaki iş, hobi, sosyal yaşam ile hakkındaki çatışmaları veya bireyin iç çatışmalarını kapsamaktadır. *Nüksetme:* Belirli bir etkinliğin önceki örüntüleriyle yeniden oluşması eğilimidir. Seneler boyunca devam eden kaçınma veya kontrolün ardından bağımlılığın tekrar en uç seviyesine geri dönmesidir. (Dinç, 2012).

Davranışsal bağımlılığa; yemek düşkünlüğü, kumar oynamak, alışveriş yapmak ve teknolojik bağımlılıklar örnek verilebilir. Teknolojik bağımlılıklarda bireyin davranışları aktif ve pasif şekilde seyredebilir. Bu durumda, bireyin her iki şekilde de davranış sergileyebileceği tek bağımlılık halihazırda internet bağımlılığıdır.

Yukarıdaki açıklamalara dayanarak davranışsal bağımlılıklarını; insan ilişkileri, bilgisayar oyunları, yemek, cinsellik, kumar oynamak, alışveriş yapmak, elektronik aletlere düşkünlük, internet ve sosyal medya kullanımı şeklinde temelde 9 maddede toplayabiliriz.

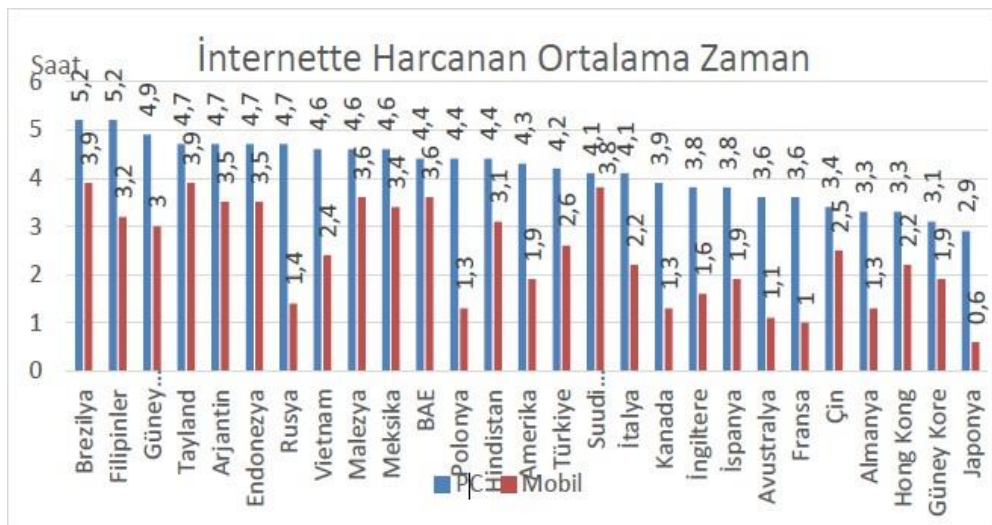
Bu davranışsal bağımlılıkların her biri ayrı çalışma alanı oluşturduğu için burada detayına girmeyeceğiz. Biz sadece çalışmamızı yakından ilgilendiren sosyal medya ve internet bağımlılığını ele alacağız.

2.2.3 İnternet bağımlılığı

İnternet ve bilgisayar her alanda, bilişim teknolojileri kapsamında hayatımıza dahil olmuştur. Mobil cihazlar ve işletim sistemlerinin gelişmesi, internet ve ilgili uygulamalara ulaşım kolaylığı sağlarken, birçok kişiyi de aktif olarak katılım sağlayan bireylere dönüştürmüştür. Bu da kişilerin internet ortamına devamlı katılabilmelerine neden olmuştur. İnternet, insanların hayatını kolaylaştıran, zaman tasarrufuna yardımcı olan, bilgiye ulaşmak konusunda çok daha kolay ve hızlı hareket edilebilmesine olanak sağlayan birtakım avantajlarıyla, insan yaşamının vazgeçilmez bir parçası durumuna gelmiştir.

Bireyler, günlük işlerini asgari seviyede fiziksel güç ve maliyetle pratik bir şekilde gerçekleştirebilmektedir. Bu unsurun iş hayatına da katkısı büyüktür. (Çiftçi, 2018; Yağcı ve Şahin, 2017).

Internet World Stats (2017)'in araştırmasında, dünyadaki internet kullanıcı sayısının yaklaşık 3 milyar 732 milyon (%49,6) kişiye vardığı aktarılmıştır. İnternet ve sosyal medya (facebook örneği) kullanımında nüfusa oranın Afrika'da (%27,7; %11,7) Asya'da (%45,2; %13,4), Avrupa'da (%77,4; %39,9), Latin Amerika'da (%59,6; %55,8), Orta Doğu'da (%56,7; %30,3) kuzey Amerika'da (%88,1; %62,1), Avustralya'da (%68,1; %51,7)'e seviyelerinde seyretmekteği görülmektedir. Çalışmaya göre, Türkiye'de internet kullanıcısı %59,6 seviyesindeyken; sosyal medya kullanıcısı %53,2 olarak gerçekleşmiştir. İnternette, kullanım oranındaki artışa bakıldığında, oranın %934 seviyesinde gerçekleştiği belirlenmiştir. TÜİK verileri doğrultusunda, Türkiye'de internet kullanımı %61,2 seviyesinde gerçekleşmişken, internet kullanıcılarının %82,4'ünün de sosyal medya kullanıcısı da olduğu görülmektedir. Türkiye'de internet ve sosyal medya kullanımının, diğer ülkelere kıyasla yüksek olduğu araştırmalar sonucunda ortaya konulmuştur. Aşağıdaki tabloda, 2016 yılında dünya genelinde bir günde ortalama internet kullanım süreleri aktarılmıştır. (Yağcı ve Şahin, 2017).



Şekil 1: 2016 yılında ülkelere göre günlük ortalama internette harcanan zaman

İnternet bağımlılığının standardize edilmiş bir tanımı yoktur. İnternet bağımlılığı, alan yazınına başlangıçta “*internet addiction*” ifadesiyle girmiş olsa da süreç boyunca, araştırmacı ve klinisyenlerce değişik biçimlerde tanımlanmıştır. Bunlar internet bağımlılığı, patolojik internet kullanımı, problemlili internet kullanımı, internet istismarı, internet bağımlılığı bozukluğu, aşırı internet kullanımı diye tanımlanabilir.

İnternet bağımlılığı kavramı, Goldberg tarafından ortaya konulmuştur. Goldberg Amerikan Psikiyatri Birliğinin yayınladığı ve kısaltması DSM olan Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı’nın karmaşık olması nedeniyle ve katı olduğunu göstermek amacıyla “İnternet Bağımlılığı Bozukluğu” adını verdiği yeni bir kavram geliştirilmiş DSM IV’te mevcut herhangi bir maddeye bağlı bulunmayan patolojik kumar oynama ölçütünü internet bağımlılığına uyarlamıştır. Buna göre,

internet bağımlılığından söz edilebilmesi için aşağıdaki 8 ölçütten 5 tanesinin mevcut olması gerekmektedir. (Kalkan ve Kaygusuz, 2013):

- 1 İnternete ilginin aşırı zihinsel aktivite ile gerçekleştirilmesi
- 2 İnternette kalma süresinde artış gereksinimi
- 3 İnternet kullanımını azaltılmaya çalışılıp, girişimde başarısız olunması
- 4 İnternet kullanımı azalınca, yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- 5 İlk zamanlardakinden daha fazla internete bağlı kalma isteği
- 6 İnternetin aşırı kullanılması nedeniyle ilişki, okul veya işte problem yaşanıyor olması
- 7 İnternete bağlanabilmek için aile bireylerine veya başkalarına yalan söylemek
- 8 İnternete bağlanıldığı süre boyunca duygulanım farklılıkları yaşanması
- 9 Bir kişinin internet bağımlısı olarak değerlendirebilmek için aşağıdaki unsurların çoğunun var olması gerekmektedir:

Bırakmaya niyetlense de bırakamama,

İnternet kullanmamak için kendini durdurmakta zorlanma,

Aile bireyleri veya çevresindeki insanların internet kullanımının sınırlandırması ile ilgili yaptıkları ikaz, Vaktini çevresindekilerle geçirmek yerine internette zaman harcamayı seçmek, Aşırı derecede internet kullanımı nedeniyle uykusuz kalmak, İnternete bağlı olmamasına rağmen interneti düşünmek, İnternete bağlanmak için sabırsızlanmak,

İnterneti daha nadir kullanmak gerektiğine inanması, İnternette daha az kullanmaya uğraşmak ve başarısız olmak, İnternet olmayınca kendini huzursuz ve kötümser hissetmek, İnternet kullanımı nedeniyle fiziksel sorunlar yaşamak, Günlük gereksinimleri internet yüzünden yerine getirememek, Mutsuzluk duyduğunda interneti kullanmak,

İnterneti kötü duygu ve düşüncelerden uzaklaşmak amacıyla kullanmak.

Bu emarelerin yanı sıra psikososyal işlevlerin bozulup bozulmadığının çok daha belirleyici bir yeri vardır. Sıralanan tüm belirtiler mevcutken dahi, bunların bireyin yaşamını, sorumluklarını ve fonksiyonlarını etkilemediği durumlarla karşılaşılabilir (Ögel, 2012). İnternet bağımlılığıyla ilgili en önemli isimlerden olan Kimberley Young, kullanıcıların katıldığı çevrimiçi etkinliklerle gerçek hayatlarından önemli ölçüde uzaklaştığını ve kullanıcıların gerçek hayatlarını çevrimiçi yaşam nedeniyle bıraktığını gözlemlediği birkaç olayı raporlamıştır. İnternet bağımlılığına; bir ebeveynin çocuğunu okuldan almayı unatacak kadar çevrimiçi forum sitelerinde zaman geçirmesi, bir şirket çalışanının ofis bilgisayarıyla interneti aşırı kullanması nedeniyle işten çıkarılması, bir öğrencinin derslerinden geri kalacak hatta sınıfta kalma durumuna gelecek kadar çevrimiçi arkadaşlarıyla sıklıkla vakit geçirmesi örnekleri verilebilir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

Bilgiye erişimin sağlandığı bir ortam olan internet, günümüzde olduğu gibi gelecekte de önemini koruyacaktır. İnternet, gündelik yaşamda karşı karşıya kalınan problemlere ve gereksinimlere göre gelişim ve değişim göstererek hayatın içine daha çok katılmış ve insanların için vazgeçilmez bir hale gelmiştir. Kısacası internet kişinin yaşantısında kolayca vazgeçemeyeceği başka bir yaşam alanı olmuştur. Bu alanın, insanların yaşamlarında büyük değişimlere yol açtığı söylenebilir. Kişilerin hayatını kolaylaştıran, çeşitli iş olanakları yaratan, zamanda ve mekânda tasarruf ettiren internetin bilinçsiz kullanılması, psikolojik rahatsızlık sınıfında kategorize edilen internet bağımlılığının, gelecek yıllarda çok daha kötü bir hâle dönüşeceğini öngörmek mümkündür.

