

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, YALNIZLIK VE İYİ OLUŞ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nusret ERDEMİR

İstanbul
Ocak-2022

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, YALNIZLIK VE İYİ OLUŞ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nusret ERDEMİR

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Tuncay AYAS

İstanbul
Ocak-2022

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Tuncay AYAS

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem DEMİR ÇELEBİ

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Ali GURBETOĞLU

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.....
Prof. Dr. Metin TOPRAK
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

“Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tez çalışmam sürecinde; bilimsel etiğe, akademik kurallara dikkatle uyduğumu, tez kapsamını bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde, tez yazım kurallarına uygun, özgün bir şekilde hazırladığımı, doğrudan veya dolaylı her alıntıya kaynak gösterdiğimi, yararlandığım kaynakların belirtilenlerden ibaret olduğunu beyan ederim.

Nusret ERDEMİR

ÖN SÖZ

Bu araştırmanın başlangıç noktası alanda varolan çalışmalara bakılarak; “Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişki” durumuyla ilgili araştırmaların eksik olması ile alakalıdır. Bu araştırmanın ilk olmasına bağlı olarak, alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmadaki mevcut kusurlar yazarın sorumluluğu olup, bu aşamaya gelmesine kadar olan süreçte, birçok kişinin desteği ve katkısı bulunmaktadır.

Öncelikle tez yazma sürecinde önemli etkisi olan danışman hocam Sayın Prof. Dr. Tuncay AYAS’a ilgisi ve desteği için çok teşekkür ederim. Yüksek lisans yapmam için bana destek veren; ilk lisansım sınıf öğretmenliğinden Doç. Dr. Hakan SARIÇAM’a, RPD lisansımdan Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ’a, Doç. Dr. İbrahim TAŞ’a yüksek lisansta istatistik eğitimi ile Prof. Dr. İbrahim GÜNEY’e ve Doç. Dr. M. Yüksel ERDOĞDU’ya ve yetişmem için emek harcayan geçmişten bugüne tüm hocalarıma teşekkürü bir borç bilirim.

Anket izinleri için; Kütahya İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve Tavşanlı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü yönetimlerine, Tavşanlı geneline anketi yaymamda yardımcı olan İlçe Milli Eğitim Şube Müdürü Süleyman AKAY’a, uygulama için zaman ayıran ortaokullarda görev yapan müdürler, müdür yardımcıları, öğretmenlere ve ankete cevap vererek katkıda bulunan ortaokul öğrencilerine, bilimsel araştırmaya destekleri, ilgileri ve olumlu tavırları için çok teşekkür ederim.

Hayatıma güç, anlam, değer katarak maddi-manevi desteğini her zaman sağlayan, yetişmemde emeklerini ödeyemeyeceğim annem Mürüvvet ERDEMİR’e ve engelleri hayattan silen ve ideolum olan babam Nuri ERDEMİR’e sonsuz minnettarım.

Bu araştırmayı ERDEMİR ailesinin her bir ferdine ithaf ediyorum...

12/12/2021

Kütahya/Tavşanlı

ÖZET

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, YALNIZLIK VE İYİ OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Nusret ERDEMİR

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Tuncay AYAS

Ocak-2022, 200 + xvii Sayfa

Bu araştırmanın temel amacı, ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 öğretim yılında Kütahya ili Tavşanlı ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okula devam eden tüm ortaokul öğrencileri 5., 6., 7. ve 8.sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Tavşanlı ilindeki tüm ortaokullardan tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 5., 6., 7. ve 8.sınıflara devam eden, anketleri gönüllü olarak dolduran 481 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur.

Veri toplama aracı olarak; “Kişisel Bilgi Formu, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu ve Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği” kullanılmıştır.

Mevcut çalışma korelasyonel bir çalışmadır. Normal dağılım gösterdiği kabul edilen ölçeklerdeki ortalama farklılıkları ve ilişkileri incelemek için t-testi, ANOVA, LSD testi, Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Lineer Regresyon Analizleri yapılmıştır. Dağılımın normal olmadığı ölçeklerde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis-H testi yapılmıştır.

Mevcut araştırmanın bulgularına göre; sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki, sosyal medya bağımlılığı ile iyi oluş (toplam ölçek) ve kararlılık arasında orta düzeyde negatif; bağımlılık, iyimserlik ve mutluluk arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki vardır. Ayrıca yalnızlık ile iyi oluş (toplam ölçek), bağımlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk arasında düşük

düzyde negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın bulgusu ayrıca sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığın ortaokul öğrencilerinin iyi oluş düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığını ortaya koymuştur.

Sosyal medya bağımlılığı ile demografik değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde; sınıf düzeyi, başarı, spor ve kültürel etkinliklere katılım açısından sosyal medya bağımlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların yalnızlık düzeyleri; başarıları ve anne eğitim düzeyleri açısından da anlamlı farklılık göstermektedir. Bağlılık düzeyleri; sınıf düzeyi ve sportif ve kültürel faaliyetlere katılım açısından, karalılık düzeyleri; sınıf düzeyi, başarı düzeyi, baba çalışma durumu, sportif ve kültürel etkinliklere katılım açısından farklılık göstermektedir. Ayrıca iyimserlik düzeyleri; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, başarı, sportif ve kültürel faaliyetlere katılım açısından, ilişkililik düzeyleri; yaş, sınıf düzeyi, başarı, anne eğitim düzeyi, anne-baba birlikteliği, sportif ve kültürel faaliyetlere katılım açısından; mutluluk düzeyleri; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, başarı, sportif ve kültürel etkinliklere katılım açısından anlamlı bir farklılık vardır.. Son olarak, katılımcıların iyi oluş puanlarında cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, başarı, sportif ve kültürel faaliyetlere katılım açısından anlamlı bir farklılık vardır.

Mevcut çalışmada elde edilen sonuçlar, ana ve alt problemler ile alanda mevcut diğer çalışmaların istatistiksel bulgularına dayalı olarak tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ortaokul öğrencileri, sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık, iyi oluş.

