



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, BAĞLANMA STİLLERİ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

ELİF ERKAN TEKNECİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2020

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, BAĞLANMA STİLLERİ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

ELİF ERKAN TEKNECİ

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
YRD. DOÇ. HANDE ÇELİKAY SÖYLER

LEFKOŞA
2020

KABUL VE ONAY

Ad,Soyad tarafından hazırlanan “Tez Başlığı” başlıklı bu çalışma,
gün/ay/yıl tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı
bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans/Doktora/Sanatta Yeterlik
Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

Ünvan, Ad, Soyad (Danışman)
Üniversite Adı ve Bölümü

Ünvan, Ad, Soyad (Başkan)
Üniversite Adı ve Bölümü

Ünvan, Ad, Soyad
Üniversite Adı ve Bölümü

Ünvan, Ad, Soyad
Üniversite Adı ve Bölümü

Ünvan, Ad, Soyad
Üniversite Adı ve Bölümü

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

Tarih

İmza

Ad, Soyad

TEŞEKKÜR

Meslek hayatımı uzmanlık çalışmamla desteklemenin minnetini, şükrünü, takdirini ve gururunu yaşıyorum. Bilimsel bilginin bize sundukları ile danışanlarım da gözlemlediklerim ve deneyimlediğim annelik sürecimde çocuğun ilk iki yılının bağı ne kadar sağlıklı, anlamlı, derin, yakın, güvenilir ve ilişkisel ise yaşam keyifli, huzurlu, sevgi dolu, üretken, başarılı ve uyumlu olarak yaşam devam ediyor. Bu çalışmada güvenli oluşan ilişkinin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisini konu alarak bu konuyu bir başka açıdan çalışmış oldum.

Çalışmam da hiç bir desteğini esirgemeyen Klnk. Psk.Tuğba Öz ve Klnk. Psk.Burcu Başusta' ya, yolumu her daim tecrübesi ile ve desteği ile açan Yrd. Doç.Hande Çelikay hocama, sıcak samimi ve güvenilir desteğini veren Prof. Dr.Ebru Çakıcı hocama, BAÇTE'deki ekip arkadaşlarıma, sıkıntılarımı bertaraf etmek zorunda kalan eşime ve kızlarıma etmek istediğim teşekkür yeterli bile olmayacaktır. Her birinin varlığına çok teşekkür ediyorum.

Teşekkürümün yetmeyeceğini düşündüğüm beni bugünlere bin bir zorluklarla getiren, yetiştiren ve her daim destekleyen babam Ali Erkan annem Nurşen Erkan'a sonsuz teşekkür ediyorum.

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, BAĞLANMA STİLLERİ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin sahip olduğu bağlanma stillerine ve kişilik özelliklerine göre sosyal medya bağımlılık düzeylerinin farklılaşma durumunun incelenmesidir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlerle olan ilişkisi de araştırma kapsamında incelenmiştir. Çalışmaya 18-25 yaş arasında 182 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada “Kişisel Bilgi Formu”, “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği”, “İlişki Ölçekleri Anketi(İÖA)” ve “Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Form” kullanılmıştır. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrencilerin İÖA güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca kullanılan sosyal medya uygulama sayısı fazla olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin de daha yüksek olduğu elde edilen bulgulardan biridir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrenciler arasında duygusal tutarsızlık düzeyi daha yüksek bulunmuştur.

Bulgulardan edinilen sonuca göre; literatür araştırmalarında yer verilen güvensiz bağlanan bireylerin sosyal medya bağımlılığına yatkınlığının yanı sıra bağlanma düzeyinde patolojik derecede sorunlu olan bireylerin de sosyal medya bağımlılığına yatkınlığı olabilmektedir. Dolayısıyla sosyal medya konusunda bir bağımlılık davranışı geliştirmekte de bu durumun etkinliğinden söz etmek mümkündür. Literatürde yer alan ve çalışmamızda yer verilen birçok araştırma bağımlılığın bir tek başına gelişmediğine ve birçok değişkenin yardımcı rol oynaya bileceğine işaret etmektedir. Bu bağlamda güvenli bağlanamayan bireye uygun psikoterapi yöntemi uygulanarak patolojik düzeye gelmeden sosyal medya bağımlılığının önüne geçilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Sosyal Medya Bağımlılığı, Kişilik Özellikleri, Bağlanma, Bağlanma Stilleri

ABSTRACT

UNIVERSITY STUDENTS SOCIAL MEDIA ADDICTION, ATTACHMENT STYLES AND PERSONALITY CHARACTERISTICS

The aim of this study is to investigate the differentiation levels of social media addiction levels according to the attachment styles and personality traits of university students. In addition, the relationship between social media addiction levels and socio-demographic variables of the students was also investigated. 182 university students between the ages of 18-25 participated in the study. In the study, "Personal Information Form", "Social Media Addiction Scale" Relationship Scales Questionnaire (RSQ) and "Five Factor Personality Inventory-Short Form" were used. The result showed that the total score average of the sub-dimension of secure attachment and obsessive attachment subscale was higher in students with high social media addiction level. In addition to this, the study also revealed that students with higher number of social media apps scored higher on the social Media Addiction Scale.

According to obtained findings of this research study; individuals with pathological problems at attachment level may also be susceptible to social media addiction as well as susceptibility of insecure attachment of individuals, who have been already mentioned in literature studies. In this context, to prevent social media addiction insecure attachment of individuals can be treated by applying the appropriate psychotherapy method before their susceptibility of insecure attachment reaching pathological level..

Keywords: Social Media, Social Media Addiction, Personality Traits, Attachment, Attachment Styles.

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY

BİLDİRİM

TEŞEKKÜR	iii
ÖZ	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar DİZİNİ	ix
KISALTMALAR	xi

1. BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1.Problem durumu	1
1.2 Araştırmanın amacı	3
1.3 Araştırmanın önemi	4
1.4 Sınırlılıklar	4
1.5 Tanımlar	5
2. BÖLÜM	6
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	6
2.1 Sosyal medya	6
2.1.1 Sosyal medya gelişimi	7
2.1.2 Sosyal medya bağımlılığı	10
2.2 Kişilik	13
2.2.1 Kişilik kavramı	13
2.2.2. Kişilik kuramları	14
2.2.3 Psikanalitik kuram	15
2.2.4 Ayırıcı özellik kuramı	15
2.2.5 James Masterson Kişilik Kuramı	17
2.2.6. Margeret Mahler Kuramı	17
2.2.7 Beş faktör kişilik modeli	18
2.2.7.1 Dışadönüklük-İçedönüklük	20

2.2.7.2 Yumuşak Başlılık-Düşmanlık	20
2.2.7.3 Öz Denetim/Sorumluluk-Yönsüzlük/Dağınıklık Faktörü.....	21
2.2.7.4 Duygusal Denge-Dengesizlik Faktörü	21
2.2.7.5 Gelişime Açıklık/Zeka-Gelişmemişlik Faktörü	22
2.2.3 Kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılığı	22
2.3 Bağlanma.....	24
2.3.1 Bağlanma kavramının tanımı	24
2.3.2 Bağlanma kuramı	25
2.3.3 Bartholomew' in dörtlü bağlanma modeli	26
2.3.4 Bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki....	29
2.4 İlgili Araştırmalar.....	30
 3. BÖLÜM.....	 34
YÖNTEM.....	34
3.1. Araştırmanın modeli	34
3.2. Evren ve örneklem	34
3.3. Veri toplama araçları.....	34
3.3.1. Kişisel bilgi formu	34
3.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)	34
3.3.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)	35
3.3.4. Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Form (5FKE-KF).....	35
3.4. Uygulama.....	36
3.5. Verilerin Analizi	36
 4. BÖLÜM.....	 38
BULGULAR.....	38
 5. BÖLÜM.....	 54
TARTIŞMA	54
 6. BÖLÜM.....	 63
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	63
6.1 Sonuç	63

6.2 Öneriler	64
KAYNAKÇA	66
EKLER.....	75
ÖZGEÇMİŞ.....	82
İNTİHAL RAPORU	83
ETİK KURUL RAPORU.....	84

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Araştırmada kullanılan ölçeklerin normallik değerleri	38
Tablo 2. Sosyo-demografik değişkenlerin sayı ve yüzde açısından dağılımı.....	39
Tablo 3. Yaş değişkeni için betimleyici istatistik tablosu.....	40
Tablo 4. Çalışmada kullanılan ölçeklerin toplam puanlarının betimleyici istatistik tablosu.....	41
Tablo 5. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirlik analizi sonuçları...	43
Tablo 6. Bağlanma stilleri alt boyutları toplam puanının sosyal medya bağımlılığı grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları	44
Tablo 7. 5FKE alt boyutları toplam puanının sosyal medya bağımlılığı grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları	45
Tablo 8. Sosyal medya bağımlılık toplam puanının cinsiyet grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları	47
Tablo 9. Yaş gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	47
Tablo 10. Gelir gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	48
Tablo 11. Çocuk sırası gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi.....	48
Tablo 12. Annenin eğitim gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi.....	49
Tablo 13. Babanın eğitim gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi.....	49
Tablo 14. Annenin çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	50
Tablo 15. Babanın çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	50

Tablo 16. Yaşanılan yere göre sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	51
Tablo 17. Kullanılan sosyal medya gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi	51
Tablo 18. Tüm grupta sosyal medya bağımlılığı işlevsellikte bozulma alt boyutu toplam puanının ölçek toplam puanları ile yordanması	52

KISALTMALAR

Akt	: Aktaran
Çev	: Çeviren
APA	: American Psychology Association
İÖA	: İlişki Ölçekleri Anketi
SPSS	: Statical Package For Social Sciences
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1.Problem durumu

Günümüz iletişim aracı olarak sıklıkla kullanılan sosyal ağlar ile kişiler fiziksel olarak aynı yerde bulunmadıkları kişiler ile kolaylıkla iletişime geçmekte, paylaşımlar yapabilmekte ve gündemi anlık takip edebilmektedir. Bu durum, sosyal medya kullanım yoğunluğunu hızlı bir şekilde arttırmaktadır (Ünal, 2015). Yapılan araştırmalar gençlerin çoğunun son yıllarda sosyal medyayı aşırı düzeyde kullandığını göstermektedir (Akyazı ve Tutgun Ünal, 2013; Hazar, 2011; Usluel ve Mazman, 2009). Sosyal medyanın aşırı düzeyde kullanımının kalitesiz uyku, internette kalma süresinin ayarlayamama, akademik başarısızlık ve yüz yüze sosyal etkileşimi kısıtlama gibi çeşitli olumsuzluklara yol açtığı ifade edilmektedir (Andreassen, 2012; Dewald, Meijer, Oort, Kerkhof ve Bögels, 2010).

Sosyal medya kullanım biçiminin bireylerin etkileşim biçimini ve düzeyini arttırdığı ifade edilmekle beraber, öte yandan da aşırı düzeyde sosyal medya kullanımının söz konusu olmasıyla bireylerin ilişkilerinin bu durumdan olumsuz yönde etkilendiği ifade edilmektedir (Ayğar ve Uzun, 2018). Sosyal medya kullanımının aşırı düzeyde olması, sosyal medya alanlarında ve uygulamalarında sürekli olarak çevrimiçi kalma isteği ve bu durumun kişinin hayatının birçok alanını etkileyerek işlevselliğinde azalmaya yol açması sosyal bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Andreassen ve Pallesen, 2014).

Özellikle son yıllarda teknolojinin hızla gelişmesiyle insanların kolayca internete ulaşma imkanının olması, sosyal medyanın aşırı düzeyde

kullanılmasında önemli bir etkisinin olduğu öne sürülmektedir (Şahin ve Yağcı, 2017).

Literatür bulgularında görüldüğü üzere her geçen gün artan sosyal medya kullanımı, bireylerin duygu ve davranışlarında olumsuz etkileriyle öne çıkmaktadır (Ayğar ve Uzun, 2018). Sosyal medya kullanımının bireyler üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla yapılan çalışmalarda aşırı düzeyde sosyal medya kullanımı ile görülen depresyon belirtilerinin ilişkili bulunduğu ifade edilmektedir. Özetle sosyal medya kullanım düzeyi yüksek olan bireylerin depresyon düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmektedir (Lin, Sidani, Shensa, Radovic, Miller, Colditz, Hoffman, Giles ve Primack, 2016). Sosyal medya kullanımının aşırı düzeyde olmasının yaşamın çeşitli alanlarında işlevselliğin bozulmasına ve bazı olumsuzluklara yol açtığı görülmektedir. Söz konusu problemlerin giderilmesi ve önlenmesi için ilişkili görülen değişkenlerin araştırılması önemlidir.

İnsanların sosyal medya kullanım düzeyini etkileyen ve belirleyen değişkenlerden biri sahip oldukları kişilik özellikleridir (Ross, Orr, Sisic, Arseneault, Simmering ve Orr, 2009). Sosyal medya kullanımı ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki hakkında yapılan araştırmalarda belirlenen bulgulardan biri, insanların sahip oldukları kişilik özelliklerinin sosyal medya kullanım tutumlarında belirleyici olduğunu göstermektedir. Literatür bulgularından biri, dışadönük kişilik özelliklerine sahip insanların sosyal medya kullanımının daha fazla olduğunu göstermektedir (Kraut, Kiesler ve Boneva, 2002). Farklı bir araştırma bulgusuna göre sosyal medya kullanımının içedönük kişilik özelliğine sahip bireylerde de fazla olduğu belirlenmiştir (McKenna ve Bargh, 2000). Kişisel bilgilerin gizliliğinin sağlanma imkanının olması bu bağlamda reddedilme, dışlanma vb. durumlara yönelik endişe yaşanmaması bu bulgunun ardındaki nedenlerden biri olabileceği ifade edilmektedir (Pennebaker, 1989).

Sosyal medya kullanımı ile ilişkili bulunan değişkenlerden bir diğeri de bireylerin sahip olduğu bağlanma stilleridir. Bağlanma stilleri, bireylerin sosyal medya kullanımına yönelik tutumunu etkileyebilir.

Facebook veya Twitter gibi sosyal medya uygulamaları aracılığı ile bireyler iletişim ve etkileşim kurmaktadır.Bağlanma stilleri ve sosyal medya kullanımı ilişkisine dair yapılan bir araştırma bulgusuna göre kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin, Facebook kullanımı ile ihtiyaç duydukları iletişim ve ilişkiyi daha rahat biçimde karşılayabildikleri ifade edilmektedir (Andangsari, Gumilar ve Godwin, 2013).

Özellikle son yılların önemli problemlerinden biri haline gelen sosyal medya bağımlılığı bireylerin yaşamının birçok alanını olumsuz yönde etkilemektedir. Söz konusu bu bağımlılığın önlenmesi için ilişkili değişkenlerin belirlenmesi önemli görülmektedir. Bireylerin sahip oldukları bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olabileceği düşünüldüğünden bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

1.2 Araştırmanın amacı

Bu araştırmanın amacı bireylerin sahip olduğu bağlanma stilleri (Güvenli, Saplantılı, Korkulu, Kayıtsız) ve Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Form ile sahip oldukları kişilik özellikleri (dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal denge ve gelişime açıklık) ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca araştırmada cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, çocuk sırası, anne ve baba eğitim düzeyi, anne ve baba çalışma durumu, yaşanılan yer, kullanılan sosyal medya grupları değişkenleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında nasıl bir ilişki olduğunun incelenmesi de amaçlanmaktadır. . Bu amaç doğrultusunda araştırmanın alt problemleri aşağıdaki gibidir.

Üniversite öğrencilerinin bağımlılık düzeyi;

1. Cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Kaçınıcı çocuk olduğu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Nerede yaşadıklarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Eşlerin evli ya da ayrı olmasıyla anlamlı farklılık göstermekte midir?

6. Annenin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
7. Babanın eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
8. Annenin çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
9. Babanın çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
10. Sosyal medya uygulama sayısı anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
11. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri; sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
12. Üniversite öğrencilerinin kişilik yapıları; sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.3 Araştırmanın önemi

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin sahip olduğu bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenerek sosyal medya kullanım yoğunluğuna etki edebilecek değişkenler hakkında literatüre katkı sağlamak amaçlanmıştır. Bu çalışmada elde edilecek bulguların kişilerin çocuklukta kazanmış olduğu bağlanma stillerinin ve kişilik özelliklerinin, sosyal medya bağımlılığının anlaşılmasında ve açıklanmasında faydalı olacağı, bu alanda çalışan terapistler için fikir verici olacağı düşünülmektedir.

1.4 Sınırlılıklar

Bu araştırma sonuçları;

1. Bu çalışmada elde edilecek veriler 2018-2019 yılında İstanbul'da özel bir üniversitede eğitim gören öğrencilerden sağlanan verilerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma örnekleminin büyük çoğunluğunu kadın katılımcılar oluşturmaktadır.

3. Araştırmadan sağlanan bulgular, araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerle sınırlıdır.

1.5 Tanımlar

Sosyal medya bağımlılığı: Sosyal medya bağımlılığı, bilişsel, duygusal ve davranışsal faktörler ile ilerleyerek bireyin yaşamındaki özel ve sosyal alan gibi hayatın birçok alanında çeşitli problemlere yol açan psikolojik bir sorundur (Ünal, 2015). İnternet ve sosyal medyanın aşırı biçimde ya da problemlili olarak kullanılması ve haftanın en az 8,5 ile 21,5 saatinin etkin olarak geçirilmesi bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007; Young, 1988; Yang ve Tung, 2007).

Kişilik: Bireyin kendisinden ortaya çıkan tutarlı davranış örüntüleri ve kişilik içi süreçleridir (Burger, 2006). Kişilik, insanların sahip olduğu fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal özelliklerinin toplamı olarak da değerlendirilebilir (Aiken, 1993).

Bağlanma: Kişilerin yaşamlarında kendileri için değerli olarak gördükleri kişilere karşı oluşturdıkları duygusal bağıdır (Bowlby, 1982).

Bağlanma stili: Bağlanma stilleri kişinin kendini ve diğerlerinin nasıl gördüğünü açıklayan bir kavramdır. Güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olarak isimlendirilen dört çeşit bağlanma stili vardır (Bartholomew, 1990).

2. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1 Sosyal medya

Sosyal medya, günümüzde kitle iletişim araçlarından biri olarak kullanım düzeyi artan uygulamalar arasında yer almaktadır. İnternete ulaşım imkanı olduğunda, sosyal medya kullanım düzeyi de artmaktadır. Sosyal medya, internet ortamında kolay ulaşılabilirliği ve aynı anda birçok kişinin kullanımına açık olması gibi özellikleri sebebiyle kullanım sıklığı sürekli olarak artan bir uygulamadır. Sosyal medyanın, sahip olduğu uygulamalar sayesinde sağlamış olduğu iletişim hizmetinin yanı sıra oyun, alışveriş ve bilgiye ulaşma vb. konularda insanların ihtiyaçları karşılama gibi özellikleri de vardır (İli, 2013).

Kullanımı gün geçtikçe artan sosyal medya ve uygulamaları, insanlara farklı bir iletişim yolu sağlayan web tabanlı bir teknoloji sistemi olarak da tanımlanmaktadır (Cabral, 2011). Sosyal medya, kişilerin bireysel düşüncelerini, fotoğraflarını veya videolarını kısaca yaşamlarına dair tüm ayrıntıları farklı platformlarda paylaşabildiği ve bu paylaşımlar aracılığıyla diğer insanlarla iletişime ve etkileşime geçebildiği bir ortam olarak ifade edilmektedir (Söner ve Yılmaz, 2018).

Sosyal medya, internet aracılığıyla kişilerin sanal ortamda diğer insanlarla bir arada oldukları web tabanlı bir uygulama olarak ifade edilebildiği gibi insanların kendi fikirleri doğrultusunda oluşturabildikleri profiller sayesinde diğer insanlarla iletişime geçerek, farklı içerikte paylaşımlar yapabildikleri bir uygulama olarak da tanımlanabilmektedir (Olgun, 2015).