2.2.4 Sosyal medya bağımlılığı

20. yüzyılın son çeyreğinde internet kullanımı oldukça yaygınlaşmış ve popülaritesi artarak devam etmiştir. İnternet, kendisine ait yeni bir dünya kurmuş ve bu dünyanın şekillenmesini kullanıcılarına bırakmıştır. Sosyal ağ ile ilgili ilk site, 1997 yılında kullanıcıyla buluşan Sixdegree.com olmuştur. 2002 yılında Friendster ve Myspace gibi birçok sosyal ağ sitesi kullanıcılara sunulmuştur. Sonraki süreçte ise Facebook ve Instagram gibi sosyal medya ağları ortaya çıkmış ve zamanla kullanıcı sayısı, bilinirlik düzeyi açısından küresel hâle gelmiştir. Bu sosyal ağlar aracılığıyla, kişilere farklı iletişim kanallarını kullanarak değişik özellikte, iletişim ve etkileşim olanakları sunulurken, süreçte farklı özellikleri içinde bulunduran sanal topluluk yapıları da oluşmuştur. Sosyal medya konusunda yapılan birçok araştırmada kullanıcıların; iletişim, bilgi, eğlence ve sosyal etkileşim gibi çeşitli konularda yararlar sağladığı görülmüş, aynı zamanda eğlence ve reaksiyon gereksinimlerini tatmin ettiği, kişisel ilgi alanları ve hobileriyle alakalı topluluklara ve aktivitelere katılmalarını sağladığı da belirlenmiştir. (Duman ve Aksoğan, 2018; Balci ve Baloglu, 2018).

Sosyal medyanın tanımı konusunda araştırmacıların üzerinde durduğu ortak bir tanımlama olmamakla birlikte sıklıkla karşımıza çıkan tanımlar şunlardır:

Sosyal medya, Web 2.0'ın ideolojik ve teknolojik temellerini oluşturan ve kullanıcının meydana getirdiği içeriğin paylaşılmasına olanak sağlayan internet tabanlı uygulama olarak tanımlanabilir. Sosyal medyada kişilerin ağlarında bulunan insanlarla etkileşimde olmak için, herkese açık ya da kişiye özel bir profil oluşturabilmesine olanak sağlayan en yeni çevrim içi iletişim aracıdır. Başka bir tanımda, kişilerin sınırlı bir sistem içerisinde bir kamu profili yaratmalarına, bağlantıyı paylaşan diğer kişilerin listelerini ekleyebilmelerine, kendilerinin ve diğer kişilerin bağlantı listelerini görüntüleyebilmelerine ve bunlar arasında geçiş yapılabilmesine olanak sağlayan web tabanlı hizmetler olarak ifade edilmiştir (Duman ve Aksoğan, 2018).

İnsanların sosyal medyada kendilerini rahatça ve daha açık bir şekilde ifade edebiliyor olmaları, popülaritesindeki en önemli nedenlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sosyal medya, toplum içerisinde kendini değerli hisseden ve duyurmak istediği düşünceleri olan birçok kişiye paylaşımları konusunda özgür bir alan yaratmış ve kendileriyle benzer düşüncelere sahip topluluklara da ulaşabilmelerine olanak sağlamıştır. Bu bağlamda sosyal medyanın kendisine ait özellikleri vardır. Bu özellikleri aşağıdaki başlıklar altında toplayabiliriz (Ergene, 2014:17):

Katılımcı: Yüksek seviyede ölçeklenebilir teknolojiler kullanan sosyal medya, kişisel olarak bireylerin diğer gruplarla iletişim kurmasını sağlamaktadır. Böylece kişilerin, ulusal ya da uluslararası şirketlerin bazen düşük maliyetle çoğu zamansa ücretsiz olarak birbirleriyle iletişimde bulunmalarına olanak tanıyarak hem gündeme hem de toplumdaki diğer insanların hayatlarına ve düşüncelerine kolayca katılım özelliği sunar. İzleyici ve medya arsında ilişkide mesafe ortadan kalkmış ve bireyler daha çabuk ve kolay geribildirimlerde bulunarak iletişime katkı sağlar hale gelmiştir.

Konuşma: Modern çağın getirilerinden biri olarak oluşturulan bu yeni medya anlayışında bireylerin çift yönlü etkileşimde bulunabilmesi söz konusu olmuştur. Bireylere toplumla ilişkili daha çok söz sahibi olma hakkı edinerek daha çok platformdaseslerini duyurarak bu çift yönlü iletişimin bir parçası olmuşlardır. Sosyal ağlar bunu zamandan ve mekândan tasarruf yaparak gerçekleştirmiştir.

Topluluk Oluşturma: Bireylerin ortak ilgi alanlarını bir araya getirerek toplulukları oluşturmuştur. Öyle ki sosyal ağların oluşturduğu birbirini tanımayan yığınlar birlikte hareket ederek toplumda gündem yaratmaya ve toplumu yönlendirmeye kadar itmiştir. Artık Bireyler ilgi duydukları konularla ilgili çeşitli paylaşım sitelerinden, forumlardan yararlanarak hem bilgi alışverişinde bulunabilmekte hem de topluluğun verdiği bir güçle ortak içerikler geliştirebilmektedir. Sosyal medya aracılığıyla bireyler daha kolay bir araya gelerek iletişim kurabilmektedirler (Ergene, 2014:17).

Bağlantılı Olma: Sosyal ağlar birçok sosyal medya türüne bağlantılı bir şekilde gelişim göstermektedir. Diğer site, kaynak ve kişiler bağlantıları kullanarak, kullanıcı kolaylığı olması açısından reklam ya da başka bir nedenle diğer site, kaynak ve kişilere link verirler. Bu şekilde diğer ağlarla daha kolay tanışabilir ve kullanabilirler. Diğer ağlarla bağlantılı olmasının yanında kendi içeriğinde de yenilikler yaparak kendi üyeleri arasında ortak bir platformda farklı zevkleri, tercihleri arama özelliği uygulaması da başlamıştır.

Dünyada katılımcı sayısı en çok olan Facebook, 2013 yılı başında yeni bir arama özelliği “Sosyal Ağ Araması” nı duyurmuştur. Facebook’taki ortak yerler, fotoğraflar, kişiler ve diğer içerikler arasından kolayca arama yapılmaya başlanacaktır. Örneğin; bir Facebook kullanıcısı arkadaşları arasında hangileri “Mark Almond’u beğenmiş” şeklinde bir arama yapmanız durumunda Sosyal Ağ Araması hemen ulaşmanızı sağlayacaktır (Ergene, 2014:17).

İçerik Oluşturma: Sosyal medya bireylerin paylaşmaktan keyif alabilecekleri içerikleri oluşturabilir. Yayınlanan içerikler paylaşımı ve ziyaretçi potansiyelini arttırabilir. Kişiler düşüncelerini, fotoğraflarını, videolarını ve ürettiği her şeyi yayınlarak başkaları ile paylaşabilmektedir. Son yıllarda medyanın kendi ürettiği içeriklerin dışında sosyal medya kullanıcıların ürettiği içerik geleneksel medyayı bile doldurmaktadır. Televizyon kanallarındaki birçok programda sosyal medya kullanıcıların oluşturdukları bu içerikler kısa videolar şeklinde gösterilerek programların içeriğini de doldurmaktadır. Kişiler arasındaki iletişim ne kadar çok olursa içerik üretimi de bu oranda çok olacaktır. Hazar’a göre, sosyal medya kullanımıyla birlikte, iletişimin kaynak- alıcı doğrusal sistemi içerisinde kaynak belirsiz hale gelmeye başlamaktadır. Bundan sonrasında daha çok alıcı odaklı içerik paylaşımından doğan hem sosyal medyayı kullanan bireyler hem de bireylerin kullandığı sosyal medya içerikleri ortaya çıkmıştır. Her iki tarafa içinde içerikleri yönetmek söz konusudur (Ergene, 2014:17).

2.3 Benlik Saygısı

Psikolojinin önemli kavramlarında biri “benlik kavramı” dır. İnsanlar doğumdan ölüme kadar sayısız olaylar tecrübe ederler ve diğer insanlarla olan etkileşimleri onların benliği üzerinde etkili olur. Birey nötr bir şahsiyet olarak dünyaya gelir ve fizyolojik olarak gelişimiyle doğru orantılı bir de benlik geliştirir. Bilindiği üzere kişinin fizyolojik gelişimi belirli bir yaşa kadar sürecektir. Daha sonra bu gelişim duracak ve belli süreden sonra gerilemeye başlayacaktır. Ancak benlik onun manevi tarafıyla ilgili olduğu için insan hayatının sonuna kadar benliğini ve benlik saygısını devam ettirecektir. İyi bir benlik gelişimi ruh sağlığı açısından önemlidir (Tutar, 2012).

İnsan kendi kişiliğine karşı beslediği duygulara benlik duyguları denilir. Türkçe’ de “kendine saygı”, “öz saygı” veya “benlik değeri” şeklinde farklı kavramlarla açıklanmaktadır. Diğer bir benlik saygısı tanımlamasında da duygusal açıdan kazanılmış tecrübelerimiz, kabiliyetlerimiz ve psikolojik dengemizle ilgili karar ve değerlendirci bir durumu belirttiği ve benliğin önemli bir yönü olduğu kabul edilir. Ufak yaşlarda ortaya çıkan bu kavram, zaman içerisinde değişkenlik gösterecek bir yapıya sahiptir. 2 yaşındaki çocuk yap-boz oyununu bitirdikten sonra annesine; “Bak anne yaptım” diyerek veya gülümseyerek başarısını gösterebilir ya da başarısızlıkta memnun olmadığını ifade eder. İngilizce’ de bu kavram genelde “self-esteem” veya “self-respect” sözcükleriyle karşılanmasıyla birlikte “self- confidence” ve “self- regard” kelimelerinin de kullanıldığı görülmektedir. Başlıca benlik duyguları, aşağılık, üstünlük, haysiyet duygusudur (Kımtır, 2012; Dilek ve Aksoy, 2013).

Psikoloji tarafında benliği en genel hâliyle tanımlayan William James; benliğin *bilen benlik* (self as knower) ve *bilinen benlik* (self as known) olarak iki uzantıda düşünülmesi gerektiğini ortaya koyar ve bilinen benlik, psikoloji biliminin konusunu oluşturur. *Benliği* (self), bireye ait olan şeylerin toplamı şeklinde tanımlar. Bir başka deyişle benlik, bireyin maddi ve manevi varlığının yanı sıra evi, eşi, çocuğu, ailesi, arkadaşları, şöhreti hatta giyimi yani kendine ait olan her şeyi kapsamaktadır. James benliğin farklı yönleri olduğunu ortaya koymakta ve bunları maddesel, sosyal ve ruhsal olmak şeklinde üçe ayırmaktadır. Maddesel benliğimiz, fiziki bedenimiz ve maddi çevremiz olarak ifade edilirken sosyal benliğimiz, aile çevremizden başlayan ve etkilendiğimiz en geniş topluluk, ruhsal benliğimiz ise ruhsal yeteneklerimizin, ahlaki ve manevi tutumlarımızın kendimizce değerlendiriliş hâlleri şeklinde ortaya konulur. Bu yönler, kişinin kendisinden memnun olması ya da olmaması şeklinde duygular uyandıracaktır. Kişi, bu duygular çerçevesinde, bedensel, toplumsal ve manevi benliğini oluşturmayı sürdürür.