ABSTRACT

EXAMINATING THE RELATIONSHIP BETWEEN SECONDARY SCHOOL STUDENTS' SOCIAL MEDIA ADDICTION, LONELINESS AND WELL-BEING

Nusret ERDEMİR

Master's Degree Thesis, Guidance and Psychological Counseling

Thesis Advisor: Prof. Dr. Tuncay AYAS

January-2022, 200 + xvii Page

The main purpose of current study is to examine the relationship between secondary school students' social media addiction, loneliness and well-being. The population of the study was all secondary schools students attending school under the Ministry of National Education in Tavşanlı district of Kütahya city consist of 5th, 6th, 7th and 8th grade students in 2021-2022. The sample of the study consisted of 481 secondary school students who voluntarily filled out the questionnaires attending the 5th, 6th, 7th and 8th grades, selected by random sampling method from all secondary schools in Tavşanlı. As data collection tools, Personal Information Form, Social Media Addiction Scale for Adolescents, UCLA Loneliness Scale Short Form, and Five-Dimensional Well-Being Model Scale for Adolescents were used. The current study is a correlational study. To examining mean differences and the relationships in the scales that are considered to have normal distribution t-test, ANOVA, LSD test, Pearson Correlation Analysis and Multiple Liner Regression Analyses were run. In scales where the distribution is not normal Mann Whitney U and Kruskal Wallis-H test were run.

According to the findings of the current study, there is a low level positive and significant relationship between social media addiction and loneliness, a moderately negative relationship between social media addiction and well-being (total scale) and decisiveness and a low level negative and significant relationship between commitment, optimism and happiness. In addition, it was determined that there is a low negative and significant relationship between loneliness and well-being (total

scale), commitment, decisiveness, optimism, and happiness. Finding of the study also revealed that social media addiction and loneliness significantly predict well-being level of secondary school students.

When the relationship between social media addiction and demographic variables examined it was determined that there is significant difference social media addiction level in terms of grade level, achievement, participation in sports and cultural activities. There is also significant difference in loneliness level of participants in terms of their achievement and mother education level; in commitment in term of grade level and participation in sports and cultural activities; in decisiveness in terms of grade level, achievement level, father working status, and participation in sports and cultural activities also were determined. In addition, there is a significant difference in optimism in terms of gender, age, grade level, achievement, and participation in sports and cultural activities; in relatedness in terms of age, grade level, achievement, mother educational level, parent togetherness, and participation in sports and cultural activities; in happiness in terms of gender, age, grade level, achievement, and participation in sports and cultural activities. Lastly, there is a significant difference in well-being score of participants in terms of gender, age, grade level, achievement, and participation in sports and cultural activities.

The results obtained in the current study were discussed on the basis of the statistical findings of the main and sub-problems and other existing studies in the field, and suggestions were made.

Anahtar Kelimeler: Secondary school students, social media addiction, loneliness, well-being.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLoların LİSTESİ	xii
ŞEKİLLERİN LİSTESİ	xvi
KISALTMALARIN LİSTESİ	xvii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	6
1.3. Önem	6
1.4. Varsayımlar	8
1.5. Sınırlılıklar.....	8
1.6. Tanımlar	8
BÖLÜM II	9
KURAMSAL YAPI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı	9
2.1.1. Sosyal Medya.....	9
2.1.2. Sosyal Medyanın Özellikleri	10
2.1.3. Sosyal Medyanın Tarihsel Gelişim Süreci.....	12
2.1.4. Günümüzde Kullanılan Bazı Sosyal Medya Uygulamaları	14
2.1.5. Sosyal Medyanın Birey ve Toplum Üzerindeki İşlevleri	19
2.1.6. Sosyal Medya Kullanımının Temel Felsefesi	20
2.1.7. Sosyal Medya Ortamlarının Kullanımı Sonucunda Ortaya Çıkan Avantajlar ve Dezavantajlar	22
2.1.7.1. Avantajları (Yararları).....	22
2.1.7.2. Dezavantajları (Zararları).....	23
2.1.8. Bağımlılık	25
2.1.9. Davranışsal Bağımlılık Çeşidi Olarak İnternet Bağımlılığı.....	27
2.1.10. Davranışsal Bağımlılığın Yeni Türü Sosyal Medya Bağımlılığı.....	29
2.2. Yalnızlık	33

2.2.1. Yalnızlığın Kavramsal Olarak Anlam Yapısı.....	33
2.2.2. Yalnızlığı Oluşturan Nedenler	36
2.2.3. Yalnızlığın Boyutsal Yapısı.....	38
2.2.4. Yalnızlaşmış Bireylerin Özellikleri	40
2.2.5. Yalnızlığın Kuramlara Göre Açıklanması	41
2.2.5.1. Psikanalitik Kuram.....	41
2.2.5.2. Etkileşimsel Kuram.....	43
2.2.5.3. Varoluşçu Kuram	44
2.2.5.4. Bilişsel Kuram.....	44
2.2.5.5. Bilişsel Davranışçı Kuram	45
2.2.5.6. Fenomolojik (Danışan Merkezli) Kuram	46
2.2.6. Yalnızlığın Ortaya Çıkardığı Sonuçlar	46
2.3. İyi Oluş	47
2.3.1. Tarihsel Süreç İçinde Pozitif Psikolojinin Gelişimi	47
2.3.2. İyi Oluşun Kavramsal Yapısı.....	48
2.3.3. İyi Oluşa Ait Yaklaşımlar ve Kavramları	49
2.3.3.1. Hedonik Yaklaşım ve Öznel İyi Oluş Kavramı	50
2.3.3.2. Eudamonik Yaklaşım ve Psikolojik İyi Oluş Kavramı	50
2.3.4. PERMA İyi Oluş Modeli Beş Boyutlu Yapısı.....	52
2.3.5. EPOCH İyi Oluş Modelinin Beş Boyutlu Yapısı	55
2.4. Değişkenlerle İlgili Yapılmış Araştırmalar	56
2.4.1. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar	56
2.4.1.1. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar	56
2.4.1.2. Yalnızlık ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	57
2.4.1.3. İyi Oluş ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	58
2.4.2. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....	59
2.4.2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar	59
2.4.2.2. Yalnızlık ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar	60
2.4.2.3. İyi Oluş ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar	62
BÖLÜM III.....	64
YÖNTEM.....	64
3.1. Araştırmanın Modeli	64
3.2. Evren ve Örneklem.....	64
3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri	64