İnsanlara sunduğu farklı olanaklar aracılığıyla, geleneksel medya olarak ifade edilen radyo, televizyon, gazete, dergi vb. karşısında kısa bir zaman içerisinde etkisini daha da hızlı olarak gösteren sosyal medyanın, sahip olduğu uygulamalarla sadece kişiler arası iletişimi sağlamadığı, oyun, araştırma yapma gibi birçok farklı başlıkları da kapsayarak, insanların ihtiyaç duyabilecekleri hemen her şeyi karşılayabildiği ifade edilmektedir (İli, 2013).

Sosyal medya, insanlara duygu, düşünce ve her türlü deneyimlerini vb. diğer insanlarla son derece hızlı ve kolay bir şekilde paylaşma olanağı sunan yeni iletişim teknolojilerinden biri olarak ifade edilmektedir. Diğer bir ifadeyle Web 2.0 teknolojilerinin aktif olarak kullanıldığı; iletişim organları, internet siteleri olarak da tanımlanan sosyal medya; bireylerin sosyalleşmek için başvurdukları medya aracı olarak da ifade edilmektedir (Vatandaş, 2017). Sosyalleşme, bireyin kendi bireysel kimliğini oluşturmasıyla birlikte, toplumun değer ve kurallarının bireylere öğretilme süreci olarak tanımlanmaktadır. Böylece sosyalleşme sürecinin aktif ve çok yönlü bir süreç olduğu ifade edilmektedir (Bakıroğlu, 2013).

2.1.1 Sosyal medya gelişimi

İnsanlık tarihinde büyük değişikliklere yol açan keşifler olmuştur. Bu yeniliklerin oluşmasında dönüm noktası olarak teknolojik değişiklikler görülmektedir. Teknolojik değişimler sayesinde yaşam koşullarının bazı yönler açısından daha iyi konuma geldiği ve insanların yaşamlarını kolaylaştıracak yeniliklerin oluşmasına imkan sağladığı ifade edilmektedir. İnternet kullanımının başlamasıyla insanların özel ve sosyal yaşamlarının ve iletişim şekillerinin değişmeye başladığı; bu durumun insanlar için vazgeçilemez düzeye ulaştığı belirtilmektedir (Ahmed ve Qazi, 2011).

Gelişen ve gelişmekte olan birçok sosyal medya programının oluşumunun 1997 yılına kadar uzandığını ve My Space programının ilk gelişen programlardan biri olduğu bilinmektedir (Boyd ve Ellison, 2007). Bu programın yerini daha sonra Facebook'un aldığı ardından Twitter, YouTube ve LinkedIn gibi programların geliştirildiğini ve kullanıcıları etkileyerek sosyal medya paylaşımına teşvik ettiğini ifade edilmektedir (Guarnieri, Wright ve Johnson, 2013).

Teknolojik gelişmeler sayesinde sosyal medya da birçok farklılık meydana gelmiştir. İnternetin hızla gelişmesi sonucunda Web 2.0 kullanılmaya başlanmış ve bu sayede internetin kullanım şekilleri değişmeye başlamıştır. Bu sistemin kullanılmaya başlanmasıyla sosyal medya kullanıcılarının daha aktif olarak medyada bulunabildikleri ifade edilmektedir.

İnternetin kullanılmaya başlanmasından sonra, bu platformda bulunan ve paylaşılan her türlü içeriğe ulaşmayı sağlayan sistemi açıklamak amacıyla Web kavramı kullanılmaya başlanmıştır. İlk olarak Web 1.0 kullanılmaya başladığında, kullanıcı ile birebir ilişki içinde olmayan, içeriği yalnızca görsel paylaşımlardan ve metinlerden oluşan bir platform olarak değerlendirildiği ifade edilmektedir. Değişen yaşam koşulları ve teknolojik gelişmeler sonucunda yalnızca bilgi paylaşımının yeterli görülmediğinden ve paylaşılan her türlü içeriğin farklı durumlara göre değişime uygun olması gerekliliğinden bu platformda değişimlerin olması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Bu ihtiyaçların yerinde getirilmesi için Web 2.0 adı verilen sistem kullanılmaya başlanmıştır (Deperlioğlu ve Köse, 2010).

Web 1.0 ve Web 2.0 kullanıcıları arasındaki farklar Tablo 1’de gösterildiği şekilde ifade edilmektedir (Alcatel-Lucent, 2008).

Kullanıcı 1.0	Kullanıcı 2.0
Pasif olarak okuma ve arama yapma	İçerik oluşturma ve paylaşım yapma
Kendi düşüncelerini ifade edememe	Görüş ifade edebilir, içerik değiştirebilir.
Web sayfasında değişiklik yapamaz.	Web sayfasını ve içeriğini değiştirebilir.
İletişim aracı olarak e-posta kullanabilir.	Karşılıklı iletişim programlarını kullanabilir.
İnternete sürekli erişim imkanına sahip değildir.	İnternete sınırsız erişim imkanına sahiptir.

Şekil 1. Web 1.0 ve Web 2.0 Kullanıcılarının Aralarındaki Farklar

Geleneksel medya olarak ifade edilen gazete, dergi, televizyon vb. yayın organları ile sosyal medya arasında ki farklılıklara da dikkat çekilmektedir. Geleneksel medya kullanıcıları yalnızca kendilerine sunulan ile yetinmeleri gerektiği, içerik oluşturma seçeneklerinin olmadığı ve fikirlerini ifade edemedikleri ifade edilmektedir. Bu açıdan geleneksel medya kullanıcılarının daha kısıtlı bir alana sahip oldukları düşünülmektedir. Sosyal medya platformlarında ise her kesimden insanın oluşturulmuş içerik hakkında yorum yapabildikleri, içerik oluşturabildikleri ve paylaşılabildiklerine değinilmektedir. Yeni medya uygulamalarının, istenilen bilgiye istenilen zamanda ulaşabilme ve kaydedebilme seçeneklerine sahip olduğundan geleneksel medyaya oranla daha fazla tercih edildiği de ifade edilmektedir. Geleneksel medya organlarının kişilerin bireysel ihtiyaç ve isteklerine yönelik içerik oluşturmada yetersiz kaldığı düşünülmektedir. Sosyal medya organlarının ise çok yönlü içeriğe sahip olduğu ayrıca geleneksel medya içeriklerini de kullanıcılara sunma imkanı olduğundan kişiler tarafından daha yüksek düzeyde tercih edildiği ifade edilmektedir (İli, 2013; Tokatlı, 2016). Ayrıca bireysel kimliğin keşfedilmesi (Grasmuck, Martin ve Zhao, 2009), sosyal kimlik ve benlik duygusu (Karl, Peluchette ve Schlaegel, 2010) gibi temel gelişimsel durumların sosyal medya programları aracılığıyla oluşturulduğu görülmektedir. Bunlara ek olarak, sadece ergenlerin değil yetişkin bireylerin de Facebook gibi sosyal medya uygulamaları aracılığıyla sosyal çevreleri ile iletişim kurduğu bilinmektedir (Subrahmanyam, Reich, Waechter ve Espinoza, 2008). Artan düzeydeki sosyal medya kullanım oranlarının bazı insanlarda bağımlılık düzeyinde olduğu ifade edilmektedir. Bu açıdan bakıldığında birçok ihtiyacı karşılamasının yanı sıra aynı zamanda eleştirilmektedir (Baz, 2018). Gün geçtikçe yenilenerek insanların yaşamında yer alan internet ve sosyal medya, hemen her insanın hayatını etkilemektedir (Vural & Bat, 2010; Solmaz, Tekin, Herzem & Demir, 2013).

McLuhan (1964)' a göre, teknoloji alanında yaşanan gelişmeler insanların iletişim kurma biçimini de etkilemektedir. Teknolojik araçların nasıl kullanıldığına bağlı olarak iletişim kurma biçiminin değişiminin beraberinde iletişimin içeriğinin de değiştiği ifade edilmektedir.

Ayrıca, bireylerin kişisel istekleri doğrultusunda kullandıkları araçların değişkenlik gösterdiği öne sürülmektedir (Akt, Ünal, 2015).

2.1.2 Sosyal medya bağımlılığı

Bilgisayar ve internet yaşamın her alanında aktif olarak kullanılmaktadır. İnternet ile ilgili uygulamaların farklı birçok cihazda etkin olarak kullanılabilir hale gelmesiyle hemen her yaş döneminde insanlar sosyal medya alanında aktif olmaktadır. Günümüzde internet ve sosyal medya alanındaki uygulamalar hem gençler hem de yetişkinler tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Aynı zamanda çocuklar tarafından da kullanılan ve tüm dünyadaki pek çok ülkede özellikle boş zamanlarda tercih edilen aktivite olarak görülmektedir (Allen, Ryan, Gray, McInerney ve Waters, 2014; Şahin ve Yağcı, 2017).

Sosyal medya kullanımının insanların birbirleriyle olan iletişimlerini ve paylaşımlarını arttırdığı ifade edilmekle birlikte diğer yandan da aşırı düzeydeki sosyal medya kullanımlarının insanların ilişkilerindeki yakınlığı negatif yönde etkilediği de öne sürülmektedir (Aktaran, Ayğar ve Uzun, 2018).

Aşırı düzey olan sosyal medya kullanımı, sosyal medya alanlarında ve uygulamalarında sürekli olarak çevrimiçi kalma isteği ve bu durumun kişinin hayatının birçok alanını etkileyerek işlevselliğinde azalmaya yol açması sosyal bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Andreassen ve Pallesen, 2014). Özellikle son yıllarda teknolojinin hızla gelişmesiyle insanların kolayca internete erişim sağlayabilmesi, sosyal medya kullanımının aşırı düzeylere ulaşan kullanımlarında önemli bir etkisinin olduğu ifade edilmektedir (Şahin ve Yağcı, 2017).

İnternet ve sosyal medyanın aşırı biçimde ya da problemli olarak kullanılması ve haftanın en az 8,5 ile 21,5 saatinin etkin olarak geçirilmesi bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007; Young, 1988; Yang ve Tung, 2007). Bir nesne veya davranışa aşırı düzeyde düşkünlük olarak tanımlanan bağımlılık kavramı genellikle sigara, alkol, uyuşturucu gibi maddelerin kullanımına yönelik olduğu ifade edilmektedir.

Son yıllarda kumar, egzersiz, yeme, uyuma gibi bazı davranışların da bağımlılık yaptığı bildirilmektedir. Benzer durum bilgisayar, internet, çevrimiçi oyun, tablet, mobil telefon gibi teknolojik cihazlar ve uygulamalarda da görülmektedir (Fidan, 2016). Kontrol edilemeyen uygulamalar veya alışkanlık durumu da bağımlılık olarak tanımlanabilir. Bu yönüyle, insanların gelişen teknolojileri kullanma biçimine göre teknolojik bağımlılık kavramı kullanılmaktadır (Turel ve Seronko, 2012).

Nesneye yönelik gelişen bağımlılık davranışının belirli kriterlerinin olduğu ifade edilmektedir. Bu kriterlerden bazıları, kişinin ilgili nesne ile hedeflediği zaman düzeyinden daha fazla kullanması ve o nesne ile aşırı düzeyde zaman harcamasıdır. Bunlara ek olarak kişinin kullandığı nesneyi daha az kullanmayı istemesine rağmen kullanımını azaltmada başarılı olamaması da önemli bulunan kriterlerden biridir. Son olarak kişinin ilgili olduğu nesne kullanımı için sosyal ortamlara katılmaktan kaçınmasıdır (Kubey & Csikszentmihalyi, 2002). Bağımlılık ile ilgili sıklıkla düşünülen sigara, uyuşturucu gibi bağımlılık yapıcı maddelerdir (Çakır, Horzum & Ayas, 2013). Fakat kimyasal maddelere karşı gelişen bağımlılığa ek olarak günümüzde sıklıkla yemek, alışveriş, sosyal medya gibi alanlarda da aşırı kullanım olduğu görülmektedir. Bu durumlarda davranış düzeyindeki bağımlılıklar olarak değerlendirilmektedir (Kim & Kim, 2002).

Dürtüselliğin, doğrudan ve anlamlı bir şekilde sosyal medya kullanımını etkilediği; kişilerde bulunan kontrol eksikliğinin doğrudan sosyal medya kullanımı ile ilişkili olduğu ve bu kişilerin, sosyal medyayı aşırı kullanma eğilimi olduğu ifade edilmektedir. Sosyal medya kullanımının yalnızlığı belirlemede etkili olduğu, sosyal medya kullanımının arttıkça yalnızlığın da arttığı belirtilmesine rağmen bu konuda fikir ayrılıkları da mevcuttur (Savcı ve Aysan, 2016). Sosyal ortamlara katılımdan hoşlanmayan ve yalnız olmayı tercih eden, çekingen kişilerin sosyal medya kullanımı aracılığıyla paylaşım sağladıkları ifade edilmektedir (Conrad ve Greene, 2014). Başka bir yönüyle değerlendirildiğinde sosyal medya kullanımının zaman zaman yaşamın içinden, yaşana bazı sıkıntılardan kaçış amacıyla da kullanılabildiği görülmektedir.

Sosyal medyanın bu sebeple olan kullanımı kişilerin sıkıntılarına karşı sağlıklı olmayan bir başa çıkma mekanizmasıyla yaklaştıklarının ifadesi olarak görülmektedir (Cengizhan, 2005; Ekşi ve Ümmet, 2013; Tekinarslan ve Gürer, 2011).

Teknoloji bağımlılığı, ilgili bağımlılık türlerine göre daha kapsamlı bir kavram olarak tanımlamaktadır. Böylece sosyal medya, televizyon, cep telefonu, internet ve bilgisayar ve oyun bağımlılığı gibi alanlardaki bağımlılıklarda teknoloji bağımlılığının alt alanları olarak görülmektedir (Akt, Ayğar ve Uzun, 2018). Yüksek düzeyde sosyal medya kullanımının, teknoloji bağımlılığın ortaya çıkmasında önemli olan bir faktör olduğu belirtilmektedir (Savcı ve Aysan, 2016). Diğer teknoloji alanlarındaki gelişim ve kullanımı ile karşılaştırıldığında özellikle sosyal medya gelişiminin daha hızlı ve kullanımının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Kang & Schuett, 2013). Yapılan bir çalışmada internete ulaşım imkanı bulunan 40 ülkedeki bireylerin sosyal medya kullanım oranının %76 olduğu belirtilmektedir. Özellikle Facebook, Twitter gibi sosyal medya uygulamalarının tercih edildiği ifade edilmektedir. Sosyal medya kullanım oranını belirlemeye yönelik yapılan benzer bir çalışmada Amerika' da yaşayan insanların sosyal medya kullanım oranının %65 olduğu belirlenmiştir (Akt, Ayğar ve Uzun, 2018). Sosyal medya kullanım oranı ve alanlarının belirlenmesi amacıyla ülkemizde yapılan çalışma sonuçlarına göre internet erişim imkanı bulunan insanların kullanım içeriklerinin %81'ini sosyal medya uygulamalarının oluşturduğu, ikinci sırada ise %70 oranla gazete ve güncel haberlere erişiminin olduğu belirlenmiştir. Bunlara ek olarak %66 oranında bilgi araması, %62 oranında ise sosyal medya paylaşımlarının olduğu ifade edilmektedir (Doğan, 2015).

Ülkemizde bilgisayar kullanım oranlarının yıllara göre değişiminin incelendiği bir çalışmada 2014 yılında bilgisayar kullanım oranının %94,4, 2015 yılında %95,2 ve 2016 yılında ise %95,9 olduğu belirlenmiştir. İlerleyen yıllar boyunca bilgisayar kullanım oranında artış görülürken, internet ulaşımı oranının yakın düzeylerde olduğu ve kullanım oranının %93,7 olduğu ifade edilmektedir (TÜİK, 2016).

İnternet kullanımına ilişkin kadın ve erkekler arasındaki farkları belirlemeye yönelik yapılan bir çalışmada erkeklerin kadınlardan daha çok internet kullandığı belirlenmiştir. Erkeklerin internet kullanım oranının %64,1, kadınların internet kullanım oranının ise %45,9 olduğu ifade edilmektedir (TÜİK, 2016).

Yapılan çeşitli çalışmalarla belirlendiği üzere gün geçtikçe artan sosyal medya kullanımının, insanların yaşamlarının özellikle duygusal ve davranışsal olarak birçok alanında olumsuz etkilerin görüldüğü belirlenmiştir. Böylece sosyal medya bağımlılığı, hakkında çalışmalar yapılan önemli bir kavram olarak öne çıkmaktadır (Ayğar ve Uzun, 2018).

Sosyal medya kullanımının bireyler üzerindeki olası etkileri hakkında yapılan çalışmalarda artan sosyal medya kullanımı ile bireylerdeki depresyon semptomlarının ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Yani, sosyal medya kullanım düzeyi yüksek olan bireylerin depresyon düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmektedir (Lin, ve ark. 2016).

2.2 Kişilik

2.2.1 Kişilik kavramı

Kişilik kavramı sıklıkla kullanılan bir kavram olmasına rağmen soyut özellikler içermesi yönüyle genel ve tek bir tanımı bulunmamaktadır. Fakat yapılan çalışmalarla birlikte içerdiği özellikler ve çeşitli yapılarla açıklanmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Kişilik kavramının günlük dildeki kullanımı daha çok değerlendirici ve betimleyici özellikler içermektedir. Yapılan literatür çalışmalarında kişilik, bireyin kendine özgü olan özelliklerini ifade eden bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Bireyin diğer insanlardan farklı olduğunu gösteren özellikleri içermektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2015; Öztürk ve Uluşahin, 2016). Bireyin yaşam biçimi ve düşünme tarzı, olay ve durumlara karşı verdiği tepkiler gibi birçok özelliğin bütününe ifade etmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2016). Kişilik kavramını açıklamaya ve tanımlamaya yönelik yapılan çalışmalar sonucunda ortak bazı özellikleri öne süren çeşitli tanımlamalar belirlenmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Kişilik kavramı, çeşitli

yaşam olaylarına karşı insanların davranışlarını şekillendiren psikolojik özelliklerimiz olarak tanımlanabilmektedir (Gerring ve Zimbardo, 2012).

Diğer bir ifadeyle kişilik, davranışların gözlemlenmesi ve çıkarımda bulunulmasıyla yapılan bir soyutlama durumu olarak da ifade edilmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Doğum öncesi süreci kapsayan ve doğum sonrasındaki çocukluk döneminde de fiziksel ve psikolojik şartların nasıl olduğuna bağlı olarak şekillenir (Öztürk ve Uluşahin, 2016). Kişilik, hem genetik hem de biyolojik yatkınlıklarla birlikte yaşam içerisinde kazanılan deneyimleri, içinde bulunulan çevreyi içeren çeşitli değişkenlere bağlı olarak gelişen bir süreç içinde oluşmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Buna ek olarak kişilik, gelişim sürecinde kişinin çevresiyle olan etkileşimi ve deneyimi ile belirlenen bir yapı olarak tanımlanmaktadır. Kişilik kavramı kalıcı özelliklerin bir bütünüdür (Öztürk ve Uluşahin, 2016). İnsanların zaman içerisinde tutarlı davranışları ve içsel süreçlerinin ifadesidir (Burger, 2006).

Kişilik kavramı, bireyin kendine özgü olan, ayırt edici davranışlarını göstermektedir. Bir bütün olarak insanın bedensel ve ruhsal özelliklerini içerir. Yaşam boyunca insanların düşünce ve davranışları kişilik yapılarıyla ilişkili olarak değişim göstermektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Bazı kişilik yaklaşımlarında kişiyi bir diğerinden farklı kılan özelliklere odaklanılmaktadır. Örneğin, bazı bireyler daha yaratıcı özelliklere sahip olurken bazı bireyler daha zeki bulunmaktadır. Her insan kendine özgü olan kişilik özelliklerine sahiptir (Hayes, 2011).