Benlik kavramı üzerine çalışma yapan araştırmacılar farklı benlik türleri üzerinde durarak benliğin ne olduğunu daha açık bir şekilde belirlemeye çalışmışlardır. Bu kavramlar şu şekildedir (Tutar, 2012);

Vucüt benliği: İnsanın çocukluğundan yaşlılığına kadar vücudunda gerçekleşen değişimleri anlamasına olanak tanıyan benlik algısıdır.

Sosyal benlik: Toplumdaki bireylerle iletişim kurmak konusundaki benlik algılamalarıdır. Aile, arkadaş ve sosyal gruplar gibi kesimlerle ilişki ve etkileşim biçiminin belirleyicisi sosyal benlik algılarıdır. Kişinin sosyal hayatı içerisinde çeşitli benlik veya benliklere sahip olduğu gözlenmektedir. Bu durum, kişinin birçok maskeyle dolaşmasıyla ve farklı roller üstlenmesiyle açıklanabilir. Baba rolü, ağabey rolü, öğretmenlik rolü gibi birçok durum örnek olarak verilebilir.

Cinsiyete ait benlik: Bireyin ergenlik döneminde yaşadığı fizyolojik değişimleri fark etmesiyle ilgili benliktir. Kişinin kendinin ve başkalarının cinsiyetini kavraması cinsiyete ait benlik algısından kaynaklanır. Cinsel yaşamı anlama ve bunlar üzerine düşünme, cinsel rolleri düşünme ve cinsel çekiciliğin yaşamında yer etmesi üzerine varsayımlarda bulunma bu tür benlikten kaynaklanır.

Ahlaki benlik: Kişinin tutum ve davranışlarının başkalarını ne şekilde etkilediği, kendisi için istediği güzel şeyleri başkası için de isteyip istemediğiyle ortaya konan benlik algısıdır.

Mesleki benlik: Kişinin kendilik saygısı, mesleki saygıyla, iş ve meslek ahlakıyla ilgilidir. Benlik saygısı yüksek insanların, mesleki benlik algılarının da yüksek olacağı varsayılır. Kısacası benlik saygısı ile mesleki benlik arasında bir korelasyon vardır ve bu korelasyon pozitif yönlüdür. Benlik bilincimiz, kendimizle ilgili oluşturduğumuz düşünce ve algılarımızı barındırır. Yalnız bu durum, her zaman gerçeklikle uyumlanmayabilir. Başarıyla başarisizmişiz sonucuna varabiliriz. Özetle, benlik bilincimiz kendimize bakış açımızı yani ne şekilde değerlendirdiğimizi yansıtmaktadır (Cüceloglu, 2002).

Benlik gelişiminin unsurları; kişinin kendisiyle ilgili düşünceleri, algısı ve inançları şeklinde sıralanabilir. Benliğini geliştiren kişilerin nitelikleri ve bakış açıları; açık fikirli olan, her anı dolu dolu yaşamaya özen gösteren, başkalarının düşünce ya da mantığı yerine kendi içgüdüleriyle davranabilen, davranış ve düşünceler konusunda özgür ve yüksek seviyede yaratıcı olmaları şeklinde sıralanabilir. Bir diğer konu ise, kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerini oluştururken kendi bakış açısıyla birlikte çevresinden de etkilendiğidir. Bireyin en yakın çevresi ise ailesidir. Bundan dolayı aile içerisinde yaşanan herhangi bir sorun kişinin benlik saygısını yakından ilgilendirmektedir.

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırma modeli, evreni ve örneklemiyle birlikte veri toplama araçları ele alınmıştır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Çalışma, aile içi sorunların sosyal medya bağımlılığına etkisi ve benlik saygısı ile ilişkisini inceleyen nicel veriler toplanarak gerçekleştirilecektir.

Nicel bir araştırma olan bu çalışmada, ölçek yöntemiyle korelasyon araştırması gerçekleştirilmiştir. Aile sorunlarının, sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısı alt boyutlarıyla ilişkilerinin gözlemesi için ilişkisel olarak desenlenmiş bir çalışmadır. Kişilerin toplumsal davranışlarını gözlem, deney ve test yoluyla nesnel bir şekilde ölçümleyebilmek ve sayısal verilerle ortaya koyabilmek için gerçekleştirilen nicel araştırma, değişkenlerle olan ilişkilerin araştırılabilmesi için kullanılmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler ölçek yöntemiyle belirlenmiş, korelasyon yöntemiyle ilişkisel tarama yapılmıştır.

3.2 Evren ve Örneklem

Evreni belli olmayan bu çalışmanın örneklemini örnekleme yöntemiyle belirlenen 18-24 yaş aralığındaki 374 katılımcı oluşturmaktadır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Online olarak yapılan çalışmada katılımcılara Aydınlatılmış Onam Formu online olarak sunulmuştur. Katılımcılar ölçekleri doldurmaya başladıklarında gönüllü olarak bu çalışmaya katıldıklarını kabul ettikleri bilgisi yazılı olarak bildirilmiştir. Katılımcılara üç adet ölçek sunulmuştur.

Araştırmada veri toplama aracı olarak Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Rosenberg Benlik saygısı ölçeği, Gençlik Döneminde Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1 Sosyo-demografik bilgi formu

Katılımcıların Sosyo-Demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyo-Demografik formu kullanılmıştır. Sosyo-Demografik formunda; cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, çocuğa sahip olma durumları, sağlık problemleri gibi kişisel sorulara yer verilmiştir.

3.3.2 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin (EK 3) Türkiye'deki güvenirlik ve geçerlilik çalışmaları Füsun Çuhadraoğlu tarafından 205 kişilik lise örneklem grubuna uygulanmıştır. Ölçeğin bir ay ara ile yapılan test-tekrar- test güvenirlik katsayıları şöyledir: Benlik saygısı .75, kendilik kavramının sürekliliği .75, insanlara güvenme .55, eleştiriye duyarlılık .48, depresif duyguların .70, hayalperestlik .75, psikosomatik belirtiler .89, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme .46, tartışmalara katılabilme derecesi .51, anne-baba ilgisi .51, babayla ilişki .79 ve psikik izolasyon .60. Ölçeğin geçerlilik çalışmalarından, benlik saygısı için psikiyatrik görüşmeler dikkate alınmış ve geçerlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur (Korkmaz, 1996). Biz yapmış olduğumuz bu araştırmada Mediha Korkmaz'ın geliştirmiş olduğu "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini" kullandık.

Korkmaz'ın geliştirmiş olduğu ölçek on madde ve dörtlü likert derecelendirme sisteminde oluşturulmuştur. Derecelendirme sistemi "Tamamen uygun (3), Uygun (2), Uygun Değil (1), Hiç Uygun Değil (0)" puanlama şeklindedir. Ölçeğin 1., 3.,4., 7., 10. maddeleri pozitif maddeleri; 2.,5.,6.,8.,9. Maddeleri negatif maddeleri oluşturmaktadır.

3.3.3 Gençlik Döneminde Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ)

Gençlik Döneminde Aile Sorunları Ölçeği, (EK 4) gençlik yıllarında, içinde yaşanan aile ortamının neden olduğu streslerin miktarını ve bu streslerden etkilenme seviyesini ölçümlemeyi amaçlamaktadır.

GDASDÖ'nün iç tutarlılığının değerlendirilebilmesi amacıyla madde- toplam korelasyon katsayıları ve madde-alt boyut korelasyon katsayıları hesaplanmış, ayrıca alt boyut puanları ve toplam puan için Cronbach Alfa değerleri elde edilmiştir. GDASDÖ alt boyut ve toplam puan için yapılan üç çalışmadan elde edilen Cronbach Alfa değeri şu şekildedir: 1. Çalışmada alt boyutlar için elde edilen Cronbach Alfa değerleri .61 ile .91 arasında, 2. Çalışmada .53 ile .84 arasında ve 3. Çalışmada .45 ile .84 arasında farklılık göstermektedir. En az çıkan Cronbach Alfa değeri sınırsızlık ve istismar ile sağlık ve sosyal sorunlar alt boyutları, en fazla Cronbach Alfa değerleri ise otoriter- baskıcı tutum ile ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık alt boyutları için ele alınmıştır. Toplam puan açısından hesaplamada, Cronbach Alfa katsayıları .93 ve .95 değerinde çıkmıştır. Ölçeğin güvenirliği ile ilgili olarak yapılan diğer bir çalışma ise test- tekrar- test çalışması olmuştur. Elde edilen test-tekrar-test güvenirlik katsayıları 74 ile .95 aralığında değişim göstermektedir (Tuğrul,1996).

3.3.4 Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (EK 5) ise 18- 60 yaş arasındaki yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıklarını ortaya koyabilmek için kullanılan bir ölçek olup, Cengiz Şahin ve Mustafa Yağcı tarafından geliştirilmiştir.

Ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulanması amacı ile gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizinde, Ki-kare değerinin ($\chi^2=7051,32$; $sd=190$, $p=0,00$) anlamlı olduğu gözlemlenmiştir. Uyum indeksi değerleriyse $RMSA=,059$; $SRMR=,060$; $NFI=,59$; $CFI=,96$; $GFI=,90$; $AGFI=,88$) olarak tespit edilmiştir. SMBÖ-YF'nun faktör yükleri ,61 ile ,87 arasında değerler gerçekleşmektedir. Ölçeğin genelinde Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı ,94; alt boyutlardan sanal tolerans için ,92 ve sanal iletişim için ,91 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayıları genelinde, 93; alt boyutlardan sanal tolerans için ,91 ve sanal iletişim için ,90 olarak ortaya konulmuştur (Şahin ve Yağcı, 2017).

SMBÖ-YF'nun beşli Likert tipi, 2 alt boyut (sanal tolerans ve sanal iletişim) ve 20 betimlemeden oluşmuş bir yapıya sahiptir.

3.4 Veri Toplama İşlemi

Çalışmada kullanılan ölçeklerin kullanım izinleri (EK 6) alınıp, online olarak düzenlenmiş internet üzerinden katılımcılara sunulmuştur. Verilerin toplanma süresi, yaklaşık iki aylık sürece tekabül etmektedir.

Verilerin toplanma sürecinde ilk önce araştırmacı tarafından geliştirilen ve demografik bilgilerin alındığı Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Tamamen gönüllülük esasına dayanarak gerçekleştirilen araştırma, katılımcıların motivasyonunu arttırabilmek için herhangi bir teşvik söz konusu değildir. Uygulama öncesinde Aydınlatılmış Onam Formu kimlik bilgileri alınmadan onay alınmıştır. Ölçeklerin katılımcılar tarafından kaç dakikada doldurulduğu ile elimizde bilgi yoktur. Kişisel bilgilerin korunması amacıyla katılımcılardan kimlik bilgileri talep edilmemiştir. Toplanan veri formları etik ilke ve gizlilik kuralları kapsamında iki yıl süresince araştırmacı tarafından kilitli bir dolapta muhafaza edilecek ve sorumluluğunu üstlenecektir.