3.3.1. Kişisel (Demografik) Bilgi Formu.....	65
3.3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)	65
3.3.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)	66
3.3.4. Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH).....	67
3.4. Veri Toplama Çalışmaları	69
3.5. Verilerin Analizi ve Kullanılan İstatiksel Yöntemler.....	70
BÖLÜM IV	73
BULGULAR VE YORUMLAR	73
4.1. Demografik Bilgilerin Analizi.....	73
4.2. Birinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları	75
4.3. İkinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	77
4.4. Üçüncü Amaç: Yalnızlığın Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	83
4.5. Dördüncü Amaç: İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	89
4.6. Beşinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler	124
4.7. Altıncı Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın İyi Oluşu Yordaması	126
BÖLÜM V.....	128
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	128
5.1. Sonuçlar.....	128
5.1.1. Birinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları	128
5.1.2. İkinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	130
5.1.3. Üçüncü Amaca Yönelik Sonuçlar: Yalnızlığın Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	135
5.1.4. Dördüncü Amaca Yönelik Sonuçlar: İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları	141
5.1.5. Beşinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler	151
5.1.6. Altıncı Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın İyi Oluşu Yordaması.....	152
5.2. Öneriler.....	152
KAYNAKÇA	155
EKLER.....	184



TABLULARIN LİSTESİ

Tablo 1.1. <i>Dünya Genelinde Altı Yıllık Sosyal Medya Kullanımına Ait Değişimi Gösteren Digital Raporları</i>	2
Tablo 1.2. <i>Ülkemiz Genelinde Altı Yıllık Sosyal Medya Kullanımına Ait Değişimi Gösteren Digital Raporları</i>	3
Tablo 3.1. <i>Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)'nin Cronbach's Alpha Değeri</i>	66
Tablo 3.2. <i>Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)'nin Aritmetik Ortalama Aralık Değeri</i>	66
Tablo 3.3. <i>UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nun Cronbach's Alpha Değeri</i>	67
Tablo 3.4. <i>UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nun Aritmetik Ortalama Aralık Değeri</i>	67
Tablo 3.5. <i>Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve Alt Boyutlarının Cronbach's Alpha Değeri</i>	68
Tablo 3.6. <i>Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve Alt Boyutlarının Aritmetik Ortalama Aralık Değeri</i>	69
Tablo 3.7. <i>Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri</i>	71
Tablo 4.1. <i>Ortaokul Öğrencilerine Ait Demografik Bilgilerin Frenkans ve Yüzde Değerlerinin Dağılımı</i>	73
Tablo 4.2. <i>Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık Ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları</i>	75
Tablo 4.3. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	77
Tablo 4.4. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	77
Tablo 4.5. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	78
Tablo 4.6. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Başarı Düzeyi Değişkeni T Testi İstatistik Bulgusu</i>	79
Tablo 4.7. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	79
Tablo 4.8. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	80
Tablo 4.9. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	80
Tablo 4.10. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	81
Tablo 4.11. <i>Sosyal Medya Bağımlılığının Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	81

Tablo 4.12. Sosyal Medya Bağımlılığının Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	82
Tablo 4.13. Sosyal Medya Bağımlılığının Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	82
Tablo 4.14. Sosyal Medya Bağımlılığının Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	83
Tablo 4.15. Yalnızlığın Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	84
Tablo 4.16. Yalnızlığın Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	84
Tablo 4.17. Yalnızlığın Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	85
Tablo 4.18. Yalnızlığın Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	85
Tablo 4.19. Yalnızlığın Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	86
Tablo 4.20. Yalnızlığın Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	86
Tablo 4.21. Yalnızlığın Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	87
Tablo 4.22. Yalnızlığın Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	87
Tablo 4.23. Yalnızlığın Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	88
Tablo 4.24. Yalnızlığın Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	88
Tablo 4.25. Yalnızlığın Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	89
Tablo 4.26. Yalnızlığın Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	89
Tablo 4.27. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	90
Tablo 4.28. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	91
Tablo 4.29. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	94
Tablo 4.30. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	98
Tablo 4.31. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu	100
Tablo 4.32. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu	101

Tablo 4.33. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	103
Tablo 4.34. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	104
Tablo 4.35. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu</i>	106
Tablo 4.36. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	108
Tablo 4.37. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	109
Tablo 4.38. <i>İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu</i>	111
Tablo 4.39. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Cinsiyet Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	114
Tablo 4.40. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Yaş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	114
Tablo 4.41. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Yaş Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	115
Tablo 4.42. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	116
Tablo 4.43. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	116
Tablo 4.44. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	117
Tablo 4.45. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	118
Tablo 4.46. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	118
Tablo 4.47. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	119
Tablo 4.48. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	120
Tablo 4.49. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	120
Tablo 4.50. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	121
Tablo 4.51. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	121
Tablo 4.52. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	122
Tablo 4.53. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	123

Tablo 4.54. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu</i>	123
Tablo 4.55. <i>İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu</i>	124
Tablo 4.56. <i>Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler</i>	125
Tablo 4.57. <i>Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın, İyi Oluşu Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon İstatistik Bulgusu</i>	126



ŞEKİLLERİN LİSTESİ

BÖLÜM II

Şekil 2. 1. Sosyal Medyayı Oluşturan Temel Yapılar (Kara, 2013: 55).....	10
Şekil 2. 2. 50 Milyon Kullanıcıya Ulaşma Süresi (Kara, 2013: 49)	11
Şekil 2. 3. İnsanlık Tarihi Dönemlerinde Sosyal Medya Ortamları (Baruah, 2012: 3)	13
Şekil 2. 4. Sosyal Medya Ortamlarına Ait Kronolojik Cetvel (Boyd ve Ellison, 2007: 212)	14
Şekil 2. 5. Dünya’da En Çok Kullanılan Sosyal Medya Ortamları (WAS, 2021: 93)	15
Şekil 2. 6. Türkiye’de En Çok Kullanılan Sosyal Medya Ortamları (WAS Turkey, 2021: 47)	16
Şekil 2. 7. Sosyal Medya Ortamının Avantajları (Çakmak, 2014: 92).....	23
Şekil 2. 8. Sosyal Medya Ortamının Dezavantajları (Çakmak, 2014: 93).....	24