2.2.2. Kişilik kuramları

Kişilik kavramının anlaşılması ve tanımlanması amacıyla geliştirilen birçok kuram vardır. Bu kişilik kuramlarından biri olarak Freud' un psikanalitik kuramına göre insanların davranışları içgüdüsel dürtüler ve sosyal yaşamdaki engeller arasında yaşanan çatışmalara göre şekillenmektedir (Şimşek, Akgemci ve Çelik, 2011; Topses ve Bulut Serin, 2012). Gordon Allport tarafından geliştirilen Ayırıcı Özellik Kuramı' na göre kişilik özellikleri benzerlik ve farklılıkların belirlenmesi ve tanımlanmasıyla analiz edilmektedir (Plotnik, 2009). Ayrıca kişilik alanında önemli bulunan kişilik kuramlarından

biri de Robert McCrea ve Paul T. tarafından geliştirilen beş faktör kuramı ve bu kuram ışığında geliştirilen, iki ucu bulunan beş kişilik faktörünün tanımlandığı Beş Faktör Kişilik Modeli'dir (Costa ve McCrae, 1988).

2.2.3 Psikanalitik kuram

Psikanalizin kurucusu olan Sigmund Freud' un görüşüne göre kişiliğin temelini bilinçdışı süreçler oluşturmaktadır. Bu süreçleri açıklamaya yönelik geliştirdiği iki model; Topografik Model ve Yapısal Model'dir. Kişilik yapısının topografik modele göre olan açıklamasında bilinçdışı, bilinçöncesi ve bilinç olmak üzere üç kavramdan bahsedilmektedir. Freud' a göre ruhsal yapımız bu kavramlar ile adlandırılan üç düzeyden oluşmaktadır. Bilinç düzeyi kişinin o an farkında olduğu tüm duyum ve deneyimlerin olduğu düzey olarak tanımlanabilmektedir. Bilinçöncesi düzeyde kişinin o an farkında olmadığı fakat belli bir çaba ile bilince gelebilen deneyimlerin ve bilgilerin olduğu düzeydir. Bilinçdışı ise kişinin bilinçli bir biçimde farkında olmadığı fakat düşünce, duygu ve davranışları üzerinde önemli etkiye sahip olan dürtülerinden oluşmaktadır (Aktaran, Murdock, 2012; İnanc ve Yerlikaya, 2015).

Kişilik yapısını açıklayan yapısal modele göre kişiliği oluşturan üç yapıdan bahsedilmektedir. Bunlar, id, ego ve süperegodur. İd, haz ilkesine göre hareket eden yapı olarak tanımlanmaktadır. Ego, gerçeklik ilkesinin devrede olduğu bir yapıdır. Süpereo ise ahlaki zorunluluklar ve sorumluluklara göre hareket etmektedir. (Aktaran; Murdock, 2012; İnanc ve Yerlikaya, 2015).

Freud kişilik yapısının oluşumunda yaşamın ilk yıllarının önemini vurgulamaktadır. İnsan gelişimini beş ayrı evre ile açıkladığı psikoseksüel gelişim kuramına göre sağlıklı kişilik yapısının oluşumu için saplanma olmadan her bir evreyi sağlıklı biçimde geçmek gerektiği ifade edilmektedir. (Nelson-Jones, 1995).

2.2.4 Ayırıcı özellik kuramı

Gordon Allport, kişiliği, bireyin kendine özgü olan düşünce ve davranışlarını etkileyen sistemlerin dinamik örgütlenmesi olarak tanımlamaktadır (Allport, 1961). Gordon Allport tarafından geliştirilen Ayırıcı Özellik Kuramı' na göre

kişilik özellikleri benzerlik ve farklılıkların belirlenmesi ve tanımlanmasıyla analiz edilmektedir (Plotnik, 2009).

Allport' un Ayırıcı Özellik Kuramı'na göre kişiliğin gelişimi sürecinde insanlar üzerinde bırakılan etkinin ve onlardan gelen tepkilerin önemli değişkenler oldukları ifade edilmektedir. Buna karşın yalnız yaşayan bir kişinin de kişilik gelişimini sürdürdüğü belirtilmekte ve bu yönü kalıtımla açıklanmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2015).

Ayırıcı özellik (trait) kavramı, bir kişinin belli bir kişilik özelliğini hangi miktarda gösterdiği ile ilişki olarak bireyi sınıflandıran bir kişilik boyutunu ifade etmektedir. Bu kuram iki varsayımdan temel almaktadır. Birincisi kişilik özelliklerinin zaman içinde değişkenlik göstermemesi ve koşullar içinde kararlılık göstermesidir. Örneğin, içedönük özellikler gösteren bir birey, yaşam sürecinde benzer özellikleri tutarlı biçimde göstermeye devam etmektedir. Ayrıca sahip olunan kişilik özelliklerinin farklı koşullarda da tutarlılık gösterdiği ifade edilmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2015).

Allport, ayırıcı özellikleri tanımlamak için 8 ana kriter öne sürmüştür. Bu kriterlerden ilki, her bireyin kişiliğinin genelleşmiş davranış eğilimlerine sahip olduğu görüşüdür. Ayırıcı bu kişilik özelliklerinin içerdiği genelleşmiş yapılar alışkanlıklardan farklıdır. Bir diğer kriterde ifade edilen ayırıcı özelliklerin dinamik bir yapı olduğudur. Yani, ayırıcı özelliklerin kişiyi ortaya çıkaracağı davranış için güdülediği ifade edilmektedir. Öne sürülen kriterlerden biri de ayırıcı özelliklerin kanıtlanabilir olduğudur. Direkt olarak görülmesi dahi kişinin davranışlarının gözlemlenmesiyle belirlenebilmektedir. Ayrıca, ayırıcı özelliklerin birbirinden kısmen bağımsız olduğu ifade edilen bir diğer kriterdir. Ayırıcı özelliklerin ahlaki yargılar ile aynı anlama gelmediği de Allport tarafından öne sürülen kriterlerden biridir. Bu kriterlere ek olarak, ayırıcı özelliklerin hem bireysel hem de genel olarak toplumdaki sıklığının çeşitli ölçme araçları ile belirlenebilmesi yönüyle evrensel yönünün olduğu ifade edilmektedir. Son olarak belirtilen sekizinci kriterde, bireyin sahip olduğunu kişilik özellikleriyle birlikte uyumsuz görünen alışkanlıkların bulunması da söz konusu olabilmektedir. Örneğin, bir birey evinde titiz ve düzenli olmasına karşın aynı özellikleri çalışma ortamında görülmeyebilir. Fakat bu durum o

kişilik özelliğine sahip olunmadığının ifadesi olarak düşünülmemektedir (Allport, 1966).

2.2.5 James Masterson Kişilik Kuramı

James. F. Masterson ise sağlıklı bir birey olmanın; Kendilik ve nesne sürekliliğine gidilen bir süreçte, gerçek kendilik kapasitelerine ulaşmakla gerçekleştiğini söylemektedir. Bu gerçek kendilik kapasiteleri; Kendiliğinden olma, duygu canlılığı, kendilik aktivasyonu, kendine saygıyı sürdürme, acı veren duyguları yatıştırma, kendilik devamlılığı, kendini adanmak ve adanmak, otonomi, samimiyet, yaratıcılıktan oluşur. Sağlıklı bir gerçek kendiliği olan birey, bir süreklilik ve denge sağlamıştır. Başkalarıyla ve kendilik deneyimiyle olgunlukla bağlantılıdır, ayrıca kendilik düzenleyici kapasite ve algıya sahiptir. Bu duruma göre insanın kişilik ve kendilik kapasitesi yaşamdaki her alana yansıyan bir sürece dönüşür (Masterson, 2008).

Bağlanma kuramcılarına göre sağlıklı birey olmanın; güvenli bağlanma ilişkisi yaşayabilmek diyebiliriz. Güvenli bağlanma tarzına sahip yetişkin bir birey, ilişkilerinde bağlanmaya önem verir. Başkalarıyla tutarlı, tarafsız, güvenli bir ilişki deneyimi içerisindedirler. İlişkilerinde, hem kendisinin hem de karşısındaki kişiyle ilgili duygu ve düşüncelerini gerçekçi bir şekilde değerlendirir ve karar verir (Masterson, 2008).

2.2.6. Margeret Mahler Kuramı

Mahler' e göre yeniden yakınlaşma evresi olan 15-26. Aylarda annesi ile olan ilişkisi ambivalans şeklinde davranışlara dönüşür. Bir taraftan yeni kazandığı özerkliği özgürce kullanmak isteyen çocuk, diğer taraftan ise uzaklaştığında annesinin sevgisini yitireceği kaygısını yaşar. Bu ikilem çocukta kaygılı çatışmaya sebep olur. Çocuk, hızlı bireyleşme aktivite davranış yetileri ortaya koyduğu süreci devam ettirirken ayrı oluşunun daha çok farkına varır. Bir taraftan ayrı olmak ister, bir taraftan annesinden uzaklaşmak istemez ancak annenin çocuğun içinde bulunduğu bu ikircikli durumu fark edip çocuğun kendi özgürlüğünü keşfetme, fark etme ve kendi özerklik yetisinin gelişmesine destek vermesiyle çocuk, uzaklaşabilme potansiyelini sağlıklı ayrışma durumuna dönüştürür ve bu durum onun kendiliğini gerçekleştirmesine sebep olur. Ne kadar zorlarsa zorlasın anne ile bebek

artık etkin biçimde ikili bir birlik işlevi göremezler. Anne, baba ile tüm güçlü duyumunu artık sağlayamaz.

Çocuk artık anne ve babasıyla ayrı bireyler olduklarını, bazen çıkarlarının farklı olacağını hisseder ve fark eder. Gerek ebeveynleriyle ilgili, gerekse kendisinin yaşadığı büyüklük duygusunun tam bir güçlülük duygusunun gerçek olmadığına farkına varır. Annenin çocuğunu serbest bırakabilmesi, keşif ve paylaşımlarına karşılık verebilmesi çok önemlidir. Sözlü iletişim başlar. Annenin coşkusal eşliği ikinci ve üçüncü yılın başlarında çocuğun düşünce süreçlerinin, gerçeklik sınavasının ve başa çıkma davranışının zenginleşip serpilmesini sağlar. Bu süreç çocuğun dünyayı gerçek anlamıyla baş edilmesi gereken zorluklar, heyecanlarla dolu bir süreç olduğunu içsel olarak da hissetmesiyle güvenli bağlanma sürecini tamamlar. Eğer anne çocuğun bireyleşme sürecinde onun kırılmalarına eşlik ederek yatıştırmazsa, özerklik yeti ve işlevlerini ortaya koyduğunda coşkulu takdir eden bir pozisyonda olmazsa; çocuğun saldırgan ve libidinal duygulanımları birbirinden ayrılır. Çocuk kendini ve diğerlerini ya iyi ya da kötü olarak görmeye devam eder. İyi ya da kötü olarak değerlendirmesi, her durumun mutlaka ya iyi ya da kötü olarak görmesine neden olur ancak gerçekte her durumun içinde hem iyi hem kötü yanların olabileceğini düşünemez. Gelişimsel olarak kendini ve insanları olumlu olumsuz özellikleriyle bir bütün olarak görebildikleri, kendilik saygınlığının olduğu bütünleşmiş kendilik ve nesne tasarımıyla olduğu olgun bir yapıya geçemezler. Anne-çocuk arasındaki bu sürecin, olumlu-olumsuz, bilinçli yada bilinçsiz şekilde pekiştirilmesi güvenli ve güvensiz bağlanma sürecini etkileyen en önemli dönem olduğu vurgulanmaktadır (Mahler ve ark., 2003).

2.2.7 Beş faktör kişilik modeli

Kişilik özellikleri alanında Allport ile başlayan çalışmalar, Cattell ve Eysenck ile devam etmekle beraber 1970 li yılların sonundan itibaren Robert McCrea ve Paul Costa tarafından yapılan çalışmalarla yeni bir noktaya ulaşılmıştır. Bu çalışmalarda, kişiliğin yapısını incelemeye yönelik faktör analizini kullanmışlardır (İnanç ve Yerlikaya, 2015). Robert McCrea ve Paul T. Costa tarafından geliştirilen beş faktör kuramına göre kişiliği tanımlayan ve iki ucu

bulunan beş kişilik faktörü belirlenmiştir. Bu faktörlerin ilki hayat dolu, heyecanlı, neşeli gibi kişilik özelliklerini kapsayan “Dışadönüklük-İçedönüklük” faktörüdür.

İkinci faktör, dürüstlük, alçakgönüllülük, güven gibi alt boyutlar ile açıklanan “Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık” faktörüdür. Beş faktör kuramına göre belirlenen kişiliği tanımlayan üçüncü faktör ise “Sorumluluk-Dağınıklık” faktörüdür. Dördüncü faktör, “Duygusal Denge-Dengesizlik” olarak belirlenmiştir. Beşinci faktör ise, “Gelişime Açıklık-Gelişmemişlik” olarak ifade edilmektedir (Costa ve McCrae, 1985). Kişiliği oluşturan beş faktöre ait temel özellikler aşağıdaki şekilde görülmektedir (Ateş, 2009).

Düşük Puan Özellikleri	Büyük Beşli			Yüksek Puan Özellikleri
Mesafeli, ciddi, dikkat çekmeyen, yalnızlığı seven, kararlarını başkalarına dayandırmayan	İçedönük	Dışa Dönüklük	Dışadönük	Canlı, girişken, sosyal, hareketli, coşkulu, rahat, doğal, iyimser
Bağımsız, uyanık, mücadeleci, tepkisel, şüpheli, kendini düşünen	Dik Başlı	Yumuşak başlılık	Yumuşak Başlı	Çatışmadan kaçınan, hassas, merhametli, geçimli, sakin
Esnek, plansız, çabuk karar veren, fevri, kurallara çok bağlı olmayan	Düşük Sorumluluk	Sorumluluk	Yüksek Sorumluluk	Düzenli, planlı, amaçlı, tedbirli, sorumluluk sahibi
Kendine güvenli engellerle başa çıkmada etkili, sakin, uyumlu, telaşsız	Tutarlı Duygusal Durum	Nevrotizm	Değişken Duygusal Durum	Hassas, dirençsiz duygusal, fevri endişeli, gergin, ,
Muhafazakar, yeniliğe dirençli, ince düşünmeyen, ilgi alanları sınırlı, geleneksel	Somut pratik	Deneyime Açıklık	Deneyime Açık	Analitik düşünen, ilgi alanları geniş, yeniliğe açık

Şekil 2. 5 Faktör Modelindeki Temel Faktörler

2.2.7.1 Dışadönüklük-İçedönüklük

Dışadönüklük kişilik faktörü temel olarak heyecanlı, neşeli ve girişkenlik gibi kişilik özelliklerini içermektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Dışadönüklük faktörünün, baskınlık ve aktivite ile karakterize olduğu ifade edilmektedir (Goldberg, 1992). Dışadönüklük faktörü özelliklerine sahip olan bireylerin, daha sosyal ve insanlarla birlikte olmaktan keyif alan bireyler oldukları ifade edilmektedir. Dışadönük olarak nitelendirilen insanlar, güçlü olma ve liderlik gibi kişilik özelliklerine de sahip olabilmektedirler (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

McCrea ve Costa (2003)'e göre dışadönüklük faktöründen alınan puanları yüksek düzeyde olan bireylerin sevecen, sosyal ve aynı zamanda şakacı bireyler oldukları ifade edilmektedir (Akt, İnanç ve Yerlikaya, 2015).

İçedönüklük faktörü, dışadönüklük faktörünün tersi özellikleri ifade etmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Dışadönüklük faktöründen düşük düzeyde puan alan bireyler içedönüklük faktörü kişilik özellikleri göstermektedirler. Dışadönük bireylere göre daha çekingen, mesafeli ve yalnız olmayı seven bireyler oldukları belirtilmektedir (Akt, İnanç ve Yerlikaya, 2015).

2.2.7.2 Yumuşak Başlılık-Düşmanlık

Yumuşak Başlılık faktörü, kibar, güven veren, yumuşak kalpli ve şefkatli vb. kişilik özelliklerini içermektedir (Costa, McCrae ve Dye, 1991). Başkalarını düşünen, verici, sıcak ve anlayışlı gibi özellikleriyle ifade edilen yumuşak kalplilik alt boyutuna sahip olan yumuşak başlılık faktörü, aynı zamanda sakin, soğukkanlı, eleştiriye açıklık gibi kişilik özelliklerini içeren sakinlik alt boyutu özellikleri ile tanımlanmaktadır. Yumuşak başlılık faktörü yüksek olan bireylerin bahsedilen özelliklere sahip olabileceği ifade edilmektedir. Yumuşak başlılık faktörünün diğer ucu olan Düşmanlık faktörü zıt özellikler ile tanımlanmaktadır (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

McCrea ve Costa (2003) çalışmalarında, yumuşak başlılık faktörünün uysallık ve acımasızlık olmak üzere iki kavram üzerinde sürekliliği olan bir noktada olduğunu ifade edilmektedir. Bu faktörden yüksek puan alan bireylerin yardımsever, cömert ve iyi huylu insanlar olarak tanımlandıkları; düşük puan

alan bireylerin ise şüpheli, kolay öfkelenen ve düşmanca bireyler oldukları ifade edilmektedir. Yumuşak başlılık faktöründen yüksek puan alan kişilerin başkalarıyla işbirliği kurmaya eğilimli ve açık olan, düşük puan alan kişilerin daha çok rekabete eğilimli kişiler oldukları belirtilmektedir (Akt, İnanç ve Yerlikaya, 2015).

2.2.7.3 Öz Denetim/Sorumluluk-Yönsüzlük/Dağınıklık Faktörü

Öz Denetim-Yönsüzlük faktörü düzenlilik, sorumluluk, kurallara bağlılık ve heyecan arama alt boyutlarını içermektedir. Bu boyutlar ile ifade edilen özellikler düzenlilik için titiz, ayrıntıcı ve programlı gibi kişilik özellikleridir. Sorumluluk alt boyutunun içerdiği özellikler amaçlı, sorumluluk sahibi, güvenilir ve başarı motivasyonu yüksek olan kişilerin özelliklerini ifade etmektedir. Öz Denetim faktörü alt boyutlarından biri de kurallara bağlılık boyutudur. Ağırbaşlı, otoriteye bağlı, temkinli ve geleneksel gibi kişilik özelliklerini içermektedir. Heyecan arama alt boyutu ise maceracı, aklına geleni yapan, çılgın gibi kişilik özellikleriyle tarif edilmektedir. Öz Denetim faktörünün diğer ucu olan Yönsüzlük/Dağınıklık faktörü zıt özellikler ile tanımlanmaktadır (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Bu faktörden düşük puan alan bireylerin dikkatsiz, hedefsiz ve sorumluluklarından kaçan kişiler olarak tanımlanmaktadır (Akt, İnanç ve Yerlikaya, 2015).

2.2.7.4 Duygusal Denge-Dengesizlik Faktörü

Duygusal Denge-Dengesizlik Faktörü, aynı zamanda nörotisizm olarak da ifade edilebilmektedir. Kaygılı, kendisiyle uğraşan ve öfkeli gibi özellikler bu faktörün temel özellikleri olarak görülmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Bu faktörden alınan puanları yüksek düzeyde olan bireylerin sürekli olarak karışık hisleri ile ilgili olmaları sebebiyle, takıntılı düşünceler ile birlikte öfkeli davranışlarda gösterebilmektedirler (Amirkhan, Risinger ve Swickert, 1995; Matthews, Derryberry ve Siegle, 2000). Duygusal Denge faktörü endişeye yakınlık ve kendine güven alt boyutlarının özelliklerini içermektedir. Endişeye yakınlık boyutu, gergin, kaygılı aynı zamanda kolay incinen ve başkalarının onayına ihtiyaç duyan kişilik özelliklerini ifade etmektedir. Kendine güven boyutu, kararsız, güvensiz ve kendinden emin olmayan kişilik özelliklerini ifade etmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

McCrea ve Costa' nın çalışmalarına göre nörotisizm faktöründen alınan puanı yüksek olan kişilerin kendine acıyan ve duygusal bireyler oldukları ifade edilmektedir. Stresle bağlantılı bulunan ruhsal bozukluklara daha yatkın olan bireylerdir.

Nörotisizm faktöründen düşük puan alan kişiler daha sakin ve rahat kişilik özelliklerine sahip olan bireylerdir (Costa ve McCrae, 1988).