3.5 Verilerin Analizi

Araştırmanın veri tabanı SPSS 21 paket programında oluşturulmuş olup hatalı veya eksik kodlamalar temizlenmiştir. Veri tabanı oluşturulduktan sonra analizler 374 katılımcının ölçek sorularına vermiş oldukları cevaplar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubunun geniş olmaması nedeniyle normallik testi yapılmıştır. Ölçek toplam puanları ve alt ölçekler ayrı ayrı Shapiro- Wilk uyum iyiliği testi aracılığıyla değerlendirilmiştir. Testin sonucunda ölçek puan ortalamalarının normal dağılmadığı tespit edilmiş olup katılımcıların sosyo-demografik değişkenler açısından aile sorunları, sosyal medya bağımlılıkları ve benlik saygılarının farklılıklarını incelemek için parametrik olmayan bir test olan Mann Whitney U ve Kruskal Wallis analizi ile yapılmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklere göre dağılımlarını incelemek amacıyla tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılarak Frekans analizi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin birbirleriyle olan ilişkisini incelemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmaya 229 (%61,2) kadın, 145 (%38,8) erkek dahil olmuştur. 18-24 yaş aralığındaki olguların standart sapması 21.42 ± 2.10 olarak tespit edilmiştir

Tablo 1.

Katılımcıların sosyo-demografik değişkenler açısından dağılımları

Demografik Değişkenler	n	%
Cinsiyet		
Kadın	229	61,2
Erkek	145	38,8
Medeni Durum		
Evli	40	10,7
Bekar	334	89,3
Eğitim düzeyi		
Lise ve altı	59	15,8
Üniversite ve üstü	315	84,2
Çalışma Durumu		
Evet	129	34,5
Hayır	245	65,5
Gelir Düzeyi		
Kötü	89	23,8
Orta	255	68,2
İyi	30	8,0
Çocuk var mı?		
Evet	48	12,8
Hayır	326	87,2

Katılımcıların sosyo-demografik değişkenler açısından dağılımları frekans analizi ile incelenmiştir. Medeni durum değişkeni incelendiğinde, katılımcıların 40'ı (%10,7) evli, 334'ü (%89,3) ise bekardı. Eğitim düzeyi değişkeni incelendiğinde, olguların 59'u (%15,8) lise ve altı öğrenim düzeyinde, 315'i (%84,2) üniversite ve üzeri öğrenim düzeyindeydi. Bu araştırmaya en fazla çalışan, gelir düzeyi orta olan ve çocuk sahibi olmayan katılımcılar dahil olmuştur.

Tablo 2.*Ölçekler için normallik dağılımı*

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Otoriter baskıcı tutum	,219	374	,000	,763	374	,000
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	,183	374	,000	,839	374	,000
Anne babailişkilerinde uyumsuzluk	,214	374	,000	,766	374	,000
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	,302	374	,000	,668	374	,000
Ev ortamındaki düzensizlik	,335	374	,000	,604	374	,000
Ekonomik sorunlar	,199	374	,000	,819	374	,000
Sınırsızlık ve istismar	,228	374	,000	,726	374	,000
Sağlık ve sosyal sorunlar	,339	374	,000	,670	374	,000
Sanal tolerans	,106	374	,000	,951	374	,000
Sanal iletişim	,329	374	,000	,684	374	,000

Ölçeklerde normal dağılım tespit edilememiştir ($p < 0,05$)

Tablo 3.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Z	p
Otoriter baskıcı tutum	Kadın	229	191,25	-,851	,395
	Erkek	145	181,58		
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	Kadın	229	184,34	-,714	,475
	Erkek	145	192,49		
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	Kadın	229	197,28	-2,22	,026*
	Erkek	145	172,05		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	Kadın	229	185,83	-,419	,675
	Erkek	145	190,14		
Ev ortamındaki düzensizlik	Kadın	229	190,63	-,816	,414
	Erkek	145	182,55		
Ekonomik sorunlar	Kadın	229	180,11	-1,70	,087
	Erkek	145	199,17		
Sınırsızlık ve istismar	Kadın	229	193,64	-1,40	,162
	Erkek	145	177,80		
Sağlık ve sosyal sorunlar	Kadın	229	192,53	-1,29	,197
	Erkek	145	179,55		
Sanal tolerans	Kadın	229	203,60	-3,65	,000*
	Erkek	145	162,08		
Sanal iletişim	Kadın	229	191,50	-1,01	,313
	Erkek	145	181,19		
Benlik saygısı	Kadın	229	182,17	-1,22	,222
	Erkek	145	195,92		

Katılımcıların cinsiyetlerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Mann Whitney U analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyu olan anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk ve SMBÖ alt boyutu olan sanal tolerans kadın katılımcılarda erkek katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni ile anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk ve sanal tolerans arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.

Katılımcıların yaşlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

	Yaş	N	Sıra Ort.	Z	p
Otoriter baskıcı tutum	18-20 yaş	142	189,90	-,339	,735
	21 ve üzeri	232	186,03		
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	18-20 yaş	142	187,14	-,051	,960
	21 ve üzeri	232	187,72		
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	18-20 yaş	142	184,69	-,397	,691
	21 ve üzeri	232	189,22		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	18-20 yaş	142	183,55	-,616	,538
	21 ve üzeri	232	189,92		
Ev ortamındaki düzensizlik	18-20 yaş	142	187,19	-,050	,960
	21 ve üzeri	232	187,69		
Ekonomik sorunlar	18-20 yaş	142	173,47	-2,02	,043*
	21 ve üzeri	232	196,09		
Sınırsızlık ve istismar	18-20 yaş	142	197,04	-1,35	,176
	21 ve üzeri	232	181,66		
Sağlık ve sosyal sorunlar	18-20 yaş	142	188,46	-,153	,878
	21 ve üzeri	232	186,91		
Sanal tolerans	18-20 yaş	142	211,17	-3,34	,001*
	21 ve üzeri	232	173,02		
Sanal iletişim	18-20 yaş	142	199,60	-1,91	,056
	21 ve üzeri	232	180,09		
Benlik saygısı	18-20 yaş	142	188,13	-,090	,928
	21 ve üzeri	232	187,11		

Katılımcıların yaşlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Mann Whitney U analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyu olan ekonomik sorunlar 21 yaş ve üzerinde olan katılımcılarda ve SMBÖ alt boyutu olan sanal tolerans 18-20 yaş aralığındaki katılımcılarda daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Yaş değişkeni ile ekonomik sorunlar ve sanal tolerans arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 5.

Katılımcıların çalışma durumlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

	Çalışma durumu	N	Sıra Ort.	Z	p
Otoriter baskıcı tutum	Evet	129	183,92	-,470	,639
	Hayır	245	189,39		
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	Evet	129	189,49	-,260	,795
	Hayır	245	186,45		
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	Evet	129	191,16	-,481	,631
	Hayır	245	185,57		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	Evet	129	191,06	-,514	,607
	Hayır	245	185,63		
Ev ortamındaki düzensizlik	Evet	129	191,55	-,609	,543
	Hayır	245	185,37		
Ekonomik sorunlar	Evet	129	208,95	-2,86	,004
	Hayır	245	176,20		
Sınırsızlık ve istismar	Evet	129	182,27	-,689	,491
	Hayır	245	190,26		
Sağlık ve sosyal sorunlar	Evet	129	187,12	-,057	,955
	Hayır	245	187,70		
Sanal tolerans	Evet	129	159,20	-3,706	,000*
	Hayır	245	202,40		
Sanal iletişim	Evet	129	178,13	-1,372	,170
	Hayır	245	192,43		
Benlik saygısı	Evet	129	180,95	-,866	,386
	Hayır	245	190,95		

Katılımcıların çalışma durumlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Mann Whitney U analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyu olan ekonomik sorunlar çalışan katılımcılarda ve SMBÖ alt boyutu olan sanal tolerans çalışmayan katılımcılarda daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Çalışma durumu değişkeni ile ekonomik sorunlar ve sanal tolerans arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 6.

Katılımcıların gelir düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutlarının karşılaştırılması

	Gelir durumu	N	Sıra Ort.	df	p
Otoriter baskıcı tutum	Kötü	89	228,88	2	,000
	Orta	255	173,65		
	İyi	30	182,42		
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	Kötü	89	229,54	2	,000
	Orta	255	173,27		
	İyi	30	183,68		
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	Kötü	89	216,19	2	,014
	Orta	255	177,68		
	İyi	30	185,83		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	Kötü	89	219,13	2	,002
	Orta	255	177,63		
	İyi	30	177,52		
Ev ortamındaki düzensizlik	Kötü	89	209,53	2	,004
	Orta	255	176,48		
	İyi	30	215,78		
Ekonomik sorunlar	Kötü	89	228,93	2	,000
	Orta	255	174,46		
	İyi	30	175,42		
Sınırsızlık ve istismar	Kötü	89	203,62	2	,034
	Orta	255	178,08		
	İyi	30	219,72		
Sağlık ve sosyal sorunlar	Kötü	89	216,20	2	,002
	Orta	255	176,23		
	İyi	30	198,18		

Katılımcıların gelir düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutlarının karşılaştırılması Kruskal Wallis analizi ile incelendiğinde, Otoriter baskıcı tutum, İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk, Sosyal etkinliklerde kısıtlılık, Ekonomik sorunlar ve Sağlık ve sosyal sorunlar gelir düzeyi kötü düzeyde olan katılımcılarda gelir düzeyleri orta ve iyi olan katılımcılara oranla daha yüksek oranda bulunmuştur. Ev ortamındaki düzensizlik ve sınırsızlık ve istismar alt boyutları ise gelir düzeyi iyi olan katılımcılarda diğer katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur. GDASDÖ alt boyutları ve gelir düzeyi değişkeni arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Tablo 7.

Katılımcıların gelir düzeylerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

Gelir durumu		N	Sıra Ort.	df	p
Sanaltolerans	Kötü	89	200,13	2	,332
	Orta	255	181,90		
	İyi	30	197,65		
Sanaliletişim	Kötü	89	204,22	2	,012*
	Orta	255	177,79		
	İyi	30	220,40		
Benliksaygısı	Kötü	89	195,92	2	,490
	Orta	255	183,07		
	İyi	30	200,15		

Katılımcıların gelir düzeylerine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Kruskal Wallis analizi ile incelendiğinde, SMBÖ alt boyutu olan sanal iletişim gelir düzeyi iyi olan katılımcılarda gelir düzeyi orta ve kötü olan katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur.

Tablo 8.