KISALTMALARIN LİSTESİ

Akt	: Aktaran
APA	: Amerikan Psikoloji Birliği
BBS	: Bulletin Board System
Covid	: Corona Virüs
Çev	: Çeviren
DSM	: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
Ed	: Editör
EPOCH	: Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği
ESMBÖ	: Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği
FB Messenger	: Facebook Messenger
PERMA	: Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği
s.	: Sayfa
SPSS	: (Statistic Packets For Social Seciencies) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi
UYÖ-KF, ULS-8	: UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu
vb.	: ve benzeri
vs.	: ve saire
WAS	:We Are Social
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölüm içerisinde araştırma konusu olarak seçilen “Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” çerçevesinde araştırmanın problemi, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve araştırmayla ilgili tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Teknolojinin gelişmesi insan hayatının her alanın gelişmesi ve değişmesine neden olmuştur. Bu değişimlerin yaşandığı alanlardan bir tanesi şüphesiz insanın çevresinden etkilenmesini ve çevresini etkilemesini sağlayan iletişimidir. İletişim, genel olarak tarih boyunca mağarada çizilen resimler, yazının icadı, matbaa kullanımı vb... gelişimlerle teknolojinin gelişimi ve değişimi sonucunda kendine göre bir değişim geçirmiş ve bu değişim günümüzde de devam etmektedir.

21.yy’da iletişimin değişmesini sağlayan internetin gelişimi ve sonrasında gelişen internet içindeki uygulamalar sonucu yeni bir yapı oluşmasını sağlamıştır. İletişimdeki bu durum kültürü oluşturan temel etkenlerden bir tanesi olması nedeniyle yeni bir kültür ortamını ortaya çıkarmıştır (Sarıçam ve Erdemir, 2019). İnternet temelli yeni kültür ortamına genel olarak sosyal medya adı verilmiş ve çeşitli araştırmacılar tarafından farklı özellikleri ile ele almışlardır. Bu özelliklerden bazıları; “Web 2.0 teknolojik araç ve gereçleri ile çok yönlü iletişim sağladığını (D’Souza, 2006); internet ağı içinde bireysel hesaplarla bilgi, içerik, fikir, tasarım paylaşımı yaptığını (Çakır 2017; Tekvar, 2012); bireysel olarak kendi ifade edebildiğini (Cabral, 2011); birçok insanla zaman ve mekandan bağımsız sosyalleşme sağladığını (Mahmood ve Farooq, 2014)” şeklindedir.

Bireylerin sosyal medya ile bağı; “Sahip olunan akıllı telefonlarla sosyal medya uygulamalarına kolay ulaşım sağlaması, sosyal medya uygulamalarının ücret talep etmeden kullanıma izin vermesi, sosyal medya kullanımı esnasında bireyin yaşının sosyoekonomik durumunun, fiziksel özelliklerinin vb... dikkate alınmaması” artırmaktadır.

Bunun yanında bireylerin sosyal medyayı kullanma şeklini ise, bireylerin yine kendi düşünceleri etkiler. Bireylerin bu düşüncesi onları hedonik (hazcı) veya rasyonel (faydacı) kullanıma iter. Faydacı kullanıcıların temel kullanım dayanağı bir düşünce yapısına bağlı olarak kendine yarar sağlaması iken, hedonik kullanıcıların temel kullanım dayanağı ise içinde bulunduğu zaman diliminde kendi doyum gücünü arttırmaya çalışır (Modahl, 2001). Topluma bakıldığında zaman kazanmak için yapılan fatura ödemesi, alışveriş, bankacılık işlemleri, uzaktan eğitimler vb..., rasyonel kullanıcılara; sohbet etme, “like almak” amacıyla içerik paylaşımı yapma, profilini sürekli güncelleme, oyun oynama vb... hedonik kullanıcılara örnek olarak verilebilir. Hedonik kullanım düşüncesinde olan bireylerin amacı doyum sağlamak ve seviyesini arttırmak olduğu için bağımlılık eğilimlidirler.

Uluslararası ve ulusal ölçekte insanların sosyal medya ile bağı We Are Social’ın 2015’ten başlayarak günümüze kadar çıkarmış olduğu son altı yıl içindeki Digital raporlarını inceleyerek görebiliriz. Dünya nüfusu içinde sosyal medya kullanıcı sayısı bir önceki yıl dikkate alınarak raporlanan Digital verilerine göre değişim Tablo 1.1’de verilmiştir (We Are Social, 2015; 2016; 2017; 2018; 2019; 2020a; 2021a).

Tablo 1.1. *Dünya Genelinde Altı Yıllık Sosyal Medya Kullanımına Ait Değişimi Gösteren Digital Raporları*

Yıl	Yüzelik Artış Oranı	Kullanıcı Sayısı (Milyar)
2015	%12	2.078
2016	%10	2.307
2017	%21	2.789
2018	%13	3.196
2019	%9	3.484
2020	%9,2	3.800
2021	%13,2	4.200

Dünya genelinde sosyal medya kullanıcı sayısının artmasına paralel olarak ülkemizde de benzer bir artışın olduğu görülmektedir. Raporlanan Digital verilerine göre ülkemizdeki değişim Tablo 1.2’de verilmiştir (WAS, 2015; 2016; 2017; 2018; 2019; 2020b; 2021b).

Tablo 1.2. Ülkemiz Genelinde Altı Yıllık Sosyal Medya Kullanımına Ait Değişimi Gösteren Digital Raporları

Yıl	Yüzdelerik Artış Oranı	Kullanıcı Sayısı (Milyon)
2015	%11	40
2016	%5	42
2017	%14	48
2018	%6	51
2019	%2	52
2020	%4,2	54
2021	%6	60

Yukarıdaki iki tablo incelendiğinde sosyal medya kullanıcı sayısı 2021 verilerinde; “4.200 milyarla dünya nüfusunun %53,6’na, 60 milyonla ülkemiz nüfusunun %70,8’ne” denk gelmektedir (WAS, 2021a; 2021b). Bu durum hiçte azımsanmayacak bir kullanıcı kitlesine işaret eder.