2.2.7.5 Gelişime Açıklık/Zeka-Gelişmemişlik Faktörü

Beşinci faktör olarak Gelişime Açıklık/Zeka-Gelişmemişlik Faktörü, yapılan çalışmalar sonucunda araştırmacıların fikir birliğine varmakta zorlandıkları bir faktördür. Bazı çalışmalarda zeka olarak adlandırılırken, bazı çalışmalarda da kültür olarak adlandırılmaktadır. Kimi çalışmalarda ise deneyime açıklık olarak adlandırıldığı ifade edilmektedir. Bu faktörün temel özellikleri arasında meraklı, yaratıcı, geleneksel olmayan ve açık fikirlilik gibi kişilik özellikleri bulunmaktadır (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

Gelişime açıklık faktörü analitik düşünme, yeniliğe açıklık ve duyarlılık boyutlarını içermektedir. Analitik düşünme alt boyutu, irdeleyici, düşünen ve zeki gibi kişilik özellikleri ile tanımlanmaktadır. Yeniliğe açıklık alt boyutu ise değişikliği seven, farklı düşüncelere açık olan ve zgr düşünceli kişilik özellikleri ile ifade edilmektedir. Duyarlılık alt boyutu, ince ruhlu, duygulu ve nazik gibi kişilik özelliklerini içermektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Costa ve McCrea (2003) alışmalarında da ifade edildiği üzere, bu faktörden yüksek puan alan bireylerin geleneksel değerleri sorgulamaya yatkın olan, bağımsız düşünen bireyler oldukları ifade edilmektedir. Gelişime açıklık faktöründen düşük puan alan bireylerin ise geleneksel düşünme ve yaşam tarzını benimsemiş olan, yenilikleri tercih etmeyen, daha çok alışkanlıklarını sürdürmeye eğilimli olan bireyler oldukları düşünülmektedir (Akt, İnanç ve Yerlikaya, 2015).

2.2.3 Kişilik zellikleri ve sosyal medya bağımlılığı

Bireylerin bilgisayar oyunlarına yönelik ilgileri ve kullanım düzeyleri hem sahip oldukları kişiliğe bağlı olarak bireysel ilgileri doğrultusunda hem de oyunun yapısı ve özelliklerine göre değişkenlik göstermektedir.

Örneğin, oyunların gerektirdiği beceriler farklılaşmaktadır. Bu yönüyle bazı oyunlar kişilerin karmaşık becerilere sahip olmasını gerektirirken bazı oyunlarda daha fazla tecrübeye sahip olmayı gerektirebilmektedir (Hayes, 2011).

Bireylerin sosyal medya kullanım düzeyini etkileyen birçok değişken mevcuttur. Yapılan çalışmalarda bu değişkenlerden birinin de kişilik özellikleri olduğu belirlenmiştir. Sahip olunan kişilik özelliğinin sosyal medya kullanımında önemli bir etken olduğu ifade edilmektedir (Ross, Orr, Sisic, Arseneault, Simmering ve Orr, 2009).

Bireylerin sosyal medya ve internet kullanımlarının daha çok sosyal iletişim sağlama ve eğlence ihtiyaçlarını karşılama amaçlı olduğu ifade edilmektedir. Bu yönüyle bireylerin kişilik özellikleri ile bağlantılı olarak görülen iletişime geçme ve sosyalleşme gibi ihtiyaçları aracılığıyla bireylerin sosyal medya kullanımları belirlenmektedir (Levin ve Strokes, 1986).

Kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik yapılan çalışmalarda sıklıkla beş faktör kişilik özellikleri tercih edilen modeller arasındadır. Beş faktör kişilik özellikleri ve sosyal medya kullanımı ile ilgili yapılan bir çalışmada nevrotizm faktöründen yüksek puan alan bireylerin sosyal medyada şahsi bilgi paylaşımlarının daha düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir (Ross ve ark., 2009). Yapılan bir diğer çalışma sonucuna göre nevrotizm faktöründen alınan puan düzeyi yüksek olan bireylerin düşük olan bireylere kıyasla daha fazla sosyal medya paylaşımında bulundukları belirlenmiştir (Amichai-Hamburger ve Vinitzky, 2010).

Sosyal medya kullanımı ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalarda öne çıkan görüşlerden biri, bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerinin sosyal medyadaki davranışları üzerinde de belirleyici bir rol oynadığını belirtmektedir. Örneğin dışadönük olan bireylerin içedönük olan bireylere kıyasla sosyal medya üzerinden iletişime geçme davranışları gösterme durumlarından keyif aldıkları, içedönük bireylerin ise böyle durumlara karşı çekingenlik gösterdikleri ifade edilmektedir (Hojat, 1982). Belirtilen görüşe göre, sosyal medyanın diğer kişilik özelliklerine kıyasla

dışadönüklük kişilik özellikleri gösteren bireylerin daha sık kullandıkları öne sürülmektedir (Kraut, Kiesler ve Boneva, 2002). Sosyal medya kullanımı ile ilgili öne sürülen bir diğer bir görüşe göre sosyal medya alanının içedönüklük kişilik özelliği gösteren bireylerin kullanımına yönelik olduğu ifade edilmektedir (McKenna ve Bargh, 2000).

Bu görüşün sebeplerinden biri sosyal medya ortamında bireysel kimliğin gizliliğinin sağlanabilmesi durumunun kişinin tercihinde olmasıdır. Böylece içedönük bireylerin dışlanma, kabul görmeme gibi endişeleri yaşamadan kendilerini ifade edebildikleri ileri sürülmektedir (Pennebaker, 1989).

2.3 Bağlanma

2.3.1 Bağlanma kavramının tanımı

İnsan gelişimi ile ilgili konular içinde bağlanma kuramlarına çok önem verilmektedir. İnsanoğlu doğduğu andan itibaren başkalarına ihtiyacı olmadan yaşamını sürdürebilecek duruma gelmesi için uzun bir süreçte ihtiyaç duymaktadır. Başlangıçta ihtiyaçlarını kendi başına sağlayabilmesi ve kendini koruyabilmesi için diğer insanların yardımına ihtiyaç duymaktadır. Bu aşamada bireyin yaşamına devam edebilmesi için bağlanma sistemi çok daha önemli bir konumda yer almaktadır (Çelik, 2018; Gültekin ve Arıcıoğlu, 2017; Kraemer, 1992).

Bağlanma davranışı bireylerin, yakın hissettiği kişiler ile temas halinde olması ve bu teması korumak için geliştirdiği davranış biçimleri olarak tarif edilebilir. Bu davranış örüntüsü kişi kendini güvende hissetmediğinde ve korktuğu zamanlarda daha belirgin olmakta ve bireyin kendini güvende hissetmesine yardımcı olmaktadır. Bağlanma davranışının, kişiyi güvende hissettirdiği düşünüldüğünden dolayı, ilişkiye devam etme noktasında insanları cesaretlendirmektedir (Bowlby, 2014).

Bağlanma biçimi hayatın erken aşamalarında şekillenen ve süreklilik gösterdiği ifade edilen, kişinin diğer insanlarla nasıl ilişki kuracağını belirleyen bir fenomendir. Bu durum yaşayan tüm canlılarda görülen bir olgudur. Bağlanma doğum öncesi süreçte başlamakta; sadece çocukluk dönemi ile sınırlı kalmayarak yaşamın tüm sürecinde devam etmektedir. Bu süre içinde

bağlanma süreci devam ederken, değişen sadece bağlanmanın ifade edilışıdır. İlk dönem oluşan anne çocuk bağlanma biçimleri, kişinin ilerleyen yıllarda kuracağı ilişki örüntülerini etkilemektedir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011; Özsoy, 2015).

Bebeklik dönemi çocuğun her alanda hızla gelişti bir dönem olarak görüldüğünden bu dönemde çocuğun sadece fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasının yeterli olduğu düşünölmemektedir. Bu dönemde başkasının varlığına ihtiyaç duyan bebek, bakım veren kişiye bağımlıdır ve bebeğin bu kişi ile kurduğu bire bir ilişki zihinsel ve duygusal gelişim açısından çok önemlidir. Bağlanma, yaşamın ilk yıllarında her açıdan bakım verene bağımlı olan bebeğin, bakım veren ile ilişki kurması ve bu kişiye yakınlık göstermesi ile belirginleşen devamlılığı olan duygusal bir bağ olarak tanımlanabilir (Pehlivanürk, 2004; Tüzün ve Sayar, 2006).

2.3.2 Bağlanma kuramı

Erken çocukluk döneminde, aile sistemindeki ilişkilerinin kişinin gelişimini, diğer insanlarla ilişkilerini ve psikolojik uyumunu etkilediği konusunda genel bir düşünce vardır. Bu düşünce bağlamında yapılan katkılar, Bowlby'nin çocuğa temel bakım veren kişi ile çocuk arasında kurulan bağlanmanın (attachment) çocuğun normal gelişimi için oldukça önemli olduğunu destekleyen araştırma sonuçları gösterilebilir (Crockenberg, Lyons-Ruth, Dickstein, 1993).

Bowlby'nin bağlanma kuramı, çocukların fizyolojik ihtiyaçları karşılanısa dahi temel bakım verenlerinden ayrı kaldıklarında ortaya koydukları duygusal davranışların gözlenmesiyle ortaya çıkmıştır (Ece, 2015).

Bowlby'e göre çocuk ile temel bakım veren kişi arasında bağlanmanın oluşmasında ki nedenler olarak; a) insanları ve hareket eden cisimleri yönelme eğilimi, b) çocukların sıklıkla gördükleri kişileri diğer insanlardan ayırt etmeyi öğrenme, c) yakın hissettiği kişilere yakınlaşma ve diğer insanlardan uzak durma eğilimi, d) beklenen sonuçlara yol açan davranışları öğrenme eğilimi gösterilebilir (Bowlby, 1969, 1973).

John Bowlby'nin geliştirdiği bağlanma kuramı, yaşamın devamlılığını sağlamak için zorunlu olan, ilk olarak ebeveynler olmak üzere önemli

başkalarıyla kurulan derin duygusal bağın hayat boyunca önemine vurgu yapan bir yaklaşımdır (Bowlby, 1969, 1973).

Bağlanma kuramı, hayatın ilk aşamalarında, her türlü yardıma ihtiyacı olan çocuğun bakım verenlerle kurduğu ilişkilerin kalitesinin, ilerleyen dönemlerde kişinin duygu düzenleme becerilerini, kurduğu ilişkilerdeki beklentilerini ve davranışlarını önemli ölçüde etkilediğini ifade etmektedir. Bağlanma kuramı, erken dönem kurulan ilişki örüntülerini açıklamaya çalıştığı gibi ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde kurulan yakın ilişki dinamiklerini ve duygu düzenleme stratejilerini de anlamak için kullanılan bir kuram olarak değerlendirilmektedir (Hazan ve Shaver, 1994; Mikulincer, Shaver, 2007; Sümer, 2006).

Bowlby, bağlanmanın hayatın başlangıcından sonuna kadar devam eden, yaşam boyu bir süreç olduğunu ve erken yaşlarda oluşan zihinsel modellerin çok fazla değişime uğramadan yetişkinlikte de işlev gördüğünü ileri sürmektedir (Bowlby, 1973, 1979). Bowlby'ye göre erken dönem bağlanma ilişkileri, "benlik ve başkaları modelleri" olarak isimlendirilen zihinsel modeller aracılığı ile daha sonraki dönemlere aktarılırlar. Benlik modeli, bağlanma kişisiyle kurulan etkileşimi temel alarak, kişinin kendisini sevmeye ve bakım verilmeye değer biri olup olmadığına ilişkin duygularını ve bilişlerini içerir. Başkaları modeli ise başta yakın insanların, özellikle de bağlanma kişinin, ulaşılabilir, güvenilir ve duyarlı olduğuna ilişkin duygu ve bilişleri içerir (Bowlby, 1973).

2.3.3 Bartholomew' in dörtlü bağlanma modeli

Bartholomew' in çocuklar ve yetişkinler ile yaptığı çalışmalarda kaçınan bağlanma stiline sahip olarak nitelendirilen bireylerin farklı davranış stilleri sergiledikleri ifade edilmektedir. Yaşadıkları yakın ilişkilerini önemli bulmayan ve diğerleri ile ilişkilerinde yaşadıkları çatışma ve gerginlik durumlarını yok sayan kişiler ile diğer insanlar ile yakınlık kurmaktan kaçınan ve genel olarak ilişkilerinde endişe içinde olduklarını ifade eden bireylerin farklı bağlanma stillerine sahip oldukları düşünülmüştür.

Bartholomew, öne sürdüğü bu farklılıklardan yola çıkarak bağlanma stillerini yeniden tanımlamıştır (Bartholomew, 1994; Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bowlby' e göre bağlanma figürü olan model ile benlik modeli birbirine karşı tamamlayıcı bir işlev görmektedir. Aynı zamanda birbirlerini destekleyerek gelişim göstermektedirler (Bowlby, 1973). Bu kavramlar ve arasındaki ilişkiyle bağlantılı olarak diğerleri ve benlik modelinin bağlanma stillerindeki önemli belirleyiciler arasında olduğu ifade edilmektedir (Bartholomew, 1994; Bartholomew ve Horowitz, 1991). Olumlu benlik modeli kişinin diğerlerinden bağımsız olarak özsaygısının olması; olumsuz benlik modeli ise kişinin özsaygısının düşük olması ve diğer insanların onayına ihtiyaç duyması durumu ile ifade edilmektedir. Başkaları modelinin olumlu olması onların güvenilir bulunmasına dair beklentileri içermektedir. Bu yönüyle kişinin yaşamındaki yakın ilişkide olduğu insanların desteğine ihtiyaç duyma gibi davranışlarını şekillendirir. Söz konusu modelin olumsuz olması durumunda ise kişinin yakın ilişki kurmaktan kaçındığı, sosyal ilişkilerinde desteğe ihtiyaç duyduğunu veya destek verebileceğini ifade etme konusunda duyarsızlık gibi durumların görüldüğü ifade edilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Feeney ve Noller, 1994; Griffin ve Bartholomew, 1994).

Kişinin, olumlu ya da olumsuz benlik modeli ve olumlu ya da olumsuz başkası modelinin özdeşleştirilmesi ile dört farklı bağlanma stili kavramsallaştırılmaktadır. Şekil 1' de her iki boyutun kombinasyonu ile oluşan dört bağlanma stili görülmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Güvenli bağlanma stilinde benlik ve başkaları modelinin olumlu olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin kendilerine dair olan olumlu algısı, kişinin çevresindeki diğer insanların değerli ve güvenilir olduğuna yönelik olumlu algısıyla birleşmektedir. Bu sebeple güvenli bağlanma stiline sahip bireyler insanlarla yakınlık kurma ve aynı zamanda özerk olma konusunda başarılıdırlar. Saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerde benlik modelinin olumsuz, başkaları modelinin ise olumlu olduğu görülmektedir. Tanımlanan bu bağlanma stilinde, kişinin kendisine dair olan algısının değersizlik duygularını; başkalarına olan algısının ise daha pozitif duyguları içerdiği ifade edilmektedir.

Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler ilişki içinde oldukları insanlara karşı sıklıkla, kendini kabul ettirmeye yönelik davranışlar göstermekle beraber, ilişkilerine takıntılı olan bireylerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Dörtlü Bağlanma Modeli' nde saplantılı bağlanma stili, Hazan ve Shaver' ın modelindeki kaygılı bağlanma stili olarak tanımlanan boyut ile benzer özellikler göstermektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

	BENLİK MODELİ	
	Olumlu (düşük)	Olumsuz (Yüksek)
BAŞKALARI MODELİ Olumlu (düşük) Olumsuz (Yüksek)	(I) GÜVENLİ Samimiyet ve özerklik ile rahat	(II) SAPLANTILI İlişkilere takıntılı
	(IV) KAYITSIZ Samimiyete karşı kayıtsız ve karşıt- bağımlı	(III) KORKULU Samimiyette korkan ve sosyallikten kaçınan

Şekil 3. Yetişkin Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991)

Korkulu bağlanma stilinde, hem benlik modeli algısının hem de başkaları modeli algısının olumsuz olduğu ifade edilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu açıdan korkulu bağlanma stilinde, güvenli bağlanma stilinin tam zıttı özellikler görülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin insanlarla olan ilişkilerinde samimiyet kurmaktan korkan ve sosyal ilişkilerden kaçınan bireyler oldukları ifade edilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Kayıtsız bağlanma stilinde benlik modelinin olumlu, başkaları modelinin olumsuz nitelikte olduğu görülmektedir. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin ilişkilerdeki samimiyete karşı kayıtsız kalmakla birlikte, kendi özerklik durumlarını da abartılı biçimde önemli bulmaktadırlar (Bartholomew, 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.3.4 Bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki

İnternet bağımlılığının riskini arttıran özellikler olarak erkek olmak, internet kullanım süresinin fazla olması, güvensiz bağlanma stili ve akademik performanstan duyulan memnuniyetsizlik ve depresif belirtiler gibi özellikler gösterilmektedir.

Ailede elde edilen özerklik duygusu ve akran gruplarından sağlanan destek önemli bir durumdur. Güvenli bağlanma stiline sahip üniversite öğrencileri ile güvenli olmayan bağlanma stiline sahip kişilerle karşılaştırıldığında, güvensiz bağlanan üniversite öğrencilerinin daha yüksek düzeyde olumsuz arkadaş ilişkisine sahip olduğu ayrıca ilişkilerinde yaşadıkları olumsuzluklardan dolayı internet ortamının bu kişilere psikolojik mesafe sağladığından daha fazla tercih edildiği belirtilmektedir. Güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerin, daha az çabayla arkadaş edinebileceklerini düşündüklerinden ve gerçek hayatta kurmakta zorlandıkları ilişki örüntülerinden daha kolay kaçabildiklerinden dolayı, interneti duygusal destek aramak için kullanma düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Lin, Ko ve Wu, 2011).

Bağlanma stilleri kişilerin çevrimiçi sosyal davranışlarını ve beklentilerini etkileyebilir. Bunun nedeni olarak çevrimiçi iletişim kanallarının, yüz yüze iletişim ilişkilerinde olduğu gibi kaygılanmadan diğer insanlarla ilişki kurmaya olanak sağladığı gösterilmektedir. Facebook veya Twitter gibi çevrimiçi iletişim kanallarının iletişim kurmak için kullanışlı olan ortamlar olarak değerlendirilmektedirler. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerin, bağlanma ihtiyaçlarını Facebook aracılığıyla daha kolay bir şekilde karşılayabildikleri, yüz yüze etkileşim zamanını azaltarak, sevmeye değer olmadıkları duygularını bastırabildikleri ifade edilmektedir. Bağlanma ve samimiyet ihtiyaçlarını, çevrimiçi iletişim kanallarıyla daha rahat bir şekilde karşılayabilmektedirler (Andangsari, Gumilar ve Godwin, 2013).

Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin, kendileri ve diğerleri hakkında olumlu algıları olduğu, kendilerinin sevmeye değer olduklarını düşündükleri ve kendilerine güvendiklerinden dolayı sosyal ortamlarda daha rahat hareket edebildikleri ifade edilmektedir.

Buna göre kişilerin güvenli bağlanma stil puanlarının arttıkça Facebook kullanım düzeylerinin azaldığı elde edilen bulgular arasındadır. Kaygılı bağlanma stiline sahip olan kişilerin, kendileri hakkında olumsuz düşünceleri olmalarına rağmen diğer insanlar hakkında olumlu düşüncelere sahip olduğu belirtilmektedir. Kaygılı bağlanma stili puanının attıkça Facebook kullanım düzeyinin de aynı oranda arttığı literatürde yer alan sonuçlar arasındadır. Korkulu bağlanma stiline sahip kişilerin, kendileri ve diğerleri ile ilgili olumsuz algıları olduğu ve sevilmeceklerini düşündükleri ifade edilmektedir. Bu bağlanma stili ile çevrimiçi iletişim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kaçıngan bağlanma stiline sahip kişilerin ilişki kurmaktan kaçındıkları ve ilişki kurmak istemedikleri için sosyal medya kullanım düzeylerinin düşük olduğu varsayılabilir (Blackwell, Leaman, Trampusch, Osborne ve Liss, 2017; Eroğlu, 2015).

Bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide aracı rol olarak görev aldığı düşünülen ilişki memnuniyeti, korkulu bağlanma stili ve sosyal medya bağımlılığı arasında etkili değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin daha düşük düzeyde ilişki memnuniyeti yaşadıkları ve sosyal medya bağımlılığı ile ters yönlü bir ilişkiye sahip olduğu ifade edilmektedir. Literatürde farklı bilgiler olmasına rağmen güvenli, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile ilişki memnuniyeti arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı; korkulu bağlanma stiline sahip kişilerin ben ve diğerleri ile ilgili algıları negatif olarak değerlendirildiğinden dolayı yüz yüze iletişimden kaçındıkları, bundan dolayı sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olabileceği belirtilmektedir. Diğer kişilerle doğrudan kurulacak ilişki örüntülerinde reddedilme veya başarısızlık duygusuna yol açabilecek faktörlerin olma olasılığından dolayı çevrimiçi iletişim kanallarını kullanmayı tercih edebilecekleri dile getirilmektedir (Demircioğlu ve Köse, 2018).

2.4 İlgili Araştırmalar

Ergenin bağlanma stili psikolojik ruhsal gelişimi için önemlidir.(Allen ve arkadaşları) (1996), iki farklı bağlanma türüne sahip 117 orta riskli 16 ve 18

yaşlarındaki ergenler de, suçluluk ve sosyal beceriye bakılarak Güvenli bağlanma süreci yaşayan ergenlerde, 16 yaşından 18 yaşına kadar göreceli şekilde sosyal becerilerde artışlar görülürken, güvensiz bağlanma süreci yaşayan 16-18 yaş dönemlerin deki ergenlerin yüksek oranda suçluluk duygusunun yaşandığı tespit edilmiştir. Bağlanma sürecinin yaşamsal olarak olumsuz deneyimlenmesi ergenlik döneminde yalnız ya da savunmasız kalma olasılıklarını artırdığı düşünülmektedir. Sosyal işlevi etkileyen olumsuz değerlendirmelere ve diğerleri hakkındaki olumsuz beklentilere yol açabilmektedir. Güvensiz bağlanma stiline sahip ergenler suçluluk, duygusunu en aza indirgeme eğilimin de olarak değerlendirilmektedir Bu durumun ebeveyn tarafından kuralların otoriterce uygulanmasının ve çocuğun bireyselleşme çabalarının reddedilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ebeveyn-ergen ilişkisi içinde bireysellikten mahrum kalan güvensiz ergenler, suçluluk duyguları ve kaygılarının yaşattığı hayal kırıklıklarının yaşanması olabilir. Diğer taraftan da ebeveyn-ergen bağının yoğunluğunu sürdürmek için işlevsiz de olsa yakınlaşma davranışı görülebilir (Rosenstein ve Horowitz.,1996), Üniversite öğrencilerinde 3 boyutlu bağlanma stilleri ölçeği kullanılarak yapılan bir çalışmada yakın ilişkilerinde oluşan ayrılık kaygısı olumsuz otomatik düşünceler bağlanma stillerine göre açısından incelenmiştir. Çalışmaya Üsküdar Üniversitesi'nde eğitim süreçlerine devam eden 50 kız ve 50 erkek öğrenci katılmıştır. Çalışmada, otomatik olumsuz düşüncelerin, güvensiz bağlanma ile uyumlu olduğu gözlemlenmiştir. Güvenli bağlanmaya sahip olan üniversite öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünce düzeyinin düşük düzeyde olduğu, fakat kaygılı kararsız bağlanma stiline sahip öğrencilerin olumsuz otomatik düşünce yoğunluğunun yüksek düzeyde olduğu gözlenmiştir (Kalender, 2017).

Bağlanma kavramına ve teorisine göre, çocuğun 0-2 yaş dönemin de ki çocukluk evresinde ki birincil bakıcılar tarafından (ebeveyn) yaşantılanan süreçte bebekler erişkinlikteki benlik ve başkaları ile olan bilişsel şemalar ve modeller oluşturabilmektedirler. Bu bilişsel şemalar gelecek yaşamın devamı gibi işlemesi söz konusu olacaktır.(Ziv, Oppenheim ve Sagi-Schwartz, 2004).

Şencan (2015) tarafından duygusal şemalar ve bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzerine yapılan bir çalışmada, bağlanma örüntülerinin kaygı ve kaçınma boyutları ile duygusal şemalar arasında matematiksel olarak pozitif bir ilişki olduğu yorumu çıkarılmıştır. Kaçıngan bağlanma stiline sahip bireyin , duyguların kabul edilmesi ile anlamlı bir ilişki kurulmamış, kontrol edilemezlik, akılcılık, farklılık ve suçluluk duygusal şemaların işlevsel olmayan alt boyutlarıyla anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Kaygı alt boyutu ile anlaşılabilirlik, hisleri kabullenme, onaylanma ile negatif ilişki; kontrol edilemezlik, duygularına karşı zayıflık, akılcılık, ruminasyon, farklılık, duyguları zararlı olarak görme ve suçluluk ile arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bağlanma stillerinden kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler duygularının serbest kalmasına müsaade etmezler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Güvensiz bağlanma süreci deneyimlemiş çocuğun ergenlik döneminde, “anlamlı bir kendilik duygusu” oluşamaz. Aksine , dağınık, düzensiz bir “kendilik duygusu” yapılır. Bu şekilde, ergenlik dönemiyle birlikte, kontrol edici ve düzensiz davranışlar sıkça görülmektedir (Solomon J, 2011). Güvenli bağlanma geliştiren ergenler duygularını yönetebilme yeteneğini işlevselleştirilerek bağlanma nesneleri ile olan ilişki ve iletişimlerinde de duygularını düzenlemede başarılı süreç ortaya koymaktadırlar.(Morsünbül Ü,2011);

Büyükşahin ve Çelikkaleli (2010) tarafından Adana da 437 ergen katılımı ile “Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne-baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi” konusunda bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmaya göre; algılanan ebeveyn tutumlarına göre ergenlerin internet bağımlılık puanları anlamlı bir biçimde farklılaşmıştır. Ebeveyn tutumunu “ilgisiz” olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılık puan ortalamasının “koruyucu”, “otoriter” ve “demokratik” olarak algılayanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Sonuç olarak, erken çocukluk döneminde gelişen bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemindeki sosyal ilişkiler, bireysel ilişkiler, nesnesel ilişkiler üzerinde tam olarak isabetli netlik olma garantisi olmasa da (Crowell vd., 2002), bağlanma süreç evresinde gelişen güvenli ve güvensiz bağlanma

stillerinin bireysel ve örgütsel iletişim becerilerini yönettiği görülmektedir. Bu sebeple, yetişkinlikteki aile, arkadaş, aşk, evlilik ve iş hayatı gibi sosyal ilişkiler üzerinde önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Bilimsel araştırmalar yapılarak çalışanların bağlanma stillerinin örgütsel iletişim becerilerini ve iş hayatında ki proje yönetebilme, yürütebilme becerisini etkilediği ortaya konmaktadır (Ç.Ü. 2016.)

3. BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın modeli

Bazı değişkenlerin oran ve sayısının önceden belirlenmiş olduğu bilimsel araştırmalarda kota örnekleme yöntemi kullanılmaktadır (Arseven, 2001). Araştırma oluşturulan örneklem grubu hakkında anlık bilgilendirme esasına dayandığı çalışmalarda kesitsel araştırma yöntemi kullanılmaktadır (Karasar, 2002). Bu çalışma da kesitsel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

3.2. Evren ve örneklem

Araştırmanın evrenini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem, Medipol Üniversitesi'nin Kavacık Kampüsü Sağlık Bilimleri Fakültesinde eğitim görmekte olan öğrencilerdir. Örnekleme oluşturan kişiler 18-25 yaş aralığındaki kişilerden seçilmiştir.

3.3. Veri toplama araçları

3.3.1. Kişisel bilgi formu

Katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenmesi ve çalışmanın bağımlı değişkenleri ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Cinsiyet, yaş, bölüm, gelir durumu, anne-baba eğitim düzeyi, sosyal medya kullanım sıklığı vb. 16 sorudan oluşmaktadır.

3.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)

Sosyal Medya Bağımlılığı düzeyinin belirlenmesi amacıyla Ayğar ve Uzun (2018) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği 26 maddeden

oluşmaktadır. 3 faktörü vardır. Birinci faktör 12 maddeden oluşmakta ve “İşlevsellikte Bozulma” olarak isimlendirilmektedir. İkinci faktör 10 maddeden oluşmakta ve “Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk” olarak isimlendirilmektedir. Üçüncü faktör 4 maddeden oluşmakta ve “Sosyal İzolasyon” olarak isimlendirilmektedir.

Ölçekte olumsuz ifade içeren madde yer almamaktadır. Ölçekte 3 boyuta ilişkin maddelerin toplanmasıyla sosyal medya bağımlılığı puanı elde edilmektedir. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı 0,95’dir. Faktörlere ilişkin iç tutarlık güvenirlik katsayısı; kontrol güçlüğü ve yoksunluk alt boyutu için 0,92, işlevsellikte bozulma alt boyutu için 0,91 ve sosyal izolasyon alt boyutu için 0,81 olarak hesaplanmıştır. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği’nden elde edilen minimum puan 26, maksimum puan 130’dur. Ölçekten alınan puan arttıkça sosyal medyaya ilişkin bağımlılık düzeyi de artmaktadır.

3.3.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomew’un (1994a) geliştirdiği İÖA, 30 maddeden oluşmaktadır ve farklı maddeler toplanarak dört bağlanma stilini ölçmek amaçlanmaktadır. 1 = beni hiç tanımlamıyor; 7 = tamamiyle beni tanımlıyor şeklinde 7’li likettir. Güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Dört bağlanma stilini yansıtan sürekli puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmektedir. Alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Elde edilen puanlar bireyleri bağlanma stillerine göre gruplandırmak için de kullanılmaktadır. Her katılımcı, hangi bağlanma stilinden en yüksek puanı aldıysa o bağlanma stili grubunda yer alacak şekilde gruplanır. İÖA’nın alt ölçekleri için iç tutarlık güvenirlik katsayıları 0.27 ile 0.61 arasında değişmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

3.3.4. Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Form (5FKE-KF)

Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form çalışması Tatar (2005) tarafından yapılmıştır. Envanterin puanlaması, ‘tamamen uygun-1’ ile ‘hiç uygun değil-5’ arasında beşli Likert tipindedir. 5FKE-KF, faktörleri I-Dışa dönüklük, II-

Yumuşak başlılık/geçimlilik, III-Öz-denetim/sorumluluk, IV-Duygusal tutarsızlık ve V-Gelişime açıklık olarak isimlendirilmiştir. Seksen beş maddeden oluşan envantere 5 faktör dışında, sosyal istenirlik boyutu ve rastgele işaretlemeyi kontrol etmek amacıyla üç madde daha vardır.

5FKE-KF' nin faktörleri için iç tutarlılık güvenirlik katsayıları 0.79 ile 0.87 arasında değişmektedir (Tatar, 2005).

3.4. Uygulama

Çalışma grubu olarak üniversitede eğitim gören öğrenciler belirlenmiştir. Çalışmanın uygulaması kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılabilen kişilerle bir aylık bir dönem içerisinde yüz yüze gerçekleştirilen uygulama ile gerçekleştirilmiştir. Açıklamalar yüz yüze yapılarak, öğrenciler motive edilmeye çalışılmıştır. Çalışmada, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul katılımcıların “bilgilendirilmiş onam formunu” okuması istenmiş daha sonra, çalışmanın amacı ve cevapların gizliliği konusunda bilgilendirme yapılmıştır. Katılımcılardan kimlik bilgisi alınmamış ve değerlendirme sosyo-demografik gruplar üzerinden yapılmıştır. Bir kişilik uygulama yaklaşık 25 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizi SPSS 20.0 versiyonu ile yapılmıştır. Çalışmada önce, sosyo-demografik değişkenlerin sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Daha sonra, çalışmada bağımlı değişken için kullanılan Sosyal Medya Bağımlılığı alt faktörleri genel toplam puanı ile bağımsız değişkenler için kullanılan İlişki Ölçekleri Anketi ve Beş Faktör Kişilik Envanteri alt boyutları toplam puanlarının betimleyici istatistikleri verilmiş, güvenirlik katsayıları hesaplanmış ve sosyal medya bağımlılığı ile ele alınan değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerini görmek için korelasyon analizi yapılmıştır.

Katılımcıların demografik değişkenlere göre elde edilen bulgulara göre cinsiyet değişkeninin ölçek ortalamalarına göre anlamlı bir değişim gösterip göstermediği t- testi ile yaş, çocuk sırası, anne ve baba eğitim düzeyi, anne ve baba çalışma durumu, yaşanan yer, kullanılan sosyal medya grupları değişkenleri değişkenlerinin ölçek toplam ve ortalama puanlarına göre

anlamalı bir değişim gösterip göstermedikleri tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile analiz edilmiştir. Güvenli bağlanma evresini sağlıklı geçiremeyen bireylerin yetişkinlik evresinde arkadaş bağımlılığı ya da internet bağımlılığı yüksek olduğu gözlenmiştir (Tsai ve Lin 2003) Anne ile çocuğun arasında kurulan bu bağ, kişinin yetişkinlik evresinde yaşayacağı ruhsal sorunlardan kuracağı sosyal ilişkileri evlilik yaşantısı kendi çocuğu ile kuracağı ilişkiye kadar birçok alanda önemli rol oynamaktadır. Anne veya temel bakıcı ile bebek arasında güvenli bir bağ geliştirilmezse yaşamın erişkinlik evrelerinde duygusal, sosyal ve davranışsal sorunlar ile karşı karşıya kalabilmektedir (Deniz, Hamarta & Ari, 2005; Oshri, Sutton, Clay-Warner & Miller, 2015).

4. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada yer alan katılımcıların sosyo – demografik bilgileri ve araştırmada kullanılan SMBÖ, İÖA ve 5FKE- KF arasındaki ilişki analizleri ayrı ayrı verilmiştir.

Tablo 1.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin normallik değerleri

	Skewness	Kurtosis
SMEDYA	0,151	0,180
İÖ	0,135	0,180
KF	-0,195	0,180

Tablo 1 incelendiğinde smedya skewness puanı (0,151) kurtosis puanı (-0,180), iÖ skewness puanı (0,135) kurtosis puanı (0,180), KF skewness puanı (-0,195) kurtosis puanı (0,180) ölçeklerin normal dağılımını göstermektedir.

Tablo 2.*Sosyo-demografik değişkenlerin sayı ve yüzde açısından dağılımı*

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	149	81,9
	Erkek	33	18,1
Yaş	18-19 yaş arası	74	40,7
	20 yaş	56	30,8
	20 yaş üzeri	20	28,6
Gelir Durumu	Düşük	10	5,5
	Orta	117	64,3
	Yüksek	43	23,6
Kaçınıcı Çocuk	1. çocuk	101	55,5
	2. çocuk	46	25,3
	3. çocuk ve üzeri	34	18,7
Nerede Yaşıyor	Aile	97	53,3
	Yurt	65	35,7
	Yalnız	20	11,0
Ebeveynlerin Evlilik Durumu	Evli	163	89,6
	Boşanmış ve Dul	18	9,9
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul ve Altı	60	33,0
	Ortaokul	32	17,6
	Lise	47	25,8
	Üniversite-Yüksek Lisans	42	23,1
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul ve Altı	33	18,1
	Ortaokul	33	18,1
	Lise	47	25,8
	Üniversite-Yüksek Lisans	68	37,4
Anne Çalışma	Evet	54	29,7
	Hayır	126	69,2
Baba Çalışma	Evet	153	84,1
	Hayır	26	14,3
Sosyal Medya	1 uygulama	27	14,8
	2 uygulama	60	33,0
	3 uygulama	55	30,2
	4 ve üzeri uygulama	39	21,4

Araştırma kapsamında toplam 182 üniversite öğrencisine ulaşılmıştır. Öğrencilerin 149' u (%81,9) kadın, 33'ü (%18,1) erkektir. Katılımcılar arasında 18-19 yaş grubunda olan 74 (%40,7), 20 yaş grubunda olan 56 (%30,8), 20 ve üzeri yaş grubunda olan 20 (%28,6) kişi bulunmaktadır. Katılımcıların 10' u (%5,5) gelir durumunu düşük, 117'si (%64,3) orta, 43' ü (%23,6) yüksek olarak değerlendirmektedir. Katılımcıların 101' i (%55,5) 1.çocuk, 46'sı (25,3) 2. çocuk, 34'ü (18,7) 3. çocuk ve üzeri grubundandır.

Katılımcıların 97'si (%53,3) ailesiyle birlikte yaşamaktadır. 65'i (35,7) yurttan, 20'si (%11) yalnız yaşamaktadır. Katılımcıların ebeveynlerinin evlilik durumuna bakıldığında 163'ünün (%89,6) ebeveyninin evli olduğu, 18'inin (%9,9) ebeveyninin boşanmış olduğu görülmektedir. Katılımcıların annelerinin 60'ı (%33) okuryazar olmayan veya ilköğretim mezunu olan kişilerdir. Katılımcıların annelerinin 32'si (%17,6) ortaokul, 47'si (%25,8) lise, 42'si (%23,1) üniversite veya yüksek lisans mezunudur. Katılımcıların babalarının 33'ü (%18,1) okuryazar olmayan veya ilköğretim mezunu olan kişilerdir. Katılımcıların babalarının 33'ü (%18,1) ortaokul, 47'si (%25,8) lise, 68'i (%37,4) üniversite veya yüksek lisans mezunudur. Katılımcıların 54'ünün (%29,7) annesinin çalıştığı, 126'sının (%69,2) çalışmadığı görülmektedir. Katılımcıların 153'ünün (%84,1) babasının çalıştığı, 26'sının (%14,3) babasının çalışmadığı görülmektedir. Katılımcıların 27'sinin (%14,8) 1 sosyal medya uygulaması, 60'ının (%33) 2 sosyal medya uygulaması, 55'inin (%30,2) 3 sosyal medya uygulaması, 39'u (%21,4) 4 ve daha fazla sosyal medya uygulaması kullanmaktadır (Tablo 2).

Tablo 3.

Yaş değişkeni için betimleyici istatistik tablosu

Değişkenler	n	En Küçük Değer	En Büyük Değer	$\bar{x}$	S
Yaş	182	18	24	19,95	1,260

Çalışmaya katılan 182 kişinin yaşı 18 ile 24 yıl arasında ($\bar{x}= 19,95\pm 1,260$), olduğu görülmüştür (Tablo 3).

Tablo 4.

Çalışmada kullanılan ölçeklerin toplam puanlarının betimleyici istatistik tablosu

Değişkenler	En Küçük Değer	En Büyük Değer	$\bar{x}$	S
İÖA Güvenli Bağlanma Stili Alt Boyutu	2	6	3,87	0,854
İÖA Korkulu Bağlanma Stili Alt Boyutu	2	7	4,23	1,094
İÖA Saplantılı Bağlanma Stili Alt Boyutu	1	7	3,87	1,016
İÖA Kayıtsız Bağlanma Stili Alt Boyutu	1	7	4,22	1,047
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk Alt Boyutu	12	60	37,71	9,818
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu	9	48	20,49	7,305
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Sosyal İzalasyon Alt Boyutu	3	19	8,34	3,397
5FKE Dışadönüklük Alt Boyutu	2	5	3,51	0,551
5FKE Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik Alt Boyutu	1	5	3,52	0,601
5FKE Öz-Denetim/Sorumluluk Alt Boyutu	2	5	3,37	0,490
5FKEDuygusal Tutarsızlık Alt Boyutu	1	5	3,23	0,690
5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu	3	5	4,03	0,501
5FKE Sosyal İstenirlik Alt Boyutu	1	5	3,22	0,708

Araştırmaya katılan 182 öğrencinin, İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) Güvenli Bağlanma Stili Alt Boyutu toplam puan ortalaması 3,87 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldığı en düşük puan 2, en yüksek puan 6'dır. İÖA Korkulu Bağlanma Stili Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 4,23 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 2, en yüksek puan 7'dir. İÖA Saplantılı Bağlanma Stili Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,87 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 1, en yüksek puan 7'dir.