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

	Eğitim düzeyi	N	Sıra Ort.	Z	p
Otoriter baskı	Lise ve altı	59	203,85	-1,27	,201
	Üniversite ve üzeri	315	184,44		
İlişkilerde duyarsızlık	Lise ve altı	59	201,22	-1,06	,285
	Üniversite ve üzeri	315	184,93		
Anne-babailişkinlerinde uyumsuzluk	Lise ve altı	59	200,18	-,992	,321
	Üniversite ve üzeri	315	185,13		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	Lise ve altı	59	217,23	-2,56	,010*
	Üniversite ve üzeri	315	181,93		
Ev ortamındaki düzensizlik	Lise ve altı	59	200,47	-1,16	,244
	Üniversite ve üzeri	315	185,07		
Ekonomik sorunlar	Lise ve altı	59	194,14	-,529	,596
	Üniversite ve üzeri	315	186,26		
Sınırsızlık ve istismar	Lise ve altı	59	188,11	-,048	,962
	Üniversite ve üzeri	315	187,39		
Sağlık ve sosyal sorunlar	Lise ve altı	59	204,25	-1,47	,139
	Üniversite ve üzeri	315	184,36		
Sanal tolerans	Lise ve altı	59	211,79	-1,89	,058
	Üniversite ve üzeri	315	182,95		
Sanal iletişim	Lise ve altı	59	220,53	-2,88	,004*
	Üniversite ve üzeri	315	181,31		
Benlik saygısı	Lise ve altı	59	173,43	-1,109	,268
	Üniversite ve üzeri	315	190,13		

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Mann Whitney U analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyu olan sosyal etkinliklerde kısıtlılık ve SMBÖ alt boyutu olan sanal iletişim eğitim düzeyi lise ve altı olan katılımcılarda diğer katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Eğitim durumu değişkeni ile sosyal etkinliklerde kısıtlılık ve sanal iletişim arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 9.

Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması

Çocuk var mı?		N	Sıra Ort.	Z	p
Otoriter baskıcı tutum	Evet	48	195,84	-,578	,563
	Hayır	326	186,27		
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	Evet	48	205,74	-1,26	,208
	Hayır	326	184,81		
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	Evet	48	203,52	-1,11	,226
	Hayır	326	185,14		
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	Evet	48	220,84	-2,54	,011*
	Hayır	326	182,59		
Ev ortamındaki düzensizlik	Evet	48	202,67	-1,20	,228
	Hayır	326	185,27		
Ekonomik sorunlar	Evet	48	208,33	-1,47	,141
	Hayır	326	184,43		
Sınırsızlık ve istismar	Evet	48	184,88	-,183	,855
	Hayır	326	187,89		
Sağlık ve sosyal sorunlar	Evet	48	192,93	-,425	,671
	Hayır	326	186,70		
Sanal tolerans	Evet	48	161,64	-1,79	,073
	Hayır	326	191,31		
Sanal iletişim	Evet	48	189,35	-,144	,886
	Hayır	326	187,23		
Benlik saygısı	Evet	48	186,38	-,079	,937
	Hayır	326	187,67		

Katılımcıların çocuk sahibi olup olmama durumlarına göre Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygılarının karşılaştırılması Mann Whitney U analizi ile incelendiğinde, GDASDÖ alt boyu olan sosyal etkinliklerde kısıtlılık çocuk sahibi olan katılımcılarda çocuk sahibi olmayan katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Çocuk sahibi olma durumu ile sosyal etkinliklerde kısıtlılık arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Gençlik Döneminde Aile Sorunları Değerlendirme Ölçeği (GDASDÖ) alt boyutları, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutları ve benlik saygısının birbirleriyle ilişkisi korelasyon analizi ile incelendiğinde, otoriter baskıcı tutumun ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, ekonomik sorunlar, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlığın anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, ekonomik sorunlar, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluğun sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, ekonomik sorunlar, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ekonomik sorunlar alt boyutunun sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Sınırsızlık ve istismar alt boyutunun, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans, sanal iletişim ile arasında pozitif yönde benlik saygısı ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Sağlık ve sosyal sorunların sanal tolerans ve sanal iletişim ile arasında pozitif yönde benlik saygısı ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır ve sanal toleransın sanal iletişim ve benlik saygısı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Tablo 11.*Benlik saygısının risk faktörleri açısından incelenmesi*

Variable	b	SE	β	t	P	ΔR^2	Adjusted R ²	F
Sınırsızlık ve istismar	-3,11	,456	,154	-3,01	,024*	,196	,176	9,92
Sağlık ve sosyal sorunlar	-,428	,123	-,237	-3,47	,001*			
Sanal tolerans	,324	,098	,213	3,31	,001*			
Sanal iletişim	,124	,056	,154	2,22	,027*			

Benlik saygısı risk faktörleri açısından çoklu regresyon analizi ile incelendiğinde, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişimin benlik saygısının yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Model toplam varyansın %76'sını açıklamaktadır.

Tablo 12.*Sanal iletişimin risk faktörleri açısından incelenmesi*

Variable	b	SE	β	t	P	ΔR^2	Adjusted R ²	F
Otoriter baskıcı tutum	,010	,006	,095	1,71	,088	,091	,045	1,99
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	,249	,104	,167	2,39	,017*			
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	,088	,098	,065	,898	,370			
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	,012	,005	,118	2,20	,029*			
Ev ortamındaki düzensizlik	,064	,095	,047	,671	,502			
Ekonomik sorunlar	,080	,075	,112	1,07	,089			
Sınırsızlık ve istismar	,109	,067	,085	1,618	,107			
Sağlık ve sosyal sorunlar	,054	,052	,071	1,05	,292			
Benlik saygısı	008	,060	,013	,139	,889			
Yaş	,058	,316	,010	,185	,853			
Çalışma durumu	2,05	,570	,194	3,60	,000*			
Gelir düzeyi	,006	,091	,008	,061	,951			
Eğitim durumu	,132	,078	,175	1,70	,089			

Sanal iletişim risk faktörleri açısından çoklu regresyon analizi ile incelendiğinde, ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, sosyal etkinliklerde kısıtlılık ve çalışma durumunun sanal iletişimin yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Model toplam varyansın %45'ini açıklamaktadır.

Tablo 13.*Sanal tolerans risk faktörleri açısından incelenmesi*

Variable	b	SE	β	t	P	ΔR^2	Adjusted R ²	F
Otoriter baskıcı tutum	,122	,080	,162	1,52	,127	,137	,108	4,76
İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık	,079	,062	,155	1,26	,208			
Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk	,014	,094	,019	,146	,884			
Sosyal etkinliklerde kısıtlılık	2,04	,869	,476	2,35	,031*			
Ev ortamındaki düzensizlik	,136	,103	,118	1,32	,188			
Ekonomik sorunlar	,033	,113	,029	,290	,772			
Sınırsızlık ve istismar	,061	,084	,076	,726	,468			
Sağlık ve sosyal sorunlar	,047	,101	,046	,460	,646			
Benlik saygısı	1,35	,719	,450	1,89	,076			
Cinsiyet	,307	,120	,472	2,55	,021*			
Yaş	,088	,035	,183	2,50	,013*			
Çalışma durumu	,299	3,20	,017	,093	,927			

Sanal tolerans risk faktörleri açısından çoklu regresyon analizi ile incelendiğinde, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, cinsiyet ve yaşın sanal toleransın yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir. Model toplam varyansın %8'ini karşılamaktadır.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada aile içi sorunların sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısı ile ilişkisi incelenmiştir. Gençlik döneminde aile sorunlarını alt boyutlarıyla sosyo-demografik değişkenler açısından ele alan bu araştırma bulgularında anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk cinsiyeti kadın olan gençlerde daha yüksek düzeyde bulunmuştur ve Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluğun sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, ekonomik sorunlar, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Literatür incelendiğinde, Karip'in 2003 yılında üniversite öğrencilerinin aile sorunlarını incelediği araştırmada kadın öğrenciler üzerinde baskıcı otoriter tutumun daha fazla olmasından ötürü aile ilişkilerinde daha uyumsuz davranışlar sergiledikleri bulgulanmıştır. Kadın öğrencilerde ebeveynin psikolojik kontrolü, ailede tutarsız bir disiplin anlayışının olması, aile içerisinde iletişimsizlik yaşayan öğrencilerin akranlarına nazaran daha fazla problemlili davranışlar sergiledikleri belirtilmiştir (Arapaki ve ark., 2010). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir başka araştırmada erkek öğrencilerin aile içerisinde daha fazla uyumsuz davranışlar sergiledikleri ve aile içerisindeki uyumsuzluk ile anti-sosyal davranışların sergilenmesi, ailenin otoriter tutumu ve ev ortamında yaşanan düzensizlik ile arasında güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (Akduman ve ark., 2007). Ergenlerin aile ilişkilerini incelemeyi amaçlayan bir araştırmada aile içerisinde yaşanan uyumsuzluğun ergenin sosyal medyaya bağımlı olmasıyla güçlü ilişkisi olduğunu belirtmiştir (Vazyonyi, 2008). Bu araştırmada elde edilen aile içerisinde uyumsuzluğa dair sonuçların Beuehler ve arkadaşlarının 2006 yılında 416 ergenle yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlarla örtüştüğü görülmektedir. Öztop ve arkadaşlarının 2009 yılında

yaptığı benzer araştırmada aile içerisinde uyumsuzluğun sigara ve alkol kullanımı, okul terki, intihar eğilimi ve sosyal medya bağımlılığı ile ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir (Arapaki ve ark., 2010).

Bu araştırmada, gençlik döneminde aile sorunlarının ekonomik sorunlar boyutundan elde edilen sonuçlar incelendiğinde, 21 yaş ve üzerinde olan ve çalışan gençlerin 18-20 yaş arasında ve çalışmayan gençlere oranla daha fazla ekonomik sorun yaşadığı ve yaşanan ekonomik sorunlar ile sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişimin ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Bu araştırma sonuçları alan yazında yapılmış olan benzer çalışmaların bazıları ile örtüşmektedir (Baran-Görgün ve ark., 2005; Burkam ve Lee, 2001). Yılmazçetin ve arkadaşlarının 2005 yılında yaptıkları benzer çalışmada yaş ilerledikçe ekonomik sorunlardan daha fazla etkilenildiği gözlenmiştir (Eryılmaz ve Gülgez, 2007). Gençlerde aile ilişkilerini inceleyen bir araştırmada ekonomik sorun ile sosyal medya bağımlılığının ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu durumun ise ebeveynlerin çocuklara sağlayamadıkları sosyal aktivitelerin çocukları boş zamanlarını sosyal medyada gezinerek geçirmelerine sebep olduğu belirtilmiştir (Siyez, 2006). Ekonomik sorun yaşayan gençlerin anti-sosyal davranışlar sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğu, alkol sigara kullanımı, okul terki ve sınırsızlık ve istismar düzeylerinin daha yüksek olabileceği de belirtilmiştir (ERG, 2011).