Dünya ve ülkemiz genelindeki sosyal medya kullanımı artışı şüphesiz eğitim hayatı içindeki öğrencileri de etkilemiştir. Daha önceki yıllarda çeşitli araştırmacıların yaptığı çalışmalar literatüre büyük katkı sağlamıştır. Bu araştırmalardan bazılarına bakıldığında; “Koçer (2012) üniversitede öğrenim gören öğrencilerin %51,1’inin interneti en çok eğitimde araştırma yaptığını daha sonra da sosyal medya ağlarına bağlandığını, Alican (2013) ortaokul ve lisede öğrenim sürdürmekte olan öğrencilerin %89’da sosyal medyada kendilerine ait hesaplarının olduğunu, Şişman-Eren (2014) lisede öğrenim gören öğrenci kitlesinde kullanım arttığını, Tutgun-Ünal (2015) genç nüfusun sosyal medyayı aşırı sıklıkta kullandığını” ifadelerini görmektedir. Geçmişte araştırmacılar tarafından kullanılan bu ifadeler günümüzde halen geçerliliğini korumaktadır. Bunun en güzel örneği ise uluslararası ve ulusal düzeyde bir tehdit olan Corona Virüs (Covid-19) salgınının olduğu bu dönem içerisinde devletlerin aldığı tedbirler insanların yaşamını kısıtlamış ve insanları sanal bir ortam olan sosyal medyaya yakınlaştırmıştır. WAS’ın Nisan 2020’de çıkardığı raporda salgın nedeniyle yaş gruplarının sosyal medya kullanımında artış görülmüş, bu artış

belirgin olarak genç yaş grubunda olduğu ifade edilmektedir (WAS, 2020a). Ülkemizde de bu salgın nedeniyle çeşitli kısıtlamalar olmuştur. 20 yaş altındaki kişilerin sokağa çıkma yasakları ve eğitimin internet üzerinden verilmesi eğitimin içindeki tüm öğrencilerin interneti kullanma süresini arttırarak, sosyal medya bağımlılığı riskini arttırmıştır.

Yalnızlık, güvenlik duygusu ile ters orantılı olarak ortaya çıkar. Güvenli bir ortamda yalnızlık daha az, güvenin sağlanmadığı bir ortamda yalnızlık daha fazla oluşur (Ulutaş ve Gökçen, 2019). Modern toplum yapısının getirmiş olduğu bireyselleşmenin bir sonucu olarak psikoloji bilimi yalnızlık kavramının insanı sıkıntıya sokan patolojik boyutuyla uğraşmak zorunda kalmıştır. Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığı bireyin idealindeki sosyal ilişkileri ile mevcut durumdaki sosyal ilişkilerin farklılık yaratması sonucunda öznel olarak yaşamış olduğu ruhsal sıkıntı olarak ifade etmiştir. Dolayısıyla sosyal ilişkilerin yalnız bireyin olmasının ya da olmamasının temelini oluşturduğu ifade edilebilir.

İnsan yalnızlığı seçerek dünyaya gözlerini açmaz. Tam aksine içine doğmuş olduğu ailede sosyal ilişkilere kendiliğinden sahip olur. Zaman içinde yeni kişilerle tanışması, okul, iş vb... gibi yeni ortamlara girmesi onun sosyal ilişkilerini geliştirebilirken bunun tam tersi şeklinde etkileyebilir. Sosyal ilişkilerin oluşmasını iletişim kuramama, yabancılık, yakın ilişki görememe vb... nedenlerin sağlanamaması yalnızlığa doğru giden sürecin başlamasına neden olur.

Yalnızlığın etkisi insanda ani şekilde olmayıp, yavaş yavaş kendini gösterir. Bu durumun fark edilme hızı her bireyde aynı şekilde olmayıp, bireyler yapılarına göre daha geç fark edebilirler (Sarıçam, 2011: 4). Yalnızlığın geç fark edilmesi patolojik etkilerini arttırabilir, bireylerin normal yaşantılarına dönmelerini zorlaştırabilir.

İyi oluş kavramını tanımlayan Dünya Sağlık Örgütü (WHO); “bireyin kabiliyetini kullanabilmesi, gündelik hayat içindeki stres durumları başa çıkabilmesi, toplumsal yapıya üretken ve verimli bir yapıyla refah düzeyine katkı sağlayabilme hali” olarak ifade etmiştir (World Health Organization, 2004: 12).

İyi oluş, hedonik ve eudamik yaklaşıma bağlı olarak öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ortaya çıkmıştır. Öznel iyi oluş kavramını Diener (2000: 34) üç boyutlu olarak; “olumlu hislerin varlığı, olumsuz hislerin yokluğu ve yaşamdaki doyum hali” ifade etmiştir. Psikolojik iyi oluş kavramını Waterman (1993); “Kişinin içsel farkındalığını

sağlamaya çalışması, kendisini gerçekleştirmeye uğraş vermesi ve yaşamını bir bütün içinde işlevselleştirmesi” şeklinde tanımlamaktadır. Psikolojik iyi oluş bireylerin öznel değerlendirme seçeneklerinin yerine, teorilerin belirlemiş olduğu sağlıklı davranış seçenekleri değerlendirme yaparak nesnel temele dayanır (Fava ve Ruini, 2003).

Yaşam memnuniyetinin yaşama dair oluşturduğumuz anlamları, başka insanlarla olan ilişki yapımızı, iş hayatımızdaki olumlu duygu durumlarını ölçmediğini fark eden Seligman beş boyutlu PERMA iyi oluş modelini oluşturmuştur (Seligman, 2010: 299-243). Seligman’ın oluşturduğu modeli Kern, Benson, Steinberg, ve Steinberg, (2016: 586-597) pozitif genç gelişimi oluşturmak ve eğitim hayatında kullanabilmek için EPOCH iyi oluş modeli olarak uyarlamasını yapmışlardır.