İÖA Kayıtsız Bağlanma Stili Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 4,22 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 1, en yüksek puan 7' dir.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 37,71 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 12, en yüksek puan 60' tır. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 20,49 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldığı en düşük puan 9, en yüksek puan 48'dir. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Sosyal İzalasyon Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 8,34 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 3, en yüksek puan 19'dur (Tablo 4).

Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Formu (5FKE) Dışadönüklük Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,51 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 2, en yüksek puan 5' tir. 5FKE Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,52 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 1, en yüksek puan 5'tir. 5FKE Öz-Denetim/Sorumluluk Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,37 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 2, en yüksek puan 5'tir. 5FKE Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,23 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 1, en yüksek puan 5'tir. 5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 4,03 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldığı en düşük puan 3, en yüksek puan 5'tir. 5FKE Sosyal İstenirlik Alt Boyutu Toplam Puan ortalaması 3,22 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların bu alt boyuttan aldıkları en düşük puan 1, en yüksek puan 5'tir (Tablo 4).

Tablo 5.*Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirlik analizi sonuçları*

Değişkenler	n	k	Alfa
İÖA Güvenli Bağlanma Stili	163	5	0,070
İÖA Korkulu Bağlanma Stili	174	4	0,514
İÖA Saplantılı Bağlanma Stili	172	4	0,217
İÖA Kayıtsız Bağlanma Stili	165	5	0,417
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk	164	12	0,899
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği İşlevsellikte Bozulma	166	10	0,874
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Sosyal İzalasyon	171	4	0,769
5FKE Dışadönüklük	-	-	0,717
5FKE Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik	-	-	0,805
5FKE Öz-Denetim/Sorumluluk	-	-	0,690
5FKE Duygusal Tutarsızlık	-	-	0,841
5FKE Gelişime Açıklık	-	-	0,732
5FKE Sosyal İstenirlik	-	-	0,579

Çalışmada kullanılan ölçekler için yapılan güvenirlik analizi sonuçlarına göre İÖA Güvenli Bağlanma Stili Alt Boyutu' nun 163 kişi üzerinden 5 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,070'tir. İÖA Korkulu Bağlanma Stili Alt Boyutu' nun 174 kişi üzerinden 4 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,514. İÖA Saplantılı Bağlanma Stili Alt Boyutu' nun 172 kişi üzerinden 4 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,217'dir. İÖA Kayıtsız Bağlanma Stili Alt Boyutu' nun 165 kişi üzerinden 5 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,417'dir. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk Alt Boyutu' nun 164 kişi üzerinden 12 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,899'dur. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kontrol Güçlüğü ve Yoksunluk Alt Boyutu' nun 164 kişi üzerinden 12 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,899'dur. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu' nun 166 kişi üzerinden 10 maddelik hesaplanan iç tutarlılık katsayısı 0,874'dür.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Sosyal İzalasyon Alt Boyutu' nun 171 kişi üzerinden 4 maddelik hesaplanan iç tutarlık katsayısı 0,769' dur. 5FKE Dışadönüklük Alt Boyutu' nun iç tutarlık katsayısı 0,717 olarak hesaplanmıştır. 5FKE Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik Alt Boyutu'nun iç tutarlık katsayısı 0,805 olarak hesaplanmıştır. 5FKE Öz-Denetim/Sorumluluk Alt Boyutu' nun iç tutarlık katsayısı 0,690 olarak hesaplanmıştır. 5FKE Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu' nun iç tutarlık katsayısı 0,841 olarak hesaplanmıştır. 5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu' nun iç tutarlık katsayısı 0,732 olarak hesaplanmıştır. 5FKE Sosyal İstenirlik Alt Boyutu' nun iç tutarlık katsayısı 0,579 olarak hesaplanmıştır (Tablo 5).

Tablo 6.

Bağlanma stilleri alt boyutları toplam puanının sosyal medya bağımlılığı grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları

	Sosyal Medya Bağımlılık Grupları	n	Ortalama	s	t	s.d	p
İÖA Güvenli Bağlanma	Düşük	93	3,73	0,812	-2,310	180	0,022*
	Yüksek	89	4,02	0,875			
İÖA Korkulu Bağlanma	Düşük	93	4,12	1,034	-1,423	180	0,157
	Yüksek	89	4,35	1,147			
İÖA Saplantılı Bağlanma	Düşük	93	3,70	0,970	-2,306	180	0,022*
	Yüksek	89	4,05	1,040			
İÖA Kayıtsız Bağlanma	Düşük	93	4,10	1,019	-1,628	180	0,105
	Yüksek	89	4,35	1,065			

*p<0,05

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların İÖA güvenli bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır; $t(180)=-2,310$; $p<0,05$. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olanların İÖA güvenli bağlanma alt boyutu toplam puan

ortalaması sosyal medya bağımlılığı düzeyi düşük olanlardan daha yüksektir (Tablo 6).

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların İÖA korkulu bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=-1,423$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre İÖA korkulu bağlanma alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir (Tablo 6).

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların İÖA saplantılı bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır; $t(180)=-2,306$; $p<0,05$. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olanların İÖA saplantılı bağlanma alt boyutu toplam puan ortalaması sosyal medya bağımlılığı düzeyi düşük olanlardan daha yüksektir (Tablo 6).

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların İÖA kayıtsız bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=-1,628$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre İÖA kayıtsız bağlanma alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir (Tablo 6).

Tablo 7.

5FKE alt boyutları toplam puanının sosyal medya bağımlılığı grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları

	Sosyal Medya Bağımlılık Grupları	n	$\bar{x}$	s	t	s.d	p
5FKE-Dışadönüklülük	Düşük	93	3,47	0,514	-0,915	180	0,361
	Yüksek	89	3,55	0,587			
5FKE Yumuşakbaşlılık/ Geçimlilik	Düşük	93	3,57	0,505	1,108	161,399	0,270
	Yüksek	89	3,47	0,686			
5FKE Öz- Denetim/Sorumluluk	Düşük	93	3,41	0,511	1,335	180	0,184
	Yüksek	89	3,32	0,465			
5FKE Duygusal Tutarsızlık	Düşük	93	3,04	0,728	-4,012	180	0,000**
	Yüksek	89	3,43	0,587			
5FKE Gelişime Açıklık	Düşük	93	4,10	0,439	1,900	180	0,059
	Yüksek	89	3,96	0,553			

** $p<0,05$

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların dışadönüklülük alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=-0,915$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre dışadönüklülük alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların yumuşakbaşlılık alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=1,108$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre yumuşakbaşlılık alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir (Tablo 7).

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların özdenetim/sorumluluk alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=1,335$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre özdenetim/sorumluluk alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların duygusal tutarsızlık alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır; $t(180)=-4,012$; $p<0,05$. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan grubun duygusal tutarsızlık alt boyutu toplam puan ortalaması sosyal medya bağımlılığı düzeyi düşük düşük olan gruptan daha düşüktür (Tablo 7).

Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olanların gelişime açıklık alt boyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=1,900$; $p>0,05$. Sosyal medya bağımlılık gruplarına göre gelişime açıklık alt boyutu toplam puanları farklılık göstermemektedir (Tablo 7).

Cinsiyet grupları açısından sosyal medya bağımlılık toplam puanlarının farklılık gösterme durumunun incelenmesi amacıyla Farklı gruplar için t-Testi analizi yapılmıştır (Tablo 7).

Tablo 8.

Sosyal medya bağımlılık toplam puanının cinsiyet grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi karşılaştırma sonuçları

Cinsiyet		n	$\bar{x}$	s	t	s.d	p
Grupları							
Sosyal Medya	Kadın	149	13,33	3,395			
Bağımlılık Toplam Puan Ortalaması	Erkek	33	13,19	3,280	0,216	180	0,829*

**p<0,05

Kadın ve erkeklerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(180)=0,216$; $p>0,05$. Kadın ve erkek gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları birbirinden farklılık göstermemektedir (Tablo 8).

Tablo 9.

Yaş gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Yaş		n	$\bar{x}$	s	s.d	F	p
Grupları							
Sosyal Medya	18-19 Yaş	74	13,08	3,322	Gruplar Arası	2	
Bağımlılık	20 Yaş	56	13,72	3,170	Gruplar İçi	179	
Toplam Puan	20 Üzeri Yaş	52	13,19	3,647	Toplam	181	0,610 0,545
Ortalaması	Toplam	182	13,31	3,366			

*p<0,05

4 farklı yaş grubunun sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(2,179)=0,610$; $p>0,05$. Farklı yaş gruplarında olan insanların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 9).

Tablo 10.

Gelir gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Gelir Grupları		n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
Sosyal	Kötü	10	12,40	3,228	Gruplar Arası	2		
Medya	Orta	117	13,26	3,457	Gruplar İçi	167		
Bağımlılık	İyi	43	13,45	3,019	Toplam	169	0,398	0,672
Toplam								
Puan	Toplam	170	13,25	3,328				
Ortalaması								

*p<0,05

3 farklı gelir grubunun sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(2,167)=0,398$; $p>0,05$. Farklı gelir gruplarında olan insanların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir. (Tablo 10)

Tablo 11.

Çocuk sırası gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Çocuk Sırası Grupları	n	$\bar{x}$	s		s.d	F	p
1. Çocuk	101	13,55	3,502	Gruplar Arası	2		
2. Çocuk	46	13,57	3,196	Gruplar İçi	178		
3. Çocuk ve üzeri	34	12,22	3,085	Toplam	180	2,198	0,114
Toplam	181	13,30	3,374				

*p<0,05

3 farklı çocuk sırası grubunun sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(2,178)=2,198$; $p>0,05$. Farklı çocuk sırasında olan insanların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 11).

Tablo 12.

Annenin eğitim gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Anne Eğitim Grupları	n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
İlkokul ve Altı	60	12,92	3,967	Gruplar Arası	3		
Ortaokul	32	13,42	3,042	Gruplar İçi	177		
Lise	47	13,61	3,368	Toplam	180	0,430	0,732
Üniversite ve Yüksek Lisans	42	13,47	2,693				
Toplam	181	13,31	3,374				

***p<0,05**

Dört farklı eğitim düzeyi grubundaki annelerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(3,177)=0,430$; $p>0,05$. Farklı eğitim düzeyine sahip olan annelerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 12).

Tablo 13.

Babanın eğitim gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Baba Eğitim Grupları	n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
İlkokul ve Altı	33	12,26	3,872	Gruplar Arası	3		
Ortaokul	33	14,01	3,377	Gruplar İçi	177		
Lise	47	12,67	3,661	Toplam	180	2,981	0,033*
Üniversite ve Yüksek Lisans	68	13,94	2,702				
Toplam	181	13,31	3,374				

***p<0,05**

Dört farklı eğitim düzeyi grubundaki babaların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır; $F(3,177)=2,981$; $p<0,05$. Farklı eğitim düzeyine sahip olan babaların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmektedir.

Babası ortaokul mezunu olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, babası diğer eğitim düzeyi gruplarında olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasından daha yüksektir.

Babası okuryazar olmayan veya ilkokul mezunu olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, babası diğer eğitim düzeyi gruplarında olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasından daha düşüktür (Tablo 13).

Tablo 14.

Annenin çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Annenin Çalışma Durumu	n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
Evet	54	13,21	3,179	Gruplar Arası	1		
Hayır	126	13,37	3,473	Gruplar İçi	178	0,084	0,772
Toplam	180	13,33	3,380	Toplam	179		

*p<0,05

Annenin çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(1,178)=0,084$; $p>0,05$. Annenin çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 14).

Tablo 15.

Babanın çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Babanın Çalışma Durumu	n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
Evet	153	13,38	3,418	Gruplar Arası	1		
Hayır	26	13,02	3,265	Gruplar İçi	177	0,241	0,624
Toplam	179	13,33	3,389	Toplam	178		

*p<0,05

Babanın çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(1,177)=0,241$; $p>0,05$. Babanın çalışma durumu gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 15).

Tablo 16.

Yaşanılan yere göre sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Yaşanılan Yer	n	$\bar{x}$	S		s.d	F	p
Aile	97	12,84	3,583	Gruplar Arası	2		
Yurt	65	14,04	2,941	Gruplar İçi	179		
Yalnız	20	13,24	3,313	Toplam	181	2,528	0,83
Toplam	182	13,31	3,366				

* $p<0,05$

Yaşanılan yer gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $F(2,179)=2,528$; $p>0,05$. Öğrencilerin yalnız yaşaması, yurttta yaşaması veya ailesi ile birlikte yaşaması gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmemektedir (Tablo 16).

Tablo 17.

Kullanılan sosyal medya gruplarının sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları açısından tek yönlü varyans analizi

Sosyal Medya Grupları	n	$\bar{x}$	s		s.d	F	p
1 Uygulama	27	11,35	2,848	Gruplar Arası	3		
2 Uygulama	60	13,20	3,207	Gruplar İçi	177		
3 Uygulama	55	13,57	3,278	Toplam	180	5,899	0,001**
4 Uygulama ve üzeri	39	14,67	3,268				
Toplam	181	13,35	3,320				

** $p<0,01$

Sosyal medyada kullanılan uygulamaların sayısına yönelik oluşturulan 4 farklı grubun sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır; $F(3,177)=5,899$; $p<0,01$. Farklı sayıda sosyal medya uygulaması kullanan kişilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık gözlenmektedir. Dört farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, üç farklı sosyal medya uygulaması kullananlardan daha yüksektir. Üç farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, iki farklı sosyal medya uygulaması kullananlardan daha yüksektir. İki farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, bir sosyal medya uygulaması kullananlardan daha yüksektir.

Kullanılan sosyal medya uygulaması sayısının artmasıyla sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasının da arttığı görülmektedir (Tablo 17).

Tablo 18.

Tüm grupta sosyal medya bağımlılığı işlevsellikte bozulma alt boyutu toplam puanının ölçek toplam puanları ile yordanması.

Ölçek Toplam Puanları	B	t	R2	F
Sabit (a)		2,046*	0,233	5,803***
5FKE-Dışadönüklülük Alt Boyutu	0,090	1,204		
5FKE Yumuşakbaşlılık/ Geçimlilik Alt Boyutu	-0,062	-0,835		
5FKE Öz-Denetim/Sorumluluk Alt Boyutu	-0,126	-1,670		
5FKE Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu	0,290	3,686***		
5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu	-0,168	-2,151*		
İÖA Güvenli Bağlanma Alt Boyutu	0,136	1,867		
İÖA Korkulu Bağlanma Alt Boyutu	0,137	1,729		
İÖA Saplantılı Bağlanma Alt Boyutu	-0,003	-0,037		
İÖA Kayıtsız Bağlanma Alt Boyutu	0,075	0,980		

* $p<0,05$; *** $p<0,001$

Tüm grupta, Sosyal Medya Bağımlılığı İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu Toplam Puanının yordanması için yapılan çoklu regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2 = 0,233$; $F(9,172) = 5,803$; $p < 0,001$. Modele alınan değişkenler Sosyal Medya Bağımlılığı İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu genel toplam puanının %23,3'lük kısmını açıklamaktadır. Sonuçlara göre, 5FKE Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu ($t = -2,057$; $p < 0,01$), 5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu ($t = -2,151$; $p < 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde modelde yer almaktadır. Analize dahil edilen diğer değişkenler Sosyal Medya Bağımlılığı İşlevsellikte Bozulma Alt Boyutu toplam puanının yordanmasında istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde modelde yer almamaktadır (Tablo 18).

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri incelenmiştir. Ayrıca bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre sosyal medya bağımlılığı, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin farklılık gösterme durumu çalışma kapsamında değerlendirilmiştir.

Bireylerin bağlanma stillerine göre sosyal medya bağımlılık düzeylerinin farklılık gösterip göstermeme durumunun incelendiği bir çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, kendileri ve diğerleri hakkında olumlu algılara sahip olduğu, kendilerinin sevmeye değer olduklarını düşündükleri ve kendilerine güvendiklerinden dolayı sosyal ortamlarda daha rahat hareket edebildikleri ifade edilmektedir. Buradan yola çıkarak bireylerin güvenli bağlanma stili puanları arttıkça Facebook kullanım düzeyi puanlarının azaldığı elde edilen bulgular arasında görülmektedir (Blackwell, Leaman, Tramposch, Osborne ve Liss, 2017; Eroğlu, 2015). Bu çalışmadan elde edilen bulgular literatürde yer alan bulgudan farklılık göstermektedir. Elde edilen bulgularda, bağlanma stilleri alt boyutları toplam puan ortalamalarının, sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük olan ve sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan gruplar açısından karşılaştırılması sonuçlarına göre İÖA Güvenli bağlanma alt boyutu ve İÖA saplantılı bağlanma alt boyutunda farklılık görülmektedir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olanların İÖA güvenli bağlanma alt boyutu toplam puan ortalaması, sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük olanların İÖA güvenli bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamasından daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin kendileri ve diğerleri ile ilgili algılarının negatif olması sebebiyle yüz yüze iletişimden kaçındıkları, bundan dolayı sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olabileceği belirtilmektedir (Demircioğlu ve Köse, 2018).

Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek veya düşük olan bireylerin korkulu bağlanma stili puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Literatür bulgularına göre farklılık gösteren bu bulgudan hareketle, korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre farklılık göstermediği anlaşılmaktadır.

Dörtlü Bağlanma Modeli'nde saplantılı bağlanma stiline ait olarak ifade edilen çeşitli özelliklerin Hazan ve Shaver'ın modelindeki kaygılı bağlanma stiline özellikleri ile benzerlik göstermektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin bağlanma ihtiyacını sosyal medya kullanımı ile gidermeye çalıştıkları ifade edilmektedir. Ayrıca literatürde yer alan bir bilgiye göre kaygılı bağlanma stili puanı yüksek olan bireylerin Facebook kullanım düzeyinin de benzer biçimde yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulguya göre, sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek ve düşük olarak belirlenen bireylerin İÖA saplantılı bağlanma alt boyutu puanları arasında anlamlı düzeyde farklılığın olduğu belirlenmiştir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan bireylerin İÖA saplantılı bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamasının da yüksek olduğu görülmektedir. Literatür bulguları ile benzerlik gösteren bu çalışma bulgusuna göre; saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin benlik modelinin olumsuz, başkaları modelinin olumlu olmasından dolayı sosyal medya bağımlılık düzeyinde artış görülebilmektedir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük ve yüksek olan bireylerin İÖA Kayıtsız bağlanma stili puanları anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin benlik modelinin olumlu, başkaları modelinin ise olumsuz olduğu bilinmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu bilgidен hareketle kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireylerin ne sosyal yaşamda ne de sosyal medya ortamında başkaları ile olan ilişkiyi güvenli bulmadıkları ve çevrelerindeki insanlara yönelik olumsuz algıları sebebiyle sosyal medya

kullanımlarının yüksek düzeyde olmayabileceği anlaşılmaktadır. Daha çok kendilerine dönük bir yaşam tercih etmeleri sebebiyle sosyal medya bağımlılık düzeylerinin yüksek olmaması anlaşılmaktadır.

Sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olabileceği düşünülen değişkenlerden biri olarak bireylerin kişilik özellikleri bu çalışma kapsamında incelenmiştir. Bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerinin yaşamın çoğu alanında kararları, davranışları ve düşüncelerini etkilediği gibi sosyal medya bağımlılığında da etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle, sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek ve düşük olan bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri toplam puan ortalamasının farklılık gösterme durumunun belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonuçları aşağıda sunulmaktadır.