Bu araştırmada gelir düzeyi açısından aile ilişkileri incelendiğinde, gelir düzeyi düşük olan gençlerde otoriter baskıcı tutum, ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ekonomik sorunlar ve sağlık ve sosyal sorunlarının daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Ev ortamındaki düzensizlik ve sınırsızlık ve istismarın ise gelir düzeyi iyi olan gençlerde daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Alan yazın incelendiğinde, gelir düzeyi yüksek düzeyde olan ailelerin sosyal etkinliklerde daha az kısıtlı olduğu ve çocukların çevreleriyle olan ilişkilerinde daha az problemli oldukları gözlenmiştir (Peltzer, 2010). Blum ve arkadaşlarının 2000 yılında yaptığı araştırmada sosyo- ekonomik düzeyi yüksek olan gençlerin aile ve arkadaşlarıyla daha uyumlu oldukları bulunmuştur. Gençlik döneminde görülen aile sorunlarından biri olan sosyal etkinliklerde kısıtlama ve otoriter, baskıcı tutumun gelir düzeyine göre farklılaştığı da belirtilmiştir (Avcı, 2006).

Balkaya ve Ceyhan'ın 2013 yılında yaptığı bir araştırmada sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarıyla daha ilgilendikleri bu durumun ise aile içerisinde düzensizlik yaşanabilmesine sebep olduğu bulgulanmıştır (Steinberg, 2013).

Bu araştırmada eğitim düzeyi ve çocuk sahibi olma durumu aile içi sorunu alt boyutu olan sosyal etkinliklerde kısıtlılık açısından farklılaşmaktadır. Eğitim düzeyi lise altı olan ve çocuk sahibi olan gençlerde sosyal etkinliklerde kısıtlılık daha yüksek oranda bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, gençlerde yaşanan sorunları ele alan araştırmada ebeveynlerin çocuklar üzerinde ödül ceza sistemini eğitim düzeyine göre şekillendirdikleri okumak istemeyen çocukların özgürlüklerinin kısıtlandığı belirtilmiştir (Koşar, 2001). Bir başka çalışmada eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin sosyal etkinliklerde daha aktif oldukları, çevreleriyle olan iletişimlerinde daha güçlü oldukları gözlenmiştir (Turan, 2009). Erken yaşta çocuk sahibi olan bireylerin aldıkları sorumluluklardan ötürü sosyal yaşantılarını kısıtladıkları kendilerini çocuklarına adadıkları ve yaşamın ilerleyen zamanlarında geriye dönük pişmanlık yaşadıkları, gözlenmiştir. Gençler bazı hayallerini gerçekleştiremediklerini, yaşamlarının en güzel senelerini çocuklarına bakarak genellikle ev ortamında geçirdiklerini belirtmişlerdir (Duyan, 2016).

Bu araştırmada gençler sosyal medya bağımlılıkları açısından sanal tolerans ve sanal iletişim açısından iki alt boyutta incelenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmiş olup cinsiyeti kadın olan, yaşı 18-20 arasında olan, çalışmayan ve gelir düzeyi iyi olan gençlerin sanal tolerans düzeylerinin yüksek olduğu eğitim düzeyi lise ve altında olan gençlerin sanal iletişimlerinin yüksek olduğu bulgulanmıştır. Gençlerde aile içinde sorunlar ve benlik saygısı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. İlişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, sosyal etkinliklerde kısıtlılık ve çalışma durumunun sanal iletişimin yordayıcıları olduğu ve sosyal etkinliklerde kısıtlılık, cinsiyet ve yaşın sanal toleransın yordayıcıları olduğu saptanmıştır. Stead ve Hibby'nin 2017 yılında yaptığı araştırmada sosyal medya bağımlılığı, bireylerin psikolojik olarak iyi oluşları ve kişilik özelliklerinin ilişkisi incelenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin ilişkilerde duyarsız ve dengesiz oldukları aile ve arkadaşlarla ilişkilerinde uyumsuz oldukları

gözlenmiştir. Kadınların erkeklere oranla daha fazla gündemi kaçırma korkularının olduğu ve sosyal medya bağımlılığının öznel iyi oluşla ilişkili olduğu belirtilmiştir (Griffith ve ark., 2018). Wolniewics ve arkadaşları 2018 yılında sosyal medya bağımlılığına ilişkin öznel iyi oluş ve gündemi kaçırma korkusu değişkenlerini incelemişlerdir. Problemleri internet kullanan bireylerin öznel iyi oluşlarında düşüş olduğu belirlenmiştir (Feltman ve Szymanski, 2018). Xiaojing 2017 yılında sosyal medya bağımlılığı üzerinde yaptığı çalışmada kadınların erkeklere oranla daha fazla sosyal medyayla ilgilendikleri, 203 kadın ve 181 erkeğin dahil olduğu araştırmasında çevrimiçi görünümün kadınların vücut memnuniyetsizlikleriyle anlamlı şekilde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Othman ve arkadaşlarının 2017 yılında yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı, kişilik özellikleri ve aile ilişkileri incelenmiştir. Problemleri internet kullanımında ailenin büyük bir rolü olduğu, medya bağımlısı olan çocukların kendilerini soyutlayan, tutarsız ve anti-sosyal kişilik özelliklerine sahip oldukları tespit edilmiştir. Ekonomik düzey ve otoriter tutumun sosyal medya bağımlılığı üzerinde risk olduğu çocukların boş zamanlarında çeşitli sosyal aktivitelerle doldurulması gerektiği belirtilmiştir. Lee ve Lee 2017 yılında yaptıkları çalışmada, genç kadınların sosyal medya görüntüleri, benlik saygıları ve beden imgeleri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonuçları sosyal medyadaki görünüm ile bağlantılı fotoğraf aktivite düzeyleri benlik saygılarını önemli düzeyde etkilediğini göstermiştir (Kleemans ve ark., 20018) . Gençlerde sosyal medya bağımlılığını inceleyen araştırma sonuçlarına göre eğitim düzeyi düşük olan gençlerin daha fazla sosyal medya ilgilerinin olduğu ve sosyal medya bağımlılığının yaşa göre farklılaştığı belirtilmiştir (Pontes ve ark., 2018).

Bu çalışmada benlik saygısının gençlerde aile sorunları ve sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi incelenmiştir. Benlik saygısı sosyo-demografik değişkenler açısından incelendiğinde farklılık saptanmamıştır. Benlik saygısının aile sorunları alt boyutlarıyla ilişkisi olmadığı sosyal medya bağımlılığının alt boyutları olan sanal tolerans ve sanal iletişim ile ilişki içerisinde olduğu bulgulanmıştır ve sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişimin benlik saygısının yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde, benlik saygısını incelemeyi hedefleyen bazı çalışmalarda benlik saygısının yaş ilerledikçe daha fazla olduğu, eğitim düzeyi ve gelir düzeyine göre farklılaştığını belirten çalışmalara rastlanmıştır (Caspi ve ark., 2005; Brown ve ark., 2007; Ender ve ark., 2008).

Devlet ve özel okullarda okuyan 270 öğrenci ve veli üzerinde yapılan bir araştırmada aile içerisinde yaşanan sorunların benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir (Aksüt, 2011). Literatürde rastlanan araştırma sonuçları bu araştırma sonuçlarımızla paralellik göstermemektedir. Yaşları 18-24 arasında olan üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanımları ile öznel iyi oluşları arasında pozitif yönde ilişki olduğu sosyal medyada aktif olan bireylerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu ve daha dışadönük oldukları gözlenmiştir (Amichai ve ark., 2008)

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu araştırma sonuçlarına göre, gençlik döneminde aile sorunlarını alt boyutlarıyla sosyo-demografik değişkenler açısından ele alan bu araştırma bulgularında anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk cinsiyeti kadın olan gençlerde daha yüksek düzeyde bulunmuştur ve Anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluğun sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, ekonomik sorunlar, sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişim ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Gençlik döneminde aile sorunlarının ekonomik sorunlar boyutundan elde edilen sonuçlar incelendiğinde, 21 yaş ve üzerinde olan ve çalışan gençlerin 18-20 yaş arasında ve çalışmayan gençlere oranla daha fazla ekonomik sorun yaşadığı ve yaşanan ekonomik sorunlar ile sınırsızlık ve istismar, sağlık ve sosyal sorunlar, sanal tolerans ve sanal iletişimin ilişkili olduğu saptanmıştır. Gelir düzeyi açısından aile ilişkileri incelendiğinde, gelir düzeyi düşük olan gençlerde otoriter baskıcı tutum, ilişkilerde duyarsızlık ve tutarsızlık, anne-baba ilişkilerinde uyumsuzluk, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ekonomik sorunlar ve sağlık ve sosyal sorunlarının daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Ev ortamındaki düzensizlik ve sınırsızlık ve istismarın ise gelir düzeyi iyi olan gençlerde daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Eğitim düzeyi ve çocuk sahibi olma durumu aile içi sorunu alt boyutu olan sosyal etkinliklerde kısıtlılık açısından farklılaşmaktadır. Eğitim düzeyi lise altı olan ve çocuk sahibi olan gençlerde sosyal etkinliklerde kısıtlılık daha yüksek oranda bulunmuştur. Gençler sosyal medya bağımlılıkları açısından sanal tolerans ve sanal iletişim açısından iki alt boyutta incelenmiştir.

Sosyal medya bağımlılığı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmiş olup cinsiyeti kadın olan, yaşı 18-20 arasında olan, çalışmayan ve gelir düzeyi iyi olan gençlerin sanal tolerans düzeylerinin yüksek olduğu eğitim düzeyi lise ve altında olan gençlerin sanal iletişimlerinin yüksek olduğu ve gençlerde aile içinde sorunlar ve benlik saygısı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Son olarak benlik saygısının gençlerde aile sorunları ve sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi incelenmiştir. Benlik saygısı sosyo-demografik değişkenler açısından incelendiğinde farklılık saptanmamıştır. Benlik saygısının aile sorunları alt boyutlarıyla ilişkisi olmadığı sosyal medya bağımlılığının alt boyutları olan sanal tolerans ve sanal iletişim ile ilişki içerisinde olduğu bulgulanmıştır.

6.2 Öneriler

Bu alanda çalışan uzmanların, aile içerisinde yaşanan sorunların kişiliğin belirlenmesi üzerinde büyük etkiye sahip olduğunu ve sosyal medya bağımlılığının en az diğer bağımlılık türleri kadar riskli olabileceğini göz önünde bulundurularak tedavinin planlanması önerilir.

Bu araştırma da, gençlerin aile içi sorunları, benlik saygıları ve sosyal medya bağımlılıklarının ilişkileri incelenmiştir. Araştırmacıların daha geniş çaplı toplumun genelini kapsayan araştırmalar yapılması önerilir.

Devlet, aile içerisinde yaşanan sorunlar için çözümler üretmeli ve gençlerin sosyal medyaya bağlı kalmamaları için ülke içerisinde çeşitli ekonomik çözüm paketleri üretmeli ve halk sağlığı için programlar geliştirmeleri önerilir.