Bireyin yaşantısının iyi olması ve yaşantısı içinde görevlerini yapması psikolojik olarak rahatlık sağlamaktadır. Anlık zaman dilimlerinde sorun yaşamasına rağmen bu sorunları çözebilir ve uzun süreli sağlam ve sürdürülebilir bir iyi oluş hali sağlar. Bu durumun tam tersinde ise, bireyin yaşamındaki sıkıntıların artarak uzun süre devam etmesiyle yaşamı içindeki görevleri yapamaması sonucunda psikolojik sıkıntıya sokarak iyi oluş halinin yavaş yavaş ortamdan kalkması tehlikeli durumlar oluşturabilir (Huppert, 2009).

İnternetin aşırı kullanımının oluşturduğu sosyal medya bağımlılığı bireyde gerçek olmayan sanal bir yaşam ortamıyla kişinin iletişimi ve sosyalliğini değiştirmektedir. Bu durumların bireyde değişmesi yalnızlık ve iyi oluş düzeylerinin de etkileme ihtimalini düşünülmesini gerektirir.

Alandaki araştırmalar incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı (Kuss ve Griffiths, 2017; Liu ve Ma, 2018; Taş, 2017; Tutgun-Ünal, 2015), yalnızlık (Ayas ve Horzum, 2013; Cassidy ve Asher, 1992; Deniz ve Uzun, 2019; Heinrich ve Gullone, 2006), iyi oluş (Feng, Lu, Li, Zhang, Li, ve Zhang, 2020; Kılıç, 2018; Koca, 2019; Van Agteren, Iasiello, ve Lo 2018) alanlarında farklı çalışmalar mevcuttur. Sosyal medya bağımlılığına oluşmasına neden olan problemler internet kullanımı (Çetinkaya-Dağlı, 2017; Çetinkaya-Dağlı ve Gündüz, 2017; Meral ve Bahar, 2016) ve sosyal medya kullanım amacı (Kale, 2019) kavramları ile yalnızlık ve iyi oluş kavramları ile ilişkisine bakılan başka araştırmalar literatürde bulunmuştur. Fakat sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş kavramları arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen bir araştırmaya rastlanamamıştır. Bu nedenle özgünlük değeri olan araştırmamızın

problem cümlesi; “Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi” olarak belirlenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmadaki temel amaç, ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş arasındaki ilişkisini belirlemektir. Bu amacı gerçekleştirebilmek için sorulan alt amaçlar;

1. Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş ölçeklerinin betimsel istatistik değerleri hangi düzeydedir?
2. Sosyal medya bağımlılığı ölçek puanları, cinsiyet, yaş, sınıf seviyesi, başarı durumu, kardeş sayısı, annenin-babanın eğitim seviyesi, annenin-babanın çalışma durumu, annenin-babanın birlikteliği, aylık gelir düzeyi, okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılımı durum değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık mevcut mudur?
3. Yalnızlık ölçek puanları, cinsiyet, yaş, sınıf seviyesi, başarı durumu, kardeş sayısı, annenin-babanın eğitim seviyesi, annenin-babanın çalışma durumu, annenin-babanın birlikteliği, aylık gelir düzeyi, okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılımı durum değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık mevcut mudur?
4. İyi oluş ve alt ölçek puanlarının, cinsiyet, yaş, sınıf seviyesi, başarı durumu, kardeş sayısı, annenin-babanın eğitim seviyesi, annenin-babanın çalışma durumu, annenin-babanın birlikteliği, aylık gelir düzeyi, okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılımı durum değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık mevcut mudur?
5. Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık, iyi oluş ve alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık iyi oluşu yordamakta mıdır?

1.3. Önem

Bireyler sosyalleşmek amacıyla çevresiyle etkileşim halindedir (Kulaksızoğlu, 2006). Bireylerin zaman içindeki fiziksel, sosyal, duygusal ve ruhsal alanlardaki gelişimi çevresindeki birçok farklı canlı ya da cansız varlık ile temas etmeyi zorunlu hale getirir. Teknolojik gelişmeler de bu durumun bir parçası olarak insan hayatında köklü değişiklikler oluşturmayı başarmıştır. Günümüzde bireylerin etkileşiminin

değişmesinde rol oynayan aktörlerin başında sosyal medya uygulamaları gelmektedir. Sosyal medya uygulamalarının ulaşılabilir, ücret talebinin olmaması, bireysel olarak paylaşımda bulunabilme vb... imkânlarının olması bireylerin üzerinde cazibesini arttırarak, bireylerin hayatında önem derecesini zaman içinde arttırmaktadır. Kendini rahatça ifade edebilecek bir ortam sağlayan sosyal medya, anlık süreler içinde paylaşımların değişmesiyle bireyin sanal olarak güncel kalması bağımlılık halinin oluşmasına sebebiyet vermektedir.

Sosyal medya uygulamalarında geçirilen sürenin artması bağımlılık halinin artmasına, insanların sosyal yaşamındaki diğer insanlardan dolayı olarak ayrı kalmasına sebebiyet vermektedir. Diğer insanlardan bireyin kendi isteği dışında ayrı kalması insanı negatif bir yalnızlık durumuna doğru itmektedir. Oysaki insanın yapısı gereği sosyal bir varlık olarak çevresindeki diğer kişilerle etkileşim içinde olması gerekir (Kulaksızoğlu, 2006). Bu ifade çerçevesinde sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık arasındaki ilişki araştırılmaya değerdir.

İyi oluşu Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2004: 12); “bireyin kabiliyetini kullanabilmesi, gündelik hayat içindeki stres durumları başa çıkabilmesi, toplumsal yapıya üretken ve verimli bir yapıyla refah düzeyine katkı sağlayabilme hali” olarak ifade etmiştir. Sosyal medya uygulamalarında harcanan vakit göz önüne alındığında iyi oluş kapsamındaki bireyin mevcut kabiliyetini kullanabilmesi, stres durumlarıyla başa çıkabilme gücünün varlığı, diğer insanlarla ilişkilerinin konumunun belirlenmesi önemlidir. Diğer insanlarla ilişkiler durumu göz önüne alındığında iyi oluşun yalnızlık kavramıyla ilişkisinin ortaya konulabilmesi önemlidir.