Sosyal medya kullanımı ve kişilik özellikleri hakkında yapılan çalışma bulgularına göre, dışadönük kişilik özelliğine sahip olan bireylerin insanlar ile iletişime geçme yönlerinin daha güçlü olması sebebiyle sosyal medya kullanımlarının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Hojat, 1982). Farklı bir literatür bilgisine göre ise, içedönük kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin sosyal medya kullanımının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (McKenna ve Bargh, 2000). Bu çalışmadan elde edilen bulguya göre, sosyal medya bağımlılığı düşük ve yüksek düzeyde olan bireylerin dışadönüklük alt boyutu toplam puanları arasında farklılık görülmemektedir. Dolayısıyla dışadönüklük kişilik özellikleri baskın olan bireylerin daha çok sosyal ortamlarda ilişki kurmayı tercih edebileceği veya sosyal medya kullanımının bağımlılık düzeyinde değil de ihtiyaç hissedilen düzeyde kullandıkları düşünülmektedir. Bu açıdan bakıldığında sosyal medya bağımlılığı gruplarının dışadönüklük toplam puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmemesi anlaşılmaktadır.

Sosyal medya bağımlılığı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda sıklıkla odaklanılan kişilik özelliklerinden biri duygusal tutarsızlık (nevrotisizm) alt boyutudur. Yapılan bir çalışma bulgusuna göre nevrotisizm faktöründen yüksek puan alan bireylerin sosyal medya kullanımları ve kişisel bilgi paylaşımlarının daha az düzeyde olduğu belirlenmiştir (Ross ve ark., 2009). Bu bulgunun aksini gösteren çalışma bulgularına da rastlanmaktadır.

Yapılan farklı bir çalışmada nevrotisizm faktöründen alınan puanı yüksek olan bireylerin sosyal medya paylaşımlarının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Amichai-Hamburger ve Vinitzky, 2010). Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığı yüksek ve düşük olan bireylerin duygusal tutarsızlık alt boyutu toplam puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olduğu görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı yüksek düzeyde olan bireylerin duygusal tutarsızlık kişilik özelliği puanının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışma bulgusundan yola çıkarak gergin, kendisiyle ilgili ve takıntılı düşüncelere sahip olmak gibi özellikleri içeren duygusal tutarsızlık kişilik özelliğine sahip bireylerin sosyal medya bağımlılığının yüksek düzeyde olması, bu kişilik özelliğine sahip olan bireylerin insanlarla ilişki ve iletişim kurmakta zorlanan bireyler olmaları yönüyle daha çok sosyal medya kullanımını tercih etmeleri ile açıklanabilir. Sosyalleşme ihtiyacının bireylerin sosyal medya kullanımlarını belirleyen değişkenlerden biri olduğu bilinmektedir (Levin ve Strokes, 1986). Bu yönüyle değerlendirildiğinde, duygusal tutarsızlık kişilik özelliklerine sahip bireylerin günlük yaşamlarında ilişki kurma ve sürdürmede zorlandıkları ve bu sebeple ihtiyaç duymaları halinde sosyal medya ortamında kişisel bilgilerini gizleyerek veya gizlemeden iletişim kurmaya yönelebilirler. Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yüksek olması, bu kişilik özelliğine sahip olan bireyler için bu açıdan açıklanabilir.

Sosyal medya bağımlılığı düzeyi düşük ve yüksek olan bireylerin gelişime açıklık kişilik özelliği puanına bakıldığında ise farklılık olmadığı görülmektedir. Yani, gelişime açıklık kişilik özelliği puanları, sosyal medya bağımlılığı yüksek düzeyde olanlarda ve düşük düzeyde olanlarda benzerlik göstermektedir. Literatürde bu kişilik özelliğinin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisine dair bulguya rastlanmamıştır.

Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin çeşitli değişkenlere göre farklılık gösterme durumu da bu çalışma kapsamında incelenmiştir. Sosyal medya bağımlılığının cinsiyet gruplarına göre farklılık gösterme durumunun incelendiği analiz sonucuna göre kadın ve erkeklerin sosyal medya bağımlılığı düzeyinde farklılık görülmediği belirlenmiştir.

Bu çalışmadan elde edilen bu bulgunun literatürden farklı nitelikte olduğu görülmektedir. Literatürde yer alan bir bulguda, erkeklerin internet kullanım oranının kadınlara göre daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2016). Bu çalışma ile literatür bulgusunun arasında görülen farklılığın bu çalışmanın örneklemini oluşturan erkek sayısının kadın sayısından belirgin düzeyde az olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Ergen bireylerin sosyal medya ve internet ile ilgili tutumlarının çok boyutlu inceleyen bir araştırmada cinsiyet değişkeni ile sosyal medya tutum envanterinden elde edilen puanlarla cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Otrar ve Arın, 2014).

Sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yaş gruplarına göre farklılık gösterip göstermemesi bu çalışma kapsamında incelenmiştir. Dört farklı yaş grubunun sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında farklılık görülmemektedir. Gelir durumuna göre farklılık gösteren gruplarının, sosyal medya bağımlılığı düzeyleri açısından karşılaştırılmasında da farklılığa rastlanmamıştır. Gelir durumu iyi, orta ve kötü olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı benzer düzeylerde dir. Literatüre bakıldığında bir araştırmada gelir düzeyi değişkeninin ergen bireylerin interneti kullanmak amaçlarında bir farklılığa sebep olmadığı sonucuna varılmıştır (Akar, 2016) ancak bu durumun kültürden kültüre farklılık gösterebilme ihtimaline de yer verilmiştir. Bireylerin ailede kaçınıcı çocuk olduklarına göre sosyal medya bağımlılığı düzeyinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan değerlendirme sonucunda bireylerin ailede kaçınıcı çocuk olduğuna göre sosyal medya bağımlılığı düzeylerinde farklılık görülmediği belirlenmiştir.

Bu bağlamda yaş farklılığı, ailenin gelir durumu, çocuk sırası, sosyal medya bağımlılığına etki etmemesi olumlu gözükmemektedir. Böylece elimizde olmayan sebeplerle ailenin yaşam standardı sosyal medya bağımlılığına etki etmemektedir. Bu sebeple aileler yaşam standardını bahane bulmadan çocuklarını kontrol ederek ve destek olarak bu süreci yürütmesine katkı sağlayabilir.

Ergenlerde sosyal medya kullanım bozukluğu ve kişilik bozuklukları arasında ilişkiyi araştıran bir başka çalışmada da çocuk sırası değişkeni ve sosyal

medya kullanım bozukluğu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Türk ve Karaaziz 2020).

Ebeveynlerin eğitim durumları gruplarına göre bireylerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinde farklılık bulunup bulunmadığı çalışma kapsamında incelenmiştir. Annelerin hangi eğitim düzeyine sahip olduğuna göre bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinde farklılık görülmemektedir. Çevik ve Çelikkaleli (2010)' nin gerçekleştirdiği bir araştırmada anne eğitim düzeyi ve internet bağımlılığı puanları arasında da anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Babaların eğitim durumu gruplarına göre incelendiğinde ise, bireylerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinde farklılık görülmektedir. Görülen farklılık durumu incelendiğinde, babası okuryazar olmayan veya ilkokul mezunu olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyi, babası diğer eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyinden daha düşük olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu bulgu babaların eğitim düzeyinin düşük olmasının ailenin ekonomik düzeyinde belirleyici bir rolünün olabileceği ve bu yönüyle öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeyini sınırlandırmış olabileceği düşünülmektedir.

Ebeveynlerin eğitim düzeyi seviyesin de anne faktörünün etkin olmadığı baba faktörünün daha baskın olduğu gözükmemektedir. Toplumsal olarak ataerkil gelenek yapısına sahip olma ile sosyal medya bağımlılığına yatkın olmasını etkilediği görülmektedir. Ataerkil rolünde olan babanın güçlü duruşu çocuğun yaşamda ki yerini belirlemede büyük rol oynağı düşünülmektedir. Kernberg'e göre sahip olunan bağlanma stili dönemsel ihtiyaca ve ebeveyn tutumlarına göre farklılık göstermektedir (Kernberg, 2006).

Bireylerin yaşadıkları yer ve koşullara göre sosyal medya bağımlılığı düzeyinin farklılık gösterip göstermediği değerlendirilmiştir. Yapılan değerlendirme sonucunda arkadaşlarıyla yurttan yaşayan, ailesiyle yaşayan veya yalnız yaşayan bireylerin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermemektedir. Dolayısıyla yaşanan yerin bireylerin sosyal medya bağımlılığında belirleyici bir değişken olmadığı anlaşılmaktadır.

Sosyal medya ve internet artık günümüz teknolojisinde her bir birey için rahatlıkla ulaşılabilirdiği ve zaman geçirebildiği bir mecra haline dönüşmüştür

(O’Keeffe vd., 2011). Gerçekleşen ölçümler ve literatürde yer alan çalışmalar genelinde de bu konu bağımlılık düzeyine ve yaşamsal işlevsellik konuları üzerinde etkili olan değişkenlerle ölçüldüğü görülmektedir.

Yaşam koşulları ve yeri sosyal medya bağımlılığı sürecini etkilememesi olumlu olarak düşünülmektedir. Çünkü bireyin kendini farklı görmek ve göstermek ile ilgili çabasını anlamsızca harcamamaya yöneltmektedir. Dolayısıyla kimlik arayışı. ya da kazanımı için sosyal medyayı değil de yaşamın içinde ki gerçeklik ile hareket etme eğilimi daha fazla olduğu düşünülmektedir. Sosyal medyanın sanal ortamı kimlik kazandırma olarak görülmemesi yaşam için de daha uyumlu, çözüm üreten, ilişkisel ve zorluklara dayanabilme kapasitesini artıracığı sonucu görülmektedir.

Bireylerin kullandıkları sosyal medya uygulaması sayısına göre sosyal medya bağımlılığı düzeyleri incelendiğinde, kullanılan sosyal medya uygulaması sayısı arttıkça bireylerin sosyal medya bağımlılığı toplam puan ortalaması da artmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı düzeyi en yüksek olan grup, dört ve daha fazla sosyal medya uygulaması kullanan bireylerden oluşan gruptur. Elde edilen bu bulguyla, bireylerin kullandıkları sosyal medya uygulaması sayısının artmasıyla sosyal medyada geçirilen zamanın da doğru orantılı olarak arttığı ve böylece sosyal medya bağımlılığı düzeyinin de artması anlaşılmaktadır. Sosyal medya ve internet artık günümüz teknolojisinde her bir birey için rahatlıkla ulaşılabildiği ve zaman geçirebildiği bir mecra haline dönüşmüştür (O’Keeffe vd., 2011). Gerçekleşen ölçümler ve literatürde yer alan çalışmalar genelinde de bu konu bağımlılık düzeyine ve yaşamsal işlevsellik konuları üzerinde etkili olan değişkenlerle ölçüldüğü görülmektedir.

Sosyal medya uygulamasının çeşitliliği sanal ortam da daha fazla zaman geçirmeyi haklı göstermektedir. Uygulamaların her birinin farklı olması alanda ki var olma çeşitliliğini getirmekle birlikte kendini ifade etme zenginliği de sağlamaktadır.

Bu zenginliğin kendini daha rahat ifade edebileceği alanı bulmak için fırsat olarak da değerlendirilebilir. Çünkü insan ortamlara göre farklılık gösterebilen yapıya sahiptir. Sosyal medyanın sahip olduğu çeşitliliği insanın ait olduğu

alanı da seçme özgürlüğü tanıdığı ve bu durumun özel alan oluşturma da farklı bir heyecan oluşturduğu düşünülmektedir.

Kulu'nun (2012)' nin yaptığı çalışma da bu bulguları destekler niteliktedir. Çalışma sonuçlarına göre öğrencilerin interneti en çok sosyal paylaşım (facebook, twitter vb.) için kullandığı ve program sayısı arttıkça kullanım süresinin arttığı saptanmıştır.

Bu çalışmada her bir demografik değişken kategorisine göre sosyal medya bağımlılığın yordanması için kullanılan kişilik özellikleri ve bağlanma stillerinin etkilerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bağlanma stillerinin ve kişilik özelliklerinin, sosyal medya bağımlılığını yordamadaki etkisinin incelenmesi için yapılan regresyon analizi sonucunda, katılımcıların sosyal medya puanlarına bakılmış ve ele alınan değişkenlerin sosyal medya bağımlılığının %23,3'ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Bu değişkenlerden, 5FKE Gelişime Açıklık Alt Boyutu negatif yönde ve 5FKE Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu pozitif yönde anlamlı bir şekilde modelde yer almışlardır. Gelişime açıklık faktörü analitik düşünme, yeniliğe açıklık ve duyarlılık boyutlarını içerdiği düşünüldüğünde, kişilerin her şeyi hemen kabul etmeyen ve sorgulayan yapıları daha ön plana çıkabilmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Bu açıdan bu kişilik özelliklerine sahip olan kişilerin daha girişken oldukları ve araştırmaya daha önem verdikleri düşünülebilir. Kişiler yeni ortamlar ve kişiler ile etkileşime girerek her anlamda değerlendirdikleri bir sistem içinde olabilirler. Bu açıdan gelişime açık olan kişilerin sosyal medya bağımlılık puanlarının daha düşük olmasının beklenen sonuçlar arasında olduğu düşünülmektedir.

Kaygılı, kendisiyle uğraşan ve öfkeli gibi özellikler Duygusal Denge-Dengesizlik Faktörü temel özellikleri arasında görülmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Bu faktörden alınan yüksek puanlar kişilerin sahip olduğu karışık hislerden dolayı takıntılı düşünceler ve öfkeli davranışlara da işaret edebilmektedir (Amirkhan, Risinger ve Swickert, 1995; Matthews, Derryberry ve Siegle, 2000).

Bu açıdan Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu'ndan alınan yüksek puanın kişilerin ilişki kurmada yaşadığı zorluk nedeniyle daha yüksek oranda sosyal medya kullandıkları düşünülmektedir. Levy (1993) 217 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışma da güvenli bağlanma yaşayan bireylerin kişilik bozukluğu negatif olduğu, kaygılı-kararsız bağlanma sürecini yaşayan bireylerin kişilik bozukluğu pozitif olarak saptanmıştır

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1 Sonuç

Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrencilerin, İÖA güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma alt boyutu toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan grubun 5FKE Duygusal Tutarsızlık alt boyutu toplam puan ortalamasının daha düşük olduğu bulunmuştur.

Kadın ve erkek gruplarının sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında farklılık görülmediği belirlenmiştir.

Farklı eğitim düzeyine sahip olan babaların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık olduğu belirlenmiştir. Babası ortaokul mezunu olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, babası diğer eğitim düzeyi gruplarında olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasından daha yüksek olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Ayrıca, babası okuryazar olmayan veya ilkokul mezunu olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, babası diğer eğitim düzeyi gruplarında olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasından daha düşük olduğu bulunmuştur.

Farklı sayıda sosyal medya uygulaması kullanan kişilerin sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamaları arasında farklılık olduğu bulunmuştur. Dört farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, üç farklı sosyal medya uygulaması kullananlardan

daha yüksektir. Üç farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, iki farklı sosyal medya uygulaması kullananlardan daha yüksektir.

İki farklı sosyal medya uygulaması kullananların sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalaması, bir sosyal medya uygulaması kullananlardan daha yüksektir. Kullanılan sosyal medya uygulaması sayısının artmasıyla sosyal medya bağımlılık toplam puan ortalamasının da arttığı görülmüştür.

6.2 Öneriler

Yapılacak bilimsel çalışmalarda farklı kesimlerden katılımcılarla çalışılmasıyla daha tarafsız verilere ulaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğunun kadın olduğu görülmektedir. Daha sonraki çalışmalarda cinsiyet değişkeninin daha dengeli bir dağılımı sağlanabilirse ulaşılan sonuçların daha net anlaşılması mümkün olabilir. Çalışmada yer alan diğer sosyo-demografik değişkenlerde de katılımcıların dengeli dağılımına dikkat edilmesi önerilmektedir.

Çalışmanın bulguları kesitsel tasarıma dayanmaktadır. Kesitsel tasarım, davranışı belirli bir süre araştırmak için kullanılmamaktadır. Bu çalışma sadece mevcut sosyal medya bağımlılığını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Bu nedenle, gelecekteki çalışmalar değişkenlerin kişilerde belli bir süre boyunca sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkilerini gözlemlemek için boylamsal çalışma şeklinde yapılabilir.

Bulgulardan edinilen sonuca göre; literatür araştırmalarında yer verilen güvensiz bağlanan bireylerin sosyal medya bağımlılığına yatkınlığının yanı sıra bağlanma düzeyinde patolojik derecede sorunlu olan bireylerin de sosyal medya bağımlılığına yatkınlığı olabilmektedir. Sosyal medya bağımlısı bireylere ise bağımlılık düzeyleri tespit edildikten sonra bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımı ile aşamalı şekilde yönetilmesi sağlanarak tedavi uygulanabilir.

Bu bağlamda güvenli bağlanamayan bireye uygun psikoterapi yöntemi uygulanarak patolojik düzeye gelmeden sosyal medya bağımlılığının önüne geçilebilir.

İnternet ve sosyal medya kullanım yaşının erken çocukluk evresinde başladığı bu sebeple anaokul evresi ile başlayan güvenli internet kullanımı verilerek kontrol altına alınmalı, okul çağı çocuklarına da sosyal medya kullanımı ile ilgili dersler verilmelidir. Bu dersleri verecek olan eğitimcilerin gerekli formasyona ve donanımına sahip olması gerekmektedir.

Ayrıca internet ve sosyal medya kullanım süreleri ile ilgili YEŞİLAY'ın önerdiği okul öncesi için günde 30 dk. ilkököl dönemi için 45dk. ortaokul için günde 1 saat, lise dönemi için günde 2 saat olan uyarılarının dikkate alınması yararlı olabileceği düşünülmektedir. Ailelere de internet ve sosyal medya kullanımı konusunda eğitim verilmesi de bu süreci yönetebilme becerisine sahip olunması önemli olduğu düşünülmektedir.

Ebeveynlerin eğitim düzeyi çocukların kişilik, kimlik yapılanmaların ve geliştirdikleri birçok davranışta etken rol oynamaktadır (Şimşek vd., 2011). Dolayısıyla sosyal medya konusunda bir bağımlılık davranışı geliştirmekte de bu durumun etkinliğinden söz etmek mümkündür. Literatürde yer alan ve çalışmamızda yer verilen birçok araştırma bağımlılığın bir tek başına gelişmediğine ve birçok değişkenin yardımcı rol oynaya bileceğine işaret etmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı konusunda anne babaların eğitim alarak bu konuda daha bilinçli hale gelmeleri, bilinçlenme düzeyi arttıkça da sosyal medya bağımlılığı konusunda sayısal verilere dayanılarak nasıl değişiklerin olduğunu içeren sosyal sorumluluk ve takip çalışmaları araştırmamızın sonuçlarına göre önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Ahmed, I., & Qazi, F.,Q. (2011) Deciphering The Social Costs of Social Networking Sites (Snss) For University Students. *African Journal Of Business Management*, 5(14), 5664-5674.
- Alcatel – Lucent (2008). New communication behaviours in a Web 2.0 world- changes, challenges and opportunities in the era of the information revolution. Ekim 7, 2011 tarihinde http://enterprise.alcatel-lucent.com/private/active_docs/
- Akar, F. (2016). Ergenlerin internet ve sosyal medya kullanım özellikleri ile internet kullanım amaçlarının çeşitli değişkenlerce incelenmesi (Yozgat İli Örneği). Bozok Üniversitesi Uluslararası Bozok Sempozyumu, Bildiri Kitabı, 3. Cilt, 147-165. Yozgat, Türkiye
- Allport, G. (1961). Pattern and growth in personality, New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Allport, G. (1966). *Traits revisited*. *American Psychologist*, 21, 1-10.
- Amirkhan, J. H., Risinger, R. T., & Swickert, R. J. (1995). Extraversion: A Hidden Personality Factor in Coping, *Journal of Personality*, (63)2, 188-212.
- Andangsari, E. W., Gumilar, I., & Godwin, R. (2013). Social Networking Sites Use and Psychological Attachment Need among Indonesian Young Adults Population. *International Journal of Social Science Studies*, 1(2), 133-138.
- Arseven AD (2001). Alan Araştırma Yöntemi, İlkeler, Teknikler, Örnekler. 2.bs. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Bakıroğlu, C (2013). Sosyalleşme ve kimlik inşası ekseninde sosyal paylaşım ağları. Akademik Bilişim Konferansı, Antalya, Türkiye.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K. (1994). Assessment of individual differences in adult attachment. *Psychological Inquiry*, 5, 23-67.

- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-241.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226- 244
- Baz, F. Ç. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Çalışma. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(9), 276-295.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality And Individual Differences*, 116, 69-72.
- Brumariu LE. Parent-child attachment and emotion regulation. *New Dir Child Adolesc Dev*. 2015;148:31-45.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol.1. Attachment*. New York Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: vol 2. Seperation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2014). *Güvenli Bir Dayanak Ebeveyn Çocuk Bağlanması ve Sağlıklı İnsan Gelişimi*. S. Güneri (Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyükşahin, Ç. G. ve Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin arkadaş bağıllığı ve internet bağımlılığının cinsiyet ebeveyn tutumu ve anne baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. *Ç. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19 (3), 229-236.
- Cengizhan, C. (2015). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: İnternet bağımlılığı. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 83–98.

- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1988). From catalog to classification: Murray's needs and the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 55(2), 258-265.
- Costa, P. T., McCrae, R. R., & Dye, D. A. (1991). Facet Scales for Agreeableness and Conscientiousness; a Revision of the NEO Personality Inventory. *Personality and Individual Differences*, (12) 9, 887-898.
- Crockenberg, S., Lyons-Ruth, K., & Dickstein, S. (1993). The family context of infant mental health: II. Infant development in multiple family relationships. *Handbook of infant mental health*, CH Zeanah (Ed), New York Guilford Press, 38-55.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., ve Pan, H. (2002). Assessing Secure Base Behavior in Adulthood: Development of a Measure, Links to Adult Attachment Representations, and Relations to Couples Communication and Reports of Relationships. *Developmental Psychology*, 38(5), 679-693. Çalışkan, S. C. (2011).
- Conrad, K. M., & Greene, K. (2014). Technology addiction's contribution to mental wellbeing: The positive effect of online social capital. *Computers in Human Behavior*, 40, 23-30.
- Çakır, Ö., Horzum, M. B. & Ayas, T. (2013). *İnternet bağımlılığının tanımı ve tarihçesi*. M. Kalkan & C. Kaygusuz (Ed.), *İnternet bağımlılığı sorunlar ve çözümler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çelik, Ç. (2018). Bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme: aralarındaki ilişki ne? *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 27-40.
- Çevik, G., & Çelikkaleli, Ö., (2010). Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve annebaba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 19, Sayı 3, 2010, Sayfa 225-240.
- Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 25, Sayı 3, 2016, Sayfa 381-396

- Demircioğlu, Z. I., & Köse, A. (2018). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9956-x>.
- Deniz, M., Hamarta, E., & Ari, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 33(1), 19-32.
- Deperlioğlu, Ö., & Köse, U. (2010). Web 2.0 teknolojilerinin eğitim üzerindeki etkileri ve örnek bir öğrenme yaşantısı. Akademik Bilişim'10 - XII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, Muğla Üniversitesi. *Communication_Behavior_in_a_Web2_0_World_ALU.pdf* adresinden alınmıştır
- Doğan, A. (2015). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması. *Türkiye İstatistik Kurumu*.
- Ekşi, F. & Ümmet, D. (2013). Bir kişilerarası iletişim problemi olarak internet bağımlılığı ve siber zorbalık: Psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25), 91–115.
- Eroglu, Y. (2013). Interrelationship between Attachment Styles and Facebook Addiction. *Journal of Education and Training Studies*, 4(1), 150-160.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Goldberg, L. R. (1992). The Development of Markers for the Big-Five Factor Structure. *Psychological Assessment*, (4) 1, 26-42.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.

- Gültekin, F., & Arıcioğlu, A. (2017). Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ve sosyal bağlılık ilişkisi. *Sakarya University Journal of Education*, 7(2), 373-384.
- Hayes, N. (2011). Psikolojiyi Anlamak. Filiz Şar, Asiye Hekimoğlu (Çev.). İstanbul: Optimist.
- Hazan, C., Shaver, PR. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5: 1-22.
- Hojat, M. (1982). Loneliness as a function of selected personality variables. *Journal of Clinical Psychology*, 38: 137-141.
- İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. E. (2015). Kişilik kuramları. 10. Baskı. Ankara: Pegem Akademi.
- Jones, N. R. (1995). Danışma psikolojisi kuramları. Füsün Akkoyun (Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kang, M., & Schuett, M. A. (2013). Determinants of sharing travel experiences in social media. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 30(1-2), 93–107.
- Karasar, N. (2002). Bilimsel Araştırma Yöntemi, Kavramlar, İlkeler, Teknikler. 11.bs, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kraut, S., Kiesler, B., Boneva, J. (2002). A Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58: 49-74.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 3(2), 321-342.
- Kernberg, O. (2006) Sınır durumlar ve patolojik narsizm. (M. Atakay, Çev.). İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Kim, S., & Kim, R. (2002). A study of internet addiction: Status, causes, and remedies. *Journal of Korean Home Economics Association*, 3(1), 1–19.
- Kraemer, G. W. (1992). A psychobiological theory of attachment. *Behavioral and Brain Sciences*, 15(3), 493-511.

- Kubey, R., & Csikszentmihalyi, M. (2002). Television addiction. *Scientific American*, 286(2), 74–81.
- Kulu, M. (2012). Öğrencilerin İnternet Kullanımına Yönelik Görüşleri ve Okul Başarısı İle İlişkisi (Şişli Teknik Ve Endüstri Meslek Lisesi Örneği). Yüksek lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi. İstanbul
- Levine, I., Stokes, J. P. (1986). An examination of the relation between individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality*, 54: 717-733.
- Levy, K.N. (1993, May). Adult attachment styles and personality pathology. New research presented at the 1993 American Psychiatric Association Annual Meeting,
- Lin L.Y., Sidani, J. E., Shensa. A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J. B., Hoffman, B. L., Giles, L. M., Primack, B. A. (2016). Association between Social Media Use and Depression Among U.S. Young Adults. *Depression and Anxiety*. 33:323–331.
- Lin, M. P., Ko, H. C., & Wu, J. Y. W. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with Internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 14(12), 741–746.
- Matthews, G., Derryberry, D., & Siegle, G. J. (2000). *Personality and Emotion : Cognitive Science Perspectives. in, Advances in Personality Psychology*. (Ed.) S. E., Hampson, Psychology Press Ltd., East Sussex.
- McKenna, K., Bargh, J. (2000). Plan 9 from cyberspace, The implications of the internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 4: 57-75.
- Mikulincer, M., Shaver, PR. (2007). Attachment Patterns in Adulthood: Structure, Dynamics and Change. New York: Guilford Press.
- Morsünbül Ü, Çok F. Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 2011;3:553-570

- Murdock, N. L. (2012) Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları. Füsün Akkoyun (Çev.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- O'Keeffe, G.S., ve Clarke-Pearson, K. (2011). Clinical report - The impact of social media on children, adolescents, and families <http://pediatrics.aappublications.org/content/127/4/800> adresinden 25.04.2019 tarihinde alınmıştır.
- Otrar, M., Arın, F. (2014).Ergenlerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarının çok boyutlu incelenmesi. Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama 3-22
- Özsoy, E. (2015). Bağlanma, anksiyete ve bilgi işleme. Ankara üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü klinik psikoloji anabilim dalı, doktora tezi.
- Pehlivan Türk, B. (2004). Otistik çocuğu olanlarda bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 56-63.
- Pennebaker, J.W. (1989). Confession, inhibition, and disease. *Advances in experimental social psychology*, New-York, 221-244.
- Plotnik, R., (2009), Psikolojiye Giriş, Tamer Geniş (Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Ross, C., Orr, E.S., Sisic, M., Arseneault, J. M., Simmering, M. G., Orr, R. R. (2009). Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*. 25, 578–586.
- Savci, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106–115.
- Solmaz, B., Tekin, G., Herzem, Z., ve Demir, M. (2013). İnternet ve sosyal medya kullanımı üzerine bir uygulama. *Selçuk İletişim*, 7(4). 23- 32.
- Solomon J, George C. Disorganized Attachment and Caregiving. New York, The Guilford Press, 2011
- Söner, Y., & Yılmaz, O. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(13), 61-76.

- Sümer, N. (2006). Categorical and dimensional comparison of the adult attachment measures. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21: 1-24.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şimşek, Ş., Akgemci, T., & Çelik, A. (2011). *Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Topses, G., & Bulut Serin, N.(2012). *Psikolojik Danışma ve Kişilik Kuramları*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tekinarslan E., & Gurer M. D. (2011). Problematic internet use among Turkish university students: A multidimensional investigation based on demographics and internet activities. *International Journal of Human Sciences*, 8(1), 1028–1050.
- Tüzün, O., & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam Dergisi*, 19(1), 24-39.
- TÜİK, (2016). Bilgi Toplumu İstatistikleri, Girişimlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması, Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması.
- Türk, E., & Karaaziz, M., (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımının bağlanma stilleri, akran ilişkileri, kişilik bozuklukları ile ilişkisinin incelenmesi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*.
- Tsai,C.C. ve Lin.S.S.S.(2003) Internet addiction of adolescentsin Taiwan:An Interview study. *CyberPsychology&Behaviour*,6:649-652
- Olgun, B. (2015). Sosyal medyanın tüketici satın alma davranışları üzerindeki etkisi. Gümüşhane Üniversitesi *Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, 4(12), 484-507.
- Öztürk, M. O., & Uluşahin, N. A. (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel.
- Şencan, B. (2015). Bağlanma Örüntüleri ve Psikolojik İyilik Hali Arasındaki İlişkilerde Duygusal Şemalar, Duygusal ZorlanmayaTolerans ve

- Kişilerarası Beklentilerin Rolü. Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in
- Tokatlı, M. (2016). Yeni Medya'nın Geleneksel Medya ve halkla ilişkiler meslek alanı üzerine etkileri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(45), 877-886.
- Vatandaş, S. (2017). Sosyal medyanın anlam ve öneminin cinsiyetler bağlamında incelenmesi. *Uluslararası Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(8), 12-24.
- Vural, Z. B. A., ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yaşar University*, 20(5), 3348-3382.
- Zimbardo, P. G., & Gerring, R. J. (2012). Psikoloji ve yaşam. Gamze Sart (Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Ziv, Y., Oppenheim, D. ve Sagi-Scwartz, A. (2004). Social information processing in middle childhood: Relations to infant-mother attachment. *Attachment & Human Development*, 6(3), 327-348.

EKLER

Ek 1. Gönüllü Bilgilendirme ve Onay Formu

Bu çalışma, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Bağlanma Stilleri hakkındadır ve Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tezi kapsamında Dr. Hande Uluçay Söyler danışmanlığında Elif Erkan Tekneci tarafından yürütülmektedir.

Araştırma gönüllülük esasına dayalıdır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkında sahipsiniz. Soruları cevaplamanız, araştırmaya katılmak için onay verdiğiniz anlamına gelecektir. Araştırmacı tarafından size 3 farklı ölçek ve 1 adet bilgi formu verilecek ve bulunan soruları cevaplamanız istenecektir.

Verilen formlardaki sorulara olan yanıtlarınız yalnızca araştırma konusuyla ilgili genel bir sonuca varmak için kullanılacaktır. Şahsınız ile ilgili bireysel bir sonuç olmayacak ve bilgilerinizin gizliliği korunacaktır.

Araştırmaya katıldığınız için teşekkür ederiz.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için çalışmanın yürütücüsü Elif Erkan Tekneci ile iletişime geçebilirsiniz. (eliferkann34@gmail.com)

TezYazarı / Araştırmacı Tez Danışmanı

Elif ERKAN TEKNECİ / Yrd. Doç. Dr. Hande ULUÇAY SÖYLER

ONAM

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında açıklama yapıldı. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

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

Kabul ediyorum ()

Kabul etmiyorum ()

Ek 2. Demografik Bilgi Formu

1.	Cinsiyetiniz :	☐ kadın	☐ erkek
2.	Yaşınız :		
3.	Medeni Durumunuz:	☐ bekar	☐ evli ☐ dul
4.	Eğitim durumunuz :	☐ ilkokul	☐ ortaokul ☐ lise
5.	Bölümünüz:		
6.	Gelir durumunuz genel olarak nasıl değerlendiriyorsunuz?	☐ kötü	
7.	Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?		
8.	Anne babanızın evlilik durumu nedir?	☐ evli	☐ boşanmış
9.	Annenizin eğitim düzeyi nedir?	☐ okur-yazar değil ☐ okur-yazar ☐ ilkokul ☐ ortaokul	
10.	Babanızın eğitim düzeyi nedir?	☐ okur-yazar değil ☐ okur-yazar ☐ ilkokul ☐ ortaokul	
11.	Anneniz çalışıyor mu?	☐ evet	☐ hayır
12.	Babanız çalışıyor mu?	☐ evet	☐ hayır
13.	Nerede yaşıyorsunuz?	☐ ailemle ☐ yurtta ☐ yalnız yaşıyorum	

Ek 3. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
1. Sosyal medya hesaplarıma (Facebook, twitter, instagram vb) giremediğim zaman kendimi gergin hissederim.	1	2	3	4	5
2. Sosyal medya hesaplarımı kontrol ettiğim zaman mutlu olurum.	1	2	3	4	5
3. Sosyal medya hesaplarımı kontrol etmekten zevk alırım	1	2	3	4	5
4. Sosyal medya üzerinden daha rahat arkadaşlık ilişkileri kurarım.	1	2	3	4	5

Ek 4. İlişki Ölçekleri Anketi

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Beni hiç
tanımlamıyor.

Beni kısmen
tanımlıyor.

Beni tamamıyla
tanımlıyor.

	1	2	3	4	5	6	7
1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 5. Beş Faktör Kişilik Envanteri-Kısa Form

Aşağıda insanların bazı özelliklerini tanımlayan ifadeler verilmiştir. Lütfen dikkatli okuyarak, her ifadenin size ne kadar uygun olduğunu ifadenin yanındaki kutulardan uygun olanın üzerine işaretleyerek belirtiniz. İfadelerin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Eğer hiç bir seçenek size uymuyorsa veya kararsızsanız “?” ni işaretleyebilirsiniz. Cevaplarken olmak istediklerinize göre değil, şu anda kendinizi nasıl görüyorsanız ona göre cevaplayınız.

1. Çekingen bir insanım.	tamamen uygun	biraz uygun	?	uygun değil	hiç uygun değil
2. Her şeyi son dakikada yaparım.	tamamen uygun	biraz uygun	?	uygun değil	hiç uygun değil
3. Etrafımdaki insanları eğlendiririm.	tamamen uygun	biraz uygun	?	uygun değil	hiç uygun değil
4. Farklı düşünen insanları anlarım.	tamamen uygun	biraz uygun	?	uygun değil	hiç uygun değil

Ek 6. Ölçek İzinleri

Ölçek Kullanma İzni

Gelen Kutusu x

✕ 🖨️ 📧



Elif Erkan <eliferkann34@gmail.com>
Alıcı: nebisumer ▾

12 Ara 2018 Çar 09:31 ☆ ↩️ ⋮

Merhaba Nebi Bey;

Ben Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Yüksek Lisans öğrencisiyim.Bu programın tez dönemi aşamasındayım.Bu aşamada üniversite de öğrencilerle bağlanma stillerine göre sosyal medya bağımlılığı çalışmasını yapmak istiyorum.Bu sebeple sizin çalışmanızda kullandığınız ilişki ölçekleri anketinin kullanmak istiyorum,bunun kullanma hakkını verir iseniz formu ve puanlamayı da gönderebilir misiniz?

Şimdiden teşekkürler.

Elif Erkan Tekneci



Nebi Sumer <nemisumer@sabanciuniv.edu>
Alıcı: ben ▾

12 Ara 2018 Çar 09:49 ☆ ↩️ ⋮

Ölçeğe www.nemisumer.com adresinden ulaşabilirsiniz. Memnuniyetle kullanın, izne gerek yok.
NS

12.Ara 2018 Çar, saat 09:31 tarihinde Elif Erkan <eliferkann34@gmail.com> şunu yazdı:



Elif Erkan <eliferkann34@gmail.com>
Alıcı: Arkun, bcc: ben ▾

17 Oca 2019 Per 15:54 ☆ ↩️ ⋮

Arkun bey yeniden merhaba

Envanteri kullanmak istiyorum. Sizin gösterdiğiniz rehberliği kullanarak . Anketi uygulayabilme sürecine başlamak istiyorum. Yardımlarınız için şimdiden teşekkür ediyorum. Kolay gelsin...

Çocuk ve Aile uzmanı Elif Erkan

Arkun Tatar <arkuntatar@yahoo.com> şunları yazdı (10 Oca 2019 17:43):



Arkun Tatar <arkuntatar@yahoo.com>
Alıcı: ben ▾

📧 18 Oca 2019 Cum 01:11 ☆ ↩️ ⋮

Elif hanım,

Dosyaları ekledim. Verilerinizi Excel veya SPSS dosyası olarak puanlama için göndermeniz yeterli. Kodlamada, envanter maddelerini,

"Tamamen Uygun / TU" 1

"Biraz Uygun / BU" 2

"Kararsız / ?" 3

"Pek Uygun Değil / PUD" 4

"Hiç Uygun Değil / HUD" 5 ile kodlanması verilerin hızlı değerlendirilmesi için uygun olur.

Ek 7. Anket İzni



T.C.
İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığı

E-İmzalıdır

Sayı : 44274237-200.99-E.53077
Konu : Anket İzni

27/09/2019

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

- İlgi: a) Yakın Doğu Üniversitesi Rektörlüğü'nden alınan 06.08.2019 tarih ve RY-3/733 sayılı yazı.
b) Yakın Doğu Üniversitesi Rektörlüğü'nden alınan 06.08.2019 tarih ve RY-3/734 sayılı yazı.

Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden Elif Erkan TEKNECİ'nin 'Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi' isimli çalışması kapsamındaki ve Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden Mehmet TEKNECİ'nin de 'Kırılgan Narsizim ve Onay Bağımlılık İlişkisinin İncelenmesi' isimli anket çalışmasını Fakültemizin çeşitli bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilere yapmaları Dekanlığımızca uygun bulunmuştur.

Gereği için bilgilerinize arz ederim.

Prof. Dr. Erdoğan KUNTER
Dekan

ÖZGEÇMİŞ

01.08.1976 tarihinde İstanbul'da doğmuştur. İlk ve orta öğretimini İstanbul'da tamamlamasının ardından psikoloji lisansını ingilizce olarak Alfred Üniversitesi'nde tamamlamıştır. Ayrıca Üsküdar Üniversitesi Sosyal Hizmet lisans mezunudur. Birey Aile Çocuk Psikoterapileri Enstitüsü Derneğinin Başkanıdır. Oyun terapisti ve Virginia Satir aile terapisti olarak psikoterapi çalışmalarını sürdürmektedir. Ayrıca Medipol Üniversitesi'nde yarı zamanlı öğretim görevlisi olarak çalışan Elif Erkan, aynı zamanda evli ve 2 kız çocuğu annesidir.

İNTİHAL RAPORU

elif

ORJİNALLİK RAPORU

% 13	% 11	% 6	%
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikerisim.fsm.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	% 5
2	toad.halileksi.net İnternet Kaynağı	% 1
3	akademik.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1
4	ŞAHİN, Cengiz and YAĞCI, Mustafa. "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması", Ahi Evran Üniversitesi, 2017. Yayın	% 1
5	www.tunahancetin.com İnternet Kaynağı	<% 1
6	www.sosyalarastirmalar.com İnternet Kaynağı	<% 1
7	ERDOĞAN, Öznur and TANRIÖĞEN, Zeynep Meral. "Okul yöneticilerinin öğretimsel liderlik davranışları ile öğretmenlerin mesleki kabul	<% 1

ETİK KURUL RAPORU



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

22.05.2019

Sayın Elif Erkan Tekneci

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na varmış olduğunuz YDÜ/SB/2019/389 proje numaralı ve "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi" başlıklı proje önerisi kurumumuzca değerlendirilmiş olup, aşağıdaki öneri dikkate alınmak üzere, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu vazi ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

- Veri toplanması planlanan kurumlardan izin alınması

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Direnç Kanol