Ülkede aile içi sorunlara yönelik danışmanlık merkezlerinin yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Gençleri sosyal medyadan uzaklaştırmak için gençlere yönelik etkinliklerin aile ve devlet tarafından genişletilmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Akduman, G., Akduman, B ve Cantürk, G. (2007) *Ergen Suçluluğunda Bazı Kişisel ve Ailesel Özelliklerinin İncelenmesi*, Türk Pediatri Arşivi, 42, 156-161.
- Aksüt, A. (2011). *The relationship between students' self-esteem, parental attitudes and students' achievement in foreign language learning*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yabancı Diller Eğitimi Anabilim Dalı İngiliz Dili Eğitimi Bilim Dalı, Edirne.
- Arif Sağbaşı, E., Ballı, S. (2016). *Sosyal Medya ve Gençler Üzerindeki Etkileri*, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Uluslararası Gençlik Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı, Muğla: Gençlik Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi
- Aral, N., Şahin, S. (2012). *“Aile İçi İletişim”* Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi C. I, S. III ss 55-66
- Arapaki, A., Kokkevi, A., Richardson, C. And Rotsika, V. (2010). *Changes in associations between psychosocial factors and suicide attempts by adolescents in Greece from 1984 to 2007*, European Journal of Public Health, 21,6,694-698.
- Arslan, G. (2012). *Ortaöğretimde Öğrenim Gören Ergenlerde Görülen Problem Davranışların Aile Sorunları ve Aile Yapısı Açısından İncelenmesi*, Denizli: Yüksek Lisans Tezi
- Aydan, H. (2018). *“Sosyal Medya Kullanımı ile Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma: Ege Üniversitesi Örneği”*, Erciyes İletişim Dergisi, C. V, S. IV, ss 351- 369
- Bahar, E. (2012). *İletişim*, Ankara: Detay Yayıncılık

- Bayer, A. (2013). “*Değişen Toplumsal Yapıda Aile*”, Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, C. IV, S. VIII, ss 101- 119
- Brown, J.D., Cai, H., Deng, C. and Oakes, M.A. (2007). *Self-esteem and culture: Differences in cognitive self-evaluations or affective self-regard?* Asian Journal of Social Psychology, 10 (3), 162-170.
- Burkam, D.T. and Lee, V. E. (2001). *Dropping Out of High School: The Role of School Organization and Structure: Prepared for Conference*, Harvard Graduate School of Education, Cambridge.
- Büyükgebiz Koca, E., Zihni Tunca, M. (2019). “*İnternet ve Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrencilerin Performanslarına Etkileri Üzerine Bir Yazın Taraması*”, Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, C. XXIV, S.I, ss 33-53.
- Caspi, A., Donnellan, M.B., Moffitt, T.E., Robins, R.W. and Trzesniewski, K.H. (2005). *Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency*. Psychological Science, 16 (4), 328-335.
- Çalış Duman, M., Aksoğan, M. (2018). “*Sosyal Medya ve Akademik Başarı: İnönü Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması*”, Social Sciences Studies Journal, C. IV, S. 18, ss 1624-1638
- Çamur Duyan, G. (A). *Aile Sorunlarına Bakış-I (5. Ünite). Ailelerle Sosyal Hizmet* (s.1- 28). içinde Erzurum: T.C. Atatürk Üniversitesi, Açıköğretim Fakültesi.
- Çiftçi, H. (2018). “*Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı*”, Manas Sosyal Araştırmaları Dergisi, C. VII, S. IV, ss 417- 434
- Dilek, H., Aksoy, A. (2013). “*Ergenlerin Benlik Saygısı ile Anne- Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki ilişkinin İncelenmesi*” Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi C. XVII, S. III, ss 95-109
- Dinç, M. (2010). *İnternet Bağımlılığı*, İstanbul: Fertfi Yayınları,
- Doğan, C., Doğan, S. (2011). *İnsanlar Konuşa Konuşa*, İstanbul: Selis Yayınları, 2011.

Doğan, C. (2013). *Aile İletişim Sanatı*, İstanbul:Kalbi Yayınları

Dorpatcheon, N., Amichai- Hamburger, Y., Kaplan, H. (2008). *Click to the past: The impact of extroversion by users of nostalgic websites on the use of Internet social services. Computers in Human Behavior, 24, 1907-1912.*

Dökmen, Ü. (1994). *İletişim Çatışmaları ve Empati*, İstanbul: Sistem Yayıncılık
Dönmez, İ. (2003). *Ailede İletişim ve Etkileşim*, İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi

Durğun, A. (2016). *“Aile İçi Problemler ve Çözüm Önerileri”*, Mehir Aile Dergisi, S 1, ss 83-95

Ender, M.G., Ford, S.C. and Tabatabai, A. (2008). *Iraqi adolescents: Self-regard, selfderogation, and perceived threat in war. Journal Of Adolescence, 31 (1), 53- 75.*

Erbil, N., Divan, Z., Önder, P. (2006). *“Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve Davranışlarının Etkisi”*, Aile ve Toplum Dergisi, C. III, S. X, ss 7- 1

Erdoğan, İ. (2011). *İletişimi Anlamak*, Ankara: Pozitif Matbaacılık Eroğlu, E. (2015). *Etkili İletişim Teknikleri*, Eskişehir: Web- Ofset

Eryılmaz-Gülgez, Ö.(2007). *Lise Öğrencilerinin Olumsuz Risk Alma Davranışlarının Psikolojik Belirtiler, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Feltman, C. E. and D. M. Szymanski (2018). *"Instagram Use and SelfObjectification: The Roles of Internalization, Comparison, Appearance Commentary, and Feminism."* Sex Roles 78(5-6): 311-324.

Gökçe, O. (1993). *İletişim Bilimine Giriş*, Ankara: Turhan Kitapevi 1193.

- Griffiths, S., et al. (2018). *"The Contribution of Social Media to Body Dissatisfaction, Eating Disorder Symptoms, and Anabolic Steroid Use among Sexual Minority Men."* Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking 21(3): 149-156.
- Güngör-Baran, A. (2004). *"Türkiye'de Aile İçi İletişim Ve İlişkiler Üzerine Bir Model Denemesi"* Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD) , C.I, S. I,ss 31-42
- Görgün Baran, A., Özcan Demir, N. Ve Ulusoy, D. (2005). *Ebeveynin Çocuk Yetiştirme Biçimi ve Ergen Problemleri: Ankara İli Örneği*, Gazi Üniversitesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 3(3), 367-386
- Halaç, S. Öz, F. (2014). *"Aile Kavramına Kuramsal Bir Bakış"*, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, C. VI, S. II, ss 142-15
- Hüseyin Taylan, H. (2016). *Türkiye'de Aile içi Sorunlar*, Pesa: İstanbul
- Üçkardeş, E.A. (2010). *Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi*, Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, Mersin.
- Demirkol, Z. (2001). *İnternet Teknolojileri*, 1.Baskı İstanbul: Pusula Yayınları.
- Olkun, E. O (2017) *Medya Haberlerinin Güven Algısı Üzerine Etkili Olan Faktörler: Konya Örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya. Selçuk Üniversitesi SBE.
- Arslan, A. (2004). *Medyanın Birey, Toplum ve Kültür Üzerine Etkileri*. Journal of Human Sciences. 1.1, 1-12
- Bochele, F.A ve Çizmeci E. (2016). *Serbest Zamanda Medya ve Türk Ailesi*. Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi.6.11, 284-304
- Demir, Ü. (2016). *Sosyal Medya Kullanımı ve Aile İletişimi: Çanakkale'de Lise Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*. Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi. 9.2,27-50

- Güleç, V. (2018). Aile İçi iletişimin Sosyal Medyayla Birlikte Çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*. 2-1, 105-120.
- Cinamon, R. G. (2006). *Anticipated Work-Family Conflict: Effects of Gender, Self Efficiency and Family Background*. *The Career Development Quarterly*, March, 54, 202–215.
- Greenhaus, J. H., Collins, M. K., Shaw. J. D. (2003). *The Relation Between Work Family Balance and Quality of Life*. *Journal of Vocational Behaviour*, 63(3), 510–531.
- Turgut, T. (2011). *Çalışmaya Tutkunluk: İş Yükü, Esnek Çalışma Saatleri, Yönetici Desteği ve İş-Aile Çatışması ile İlişkileri*, Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 25(3), 155–179.
- Luk, D. M., Shaffer, M. A. (2005). *Work and Family Domain Stressors and Support: Within and Cross-Domain Influences of Work-Family Conflict*. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 78, 489–508.
- Işık, M., Kaptangil, İ. (2018). “*Akıllı Telefon Bağımlılığının Sosyal Medya Kullanımı ve Beş Faktör Kişilik Özelliği ile İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinden Bir Araştırma*”, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, C. VII, S. II, ss 695-717
- Karasar, N. (1991). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Ankara
- Karasar, N. (2012). *Araştırmalarda Rapor Hazırlama*, Ankara: Nobel Yayınları
- Kargı, E., Akman, B. (2007). “*Üniversiteli Gençlerin Bakış Açısıyla Aile İçi Sorunlar*”, C. 18, S. I, ss 31-38
- Kaygusuz, C., Kalkan, M. (2013). *İnternet Bağımlılığı*, İstanbul: Anı Yayıncılık
- Kleemans, M., et al. (2018). “*Picture Perfect: The Direct Effect of Manipulated Instagram Photos on Body Image in Adolescent Girls*.” *Media Psychology* 21(1): 93-110.
- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlilik ve Gerçeklik Çalışması*, İzmir: Yüksek Lisans Tezi

- Koşar, N. (2001). Türkiye'de Aile Hizmetlerinin Geleceği: Beklentiler, Hedefler (2.Panel-4.Konuşmacı). *I. Ulusal Aile Hizmetleri Sempozyumu (2000'li Yıllarda Aile Hizmetleri)* (s. 83-89). 9-11 Mayıs 2001, Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Küçük, M. (2012). *İletişim Bilgisi*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi web-ofset,
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı, İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları,
- Özmen, F. (2007). *Algılanan Aile İçi İletişim Biçimlerinin Ergenlerin Benlik Saygısına Etkisi ve Bir Uygulama Örneği*, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir
- Page Zara, A., İnce, M. (2008). "Aile İçi Konusunda Bir Derleme", Türk Psikoloji Yazıları, C. II, S. II, ss 81- 94
- Platt, R. (2007). *İletişim*, İzmir: Tudem Yayıncılık
- Pontes, H. M., et al. (2018). "Beyond "facebook Addiction": The Role of Cognitive-Related Factors and Psychiatric Distress in Social Networking Site Addiction." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 21(4): 240-247.
- Rabia Ünlü, Z. (2018). *Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik Dayanıklılık*, İstanbul: Yüksek Lisans Tezi
- Rankin, Robert P. (1969). "SociologytheScience of Society", New York, Charles Seribener's SonsLtd.,ss 56 – 59,
- Sabırlı, B. (2018). *Üniversite Öğrencilerindeki Akıllı Telefon Kullanım Sıklığının Benlik Saygısı ve çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*, İstanbul: Yüksek Lisans Tezi
- Siyez. D.M. (2009). *Ergenlerde Problem Davranışlar: Okul Temelli Önleme Çalışmaları İle İlgili Uygulama Örnekleri*, Pegem Akademi Yayınları, Ankara
- Talha Şeker, V. (2018). *Sosyal Medya Bağımlılığı İle Depresyon ve Anksiyete Arasındaki İlişki*, İstanbul: Yüksek Lisans Tez