Ortaokul öğrencilerine (5., 6., 7., ve 8.sınıflara) “sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık, iyi oluş” değişkenleriyle yapılacak olan bu araştırma alana katkı sağlayacağı, alanyazında ortaokul seviyesinde yapılacak ilk çalışma olduğu düşünülmektedir. Buradan çıkacak sonuçlar bize ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık, iyi oluş düzeyleri ve bu mevcut üç değişken kendi içindeki ilişkisi hakkında bilgiler ortaya çıkacağı düşünülmektedir. Vereceği bu kıymetli bilgiler sayesinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş durumlarına göre değişik önleyici rehberlik programları ile sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık durumları değiştirilerek, iyi oluşlarının olumlu yönde etkilenileceği düşünülmektedir. Bu durumun sonucunda da öğrencilerin eğitim hayatı başta olmak üzere gelecek için koyacağı hedeflere kadar yaşamını etkileyeceği düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

Araştırmanın varsaymış olduğu yapı şu şekildedir;

1. “Araştırmaya gönüllü olarak katılan ortaokul 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin dijital ortamda hazırlanarak gönderilen formdaki ve ölçeklerdeki soruları samimiyetle yanıtlayarak, gerçek düşüncelerini ifade ettikleri,
2. Araştırmada kullanılan “Kişisel Bilgi Formu, Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu, Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)”nin örnekleme gönüllü katılan tüm öğrencilere aynı şartlarda uygulama yapıldığı,”

varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırma için ortaya konulan sınır şu şekildedir;

1. “Araştırma sonunda elde edilmiş veriler “Kişisel Bilgi Formu, Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu, Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)”nin ölçmüş olduğu özelliklerle,
2. Araştırmaya 2021-2022 yılı içinde gönüllü katılan ortaokul 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrenciler ve bu öğrencilerin verdiği cevaplarla,”

sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

Sosyal Medya Bağımlılığı: Bireyin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal gelişimi ile birlikte hareket eden, kişinin özel yaşamını, meslek yaşamını ve gün içindeki sosyal yaşamını etkileyerek; duygu durumunu düzenleyememe, meşgul olma, tekrar eden davranışlar ve karşılıklı çatışma gibi bir problemler yığınına oluşturan psikolojik sorundur (Tutgun-Ünal, 2015: 93).

Yalnızlık: Bireyin diğer kişiler ile ilişkilerinde yakınlaşma arzusunun olduğu bilişsel, duyuşsal ve davranışsal unsurları içinde bulunduran duygusal durumdur (Ernst ve Cacioppo, 1999: 8).

İyi Oluş: Bireyin kabiliyetini kullanabilmesi, gündelik hayat içindeki stres durumları başa çıkabilmesi, toplumsal yapıya üretken ve verimli bir yapıyla refah düzeyine katkı sağlayabilme hali olarak tanımlanmıştır (WHO, 2004: 12).

BÖLÜM II

KURAMSAL YAPI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal medya bağımlılığı kavramı birden çok kavramın bir araya gelmesi sonucunda oluşan bir kavramdır. Bu kavramı daha iyi anlayabilmek için birtakım ön bilgiye sahip olmak gerekir. Bunun için aşağıda oluşturulan alt başlıklar halinde incelenecektir.

2.1.1. Sosyal Medya

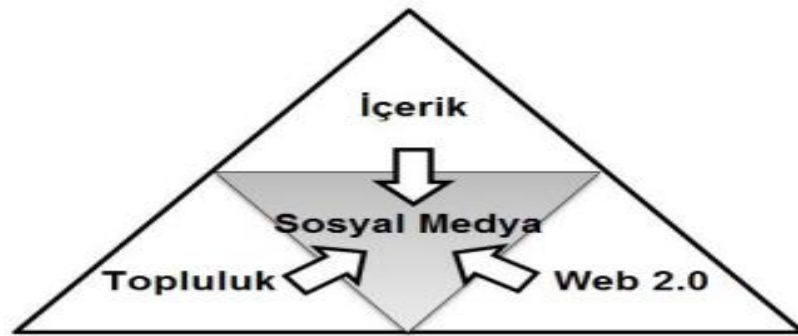
Sosyal medya kelimesi iki kelime olarak “sosyal” ve “medya” kelimelerinin birleşmesinden oluşmuştur. Sosyal sözcüğü Latince kökenli olup (Midgley, 1996: 2), Türkçede “içtimai” kelimesinin anlamı olan “topluluğa aitliği” ifade etmektedir (Yazgan, 1992: 17). Topluluğa aitlik olarak anlamlandırılan sosyal kelimesi insanların birleşmesiyle oluşan sayısal olarak çokluk değil, insanların arasındaki etkileşimsel bir yapıyı anlatmak istemektedir. Medya sözcüğü de Latince kökenli olup, Türkçede anlam olarak “aracı, ortam, araç” ifade edilmektedir (Gökalp, 2011: 27). Medya diye söylendiğinde insanların aklına genel olarak; “gazete, radyo, dergiler, televizyon, internet vs..” gibi bir sürü yapı gelmektedir.,

“Sosyal ve medya” sözcüklerinin birleşimiyle oluşan “sosyal medya” kavramı ise internet üzerinden yapılan ilişkiler ağı için kullanılmaktadır. Bu anlamıyla sosyal medya kavramı anlam olarak daraltılmıştır. Çünkü insanların tarih boyunca ortaya çıkardıkları yazılar, diller, icatlar, vs... medya/araç türleri insanların birbirleriyle etkileşimi sonucunda sosyal bir ilişkiden ortaya çıkmıştır (Erdoğan, 2013: 230).

Sosyal bir ilişki etkileşimi sonucunda sosyal medya/araç yapısının ortaya çıkmasında etkili olan en önemli kavram iletişimdir. İletişime baktığımızda anlamı üretip, üretilen yapının paylaşılması ön plandadır. Burada insan faktörü önemlidir. Çünkü insan zihinsel, duygusal ve davranışsal yapıları da anlam üretimi ve paylaşımında etkin rol oynar (Cangöz, 2012: 7-8). Bu açıklamalara bakarak sosyal medyanın geniş anlamıyla her zaman varlığından söz etmek mümkündür.