- Tarhan, N., Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık*, İstanbul: Timaş Yayınları
- Tezel, A. (2004). “*Aile içi iletişim*”, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, SS. IV, ss 1- 6
- Tuğrul, C. (1996). “*Gençlik Dönemindeki Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği: Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*”, Türk Psikoloji Dergisi, C. XI, S III, ss25-43
- Turan, N. (2009). *Sosyal Kişisel Çalışma: Birey ve Aile için Sosyal Hizmet* (3. Baskı). (V. Duyan, Ed.) Ankara: Aydınlar Matbaacılık.
- Turan Yayla, O.(2017).Analogtan Dijitale İletişim Teknolojilerinin Gelişimi: Sosyal Medya ve Sosyal Değişim, İstanbul: Basılmamış Yüksek Lisans Tezi
- Uzbay, U. (2009). “*Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler*”, Meslek içi Sürekli Eğitim Dergisi, S. 21, ss 5- 15
- Yağcı, M., Şahin, C. (2017). “*Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması*”, Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, C. XVIII, S. I, ss523- 538
- Zıllıoğlu, M. (2016). *İletişim Nedir?*, İstanbul: Cem Yayınları

EKLER

EK 1:Aile İçi Sorunların Sosyal Medya Bağımlılığı ve Benlik Saygısıyla İlişkisinin İncelenmesi

Katılımcı Bilgi Sayfası ve Bilgilendirilmiş Onay Formu

Bu araştırma Yakındoğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Hümeysra Özdemir tarafından Yrd. Doç. Dr. Meryem Karaaziz'in danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezi için yapılmaktadır. Bu araştırmanın amacı aile içi sorunların sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısı ilişkisini anlamak için yaptığımız yüksek lisans tez çalışmasının bir parçasıdır. Bu ölçekler aracılığıyla toplanan veriler, sosyal medya bağımlılığının aile içi sorunlarla ne gibi ilişkisi olduğunu ve benlik saygısı gelişiminde sosyal medyanın ne gibi rolünü anlamak için kullanılacaktır.

Verilen ölçekleri doldurduğunuz takdirde araştırmaya katıldığınızı onaylamış olacaksınız.

Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Sizden alınan kimlik bilgileriniz ve doldurduğunuz ölçeklerde bulunan bilgileriniz hiçbir şekilde üçüncü şahıslarla paylaşılmayacaktır. Bu çalışma süresince toplanan veriler, yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Eğer çalışmadan çekilirseniz, sizden toplanan tüm veriler veri tabanımızdan silinecektir ve sizinle ilgili olan veriler çalışmada kullanılmayacaktır. Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz olursa, bize aşağıdaki iletişim bilgilerden ulaşabilirsiniz.

Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Hümeysra Özdemir

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans,

Yakın Doğu Üniversitesi

Tel: +90 532 170 88 28

E-posta: humeysra-ozdemir@hotmail.com

Yukarıdaki bilgileri okudum ve bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum.

Ad/Soyad:

Tarih:

İmza:

İmza: _____

Tarih: ____/____/2019

Yrd. Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Yakın Doğu Üniversitesi

E-posta: meryem.karaaziz@neu.edu.tr

EK 2: Kişisel Bilgi Formu

Sorulara vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Katkı ve yardımlarınız için teşekkürler.

Yaş :

Cinsiyet : ☐ Kadın ☐ Erkek

Eğitim durumu: ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite
☐ Yüksek lisans/Doktora

Çalışıyor musunuz? ☐ Evet ☐ Hayır

Meslek:

Gelir Düzeyi: ☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek

Medeni durum: ☐ Evli ☐ Bekar ☐ Boşanmış ☐

Çocuğunuz var mı? ☐ Evet ☐ Hayır

Evet ise kaç tane?

:

EK 3: Rosenberg Benlik Saygı Ölçeği

Aşağıda kendinizle ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her ifadeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, size en uygun olan aşağıda belirtilen seçeneklerden bir tanesini işaretleyiniz.

Eğer ifade sizin için;

Tamamen Uygunsa	baş harfleri olan	"TU" yu		☐		
			BU	☐	HUD	
			TU		PUD	
Uygunsa	baş harfleri olan	"U" yu	TU	U	PUD	☐
Uygun Değilse	baş harfleri olan	"UD" yi	TU	BU	UD	☐
Hiç Uygun Değilse	baş harfleri olan	"HUD" yi	TU	BU	PUD	HUD
			Tamamen Uygun	Uygun	Uygun Değil	Hiç Uygun Değil

1	Genel olarak kendimden memnunum.	TU	U	UD	HUD
2	Bazen hiç yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.	TU	U	UD	HUD
3	Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	TU	U	UD	HUD
4	Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar iyi bir şeyler yapabilirim.	TU	U	UD	HUD
5	Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	TU	U	UD	HUD

EK 4: Gençlik Döneminde Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği(GDASDÖ)

GENÇLİK DÖNEMİNDE AİLE SORUNLARINI DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (GDASDÖ)

Aşağıda gençlerin içinde yaşadıkları aile ortamında karşılaşılabilecekleri çeşitli sorunlarla ilgili ifadeler yer almaktadır. Sizden istenilen, **KENDİ AİLE ORTAMINIZI** düşünerek maddeleri cevaplandırmanızdır. Lütfen maddeleri dikkatle okuyunuz ve içtenlikle cevaplandırınız. Cevaplandırırken **ÖNCE** o maddede sözü edilen durumun sizin aileniz için **DOĞRU** olup olmadığına karar veriniz. SONRA cevap formundaki “doğru” veya “yanlış” seçeneklerinden uygun olanının altına bir (X) işareti koyunuz. Eğer cevabınız “yanlış” ise bir sonraki maddeye geçebilirsiniz. Verdiğiniz cevap “doğru” ise; maddede sözü edilen durumun sizi **NE KADAR ETKİLEDİĞİNİ** düşünerek “hiç etkilemiyor / biraz etkiliyor / orta derecede etkiliyor / çok etkiliyor” seçeneklerinden birinin altına (X) işareti koyunuz. Cevaplandırmaya başlamadan önce şu iki örnek maddeye verilen cevapları incelemeniz yararlı olacaktır.

ÖRNEK

Madde 2: Sık sık birilerinden borç almak zorunda kalırız.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

Madde 34: Annem ve babam çoğunlukla arkadaşlarımla birlikte gezmeme izin vermez.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

1. Aile üyelerimizden birinin uzun süreden beri devam eden bir hastalığı var.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

2. Sık sık birilerinden borç almak zorunda kalırız.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

3. Annem veya babam arkadaşlarımla yaptıkları birçok şeyi yapmama izin vermez.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

4. Bizim evde hatalı davranışlar hemen cezalandırılır.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

5. Annem veya babam, genellikle benim nerede ve kiminle olduğumun, ne yaptığımın farkında değildir.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

6. Annem ve babam sık sık tartışır, kavgacıdır.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

7. Bizim evde neyin, nasıl ve ne zaman yapılacağına annem ve babam karar verir; benim fikirlerim dikkate alınmaz.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

8. Çoğunlukla birbirimize duygularımızı belli etmeyiz.

YANLIŞ DOĞRU	Hiç etkilemiyor.	Biraz etkiliyor.	Orta derecede etkiliyor.	Çok etkiliyor.
--------------	------------------	------------------	--------------------------	----------------

EK 5: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu(SMBÖYF)

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)

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 medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum.	①	②	③	④	⑤
2	Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.	①	②	③	④	⑤
3	Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır.	①	②	③	④	⑤
4	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum.	①	②	③	④	⑤
5	Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem.	①	②	③	④	⑤

EK 6 : Ölçek İzinleri



Cengiz ŞAHİN

Kime: humeyra ozdemir >

10:29

Ynt: Sosyal medya bağımlılığı yetişkin formu

Merhaba Hümeysra Hoca,
Çalışmalarınızda geliştirdiğimiz ölçekleri kullanabilirsiniz. Selamlar...
Cengiz Şahin

humeyra ozdemir <humeyra-ozdemir@hotmail.com>, 31 Eki 2019 Per, 16:38 tarihinde şunu yazdı:

Hocam merhabalar. Yüksek lisans tez çalışmam için " Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu" nu kullanabilir miyim? Etik Kurul başvuru evraklarını tamamlamam için sizin yazılı onayınızı almam gerekmektedir. Bu konu da bana yardımcı olursanız çok sevinirim. Saygılarımla.

--

Prof.Dr. Cengiz ŞAHİN
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi



ceylan daş

Kime: humeyra ozdemir >

13:52

Ynt: Ölçek

Merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz. İlginize teşekkür ederim.

Prof. Dr. Ceylan Daş

On Fri, Nov 1, 2019 at 10:19 AM humeyra ozdemir <humeyra-ozdemir@hotmail.com> wrote:

Daha Fazlasını Gör



mediha korkmaz > i r:

Alıcılar: ben v



Merhaba,

Rosenberg benlik saygısı ölçeğinin telif hakları ben de deşil. Bir araştırmacı olarak sadece ölçek ile ilgili araştırmalar yapıyorum. Geymiy araştırmacı olarak Yüksek lisans tezimi kaynak gösterebilirsiniz. halihazırda ölçek puanlama sistemi üzerinde yeni bir çalışma yürütüyorum ve yayın ayamasına gelmek üzere (ilgili yayına yayınlandıktan sonra ulaşabilirsiniz).

Rosenberg benlik saygısı ölçeğini bu haliyle kullanmanızı uygun buluyorum.

Ekli dosyada ölçek bulunuyor.

Saygılarımla

Mediha Korkmaz

Kimden: "humeyra ozdemir"

<humeyra_gz2d_mLPe@hotmail.com>

Kime: "Mediha Korkmaz"

ÖZGEÇMİŞ

Humeyra Özdemir 1993 yılında Kahramanmaraş'ta doğdu. İlk okul, orta okul ve lise hayatını Kahramanmaraş'ta tamamladı. 2016 yılında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünden mezun oldu. Türkiye'nin önde gelen eğitim kurumunda çalıştı. Bilişsel Davranışçı Terapisttir. Şuan özel bir kolejde psikolojik danışman olarak çalışmaktadır ayrıca yarı zamanlı olarak Danışmanlık merkezlerinde psikolojik danışmanlık hizmeti vermektedir.

İNTİHAL RAPORU

aile içi sorunlarının sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısıyla
olan ilişkisi Hümeyra Özdemir

ORIGINALITY REPORT

13%	8%	6%	13%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	toad.edam.com.tr Internet Source	2%
2	Submitted to Istanbul Bilgi University Student Paper	2%
3	toad.halileksi.net Internet Source	1%

toad.halileksi.net 1

ETİK KURUL RAPORU



BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

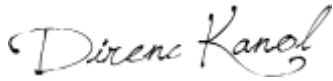
11.02.2020

Sayın Hümeyra Özdemir

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2020/594 proje numaralı ve **“Genç Erişkinlerde Aile İçi Sorunların Sosyal Medya Bağımlılığı ve Benlik Saygısı ile İlişkisi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

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.