Sosyal medya kavramının teknolojik gelişimlere bağlı olarak çok çeşitli tanımlamaları yapılmıştır. Sosyal medyanın en temeli iletişim olduğu için, iletişim sürecinin en temel ögeleri; “kaynak, mesaj, hedef, kanal ve araç” değişim ve gelişmeler sosyal medyayı etkilemiştir. Özellikle iletişim sürecinin temeli içerisindeki “kanal ve araç” yapılarındaki değişim ve gelişmeler araştırmacıların dikkatini çekmiş ve günümüzdeki internet tabanına bağlı olan tanımlamalar ve araştırmalara yönlendirmiştir.

Sosyal medyayı günümüzde araştırmacılar farklı şekilde tanımlamaya çalışmışlardır. Boyd (2008: 92), “Ağ teknolojisi kullananların etkileşim sağlamak için kullandığı araçlar ve uygulamaların tamamı”; Kaplan ve Haenlein (2010: 61), “Kullanan kişinin oluşturmuş olduğu, içerik üretilerek paylaşım alanı sağlayan, Web 2.0 felsefesinde teknolojik yapıdaki internet tabanına bağlı uygulama grupları”; Weinberg (2009: 1), “Bilgilerin, farklı düşünce yapılarının, deneyimsel yapıların kamu tarafından oluşturulmuş web siteleri aracılığıyla paylaşım sağlayan insan yaşamına internet dünyasının hızlı bir şekilde yerleşmesini sağlayan uygulama alanı”; Özdemir, Özdemir, Polat ve Aksoy (2014: 59), “Kullanan kişilerin bilgilerini, düşüncelerini, ilgilerini paylaşmasına fırsat vererek karşılıklı etkileşim ortamının çevrimiçi araç çeşitleri ve webe bağlı sitelerde oluşturulması” şeklinde ifade etmişlerdir. Kaplan ve Haenlein (2010: 61)’nin sosyal medya tanımlamasından hareket ederek Kara (2013: 55)’nin sosyal medyayı oluşturan temel yapıları şekilsel olarak ifade etmiştir. Kara (2013: 55)’nin şekil olarak ifade ettiği sosyal medyayı oluşturan temel yapılar yukarıdaki tanımlarda ifade edilmeye çalışılmıştır. Sosyal medyayı oluşturan temel yapılar Şekil 2.1’de verilmektedir.

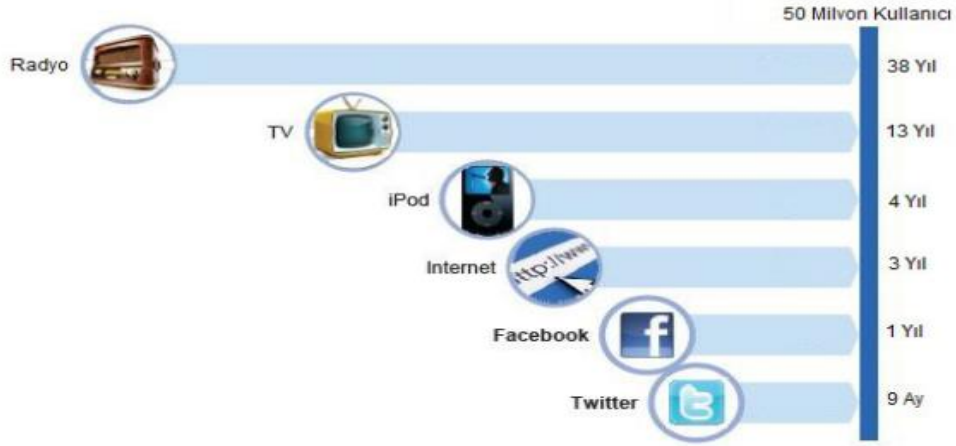


Şekil 2. 1. Sosyal Medyayı Oluşturan Temel Yapılar (Kara, 2013: 55)

2.1.2. Sosyal Medyanın Özellikleri

Sosyal medyayı oluşturan yapıları bilmek anlamaya yeterli gelmemektedir. Çünkü günümüz dünyasında sosyal medyaya olan ilgi ve kullanım oranı her geçen gün

artmaktadır. Sosyal medyanın yayılım hızının artmasında gelişen teknoloji sonucunda insanlara sağlamış olduğu imkânlar son derece büyük önem taşımaktadır. Kara (2013: 49)'nın medya araçlarının dünya genelinde yayılma hızına bağlı olarak 50 milyon kullanıcıya ulaşma süresini sırasıyla; “radyo 38 yıl, televizyon 13 yıl, iPod 4 yıl, internet 3 yıl, Facebook 1 yıl, Twitter 9 ay” olarak belirtmiştir. 50 milyon kullanıcıya ulaşma süresi Şekil 2.2’de verilmektedir.



Şekil 2. 2. 50 Milyon Kullanıcıya Ulaşma Süresi (Kara, 2013: 49)

Yayımlı sürelerinin kısalmasında özellikle sosyal medya araçlarının özelliklerinin önemi büyüktür. Bu özellikler Gürsakal (2009: 23-24), Mayfield (2008: 5), Lerman (2007: 16-28), Zafarmand (2010: 10) gibi çeşitli araştırmacılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir:

1. *Katılım*: Sosyal medya içinde bireylerin diğer kişilerle etkileşim sağlaması sonucunda üretilen içeriklere sosyal medyada aktif olan kişilerce geri bildirim vermesi sağlanmaktadır. Sosyal medya ulaşılabilirlik düzeyini arttırmakta ve kullanan bireylere cesaret vermektedir.

2. *Açıklık*: Sosyal medya ortamı paylaşılan içeriklere geri dönüt vermede ve başka bireylerin katılımına imkân sağlamaktadır. Bireyler istekleri doğrultusunda içerik olarak görsel, sesli ve yazılı paylaşımlar yapmaktadırlar. Bu paylaşımlar bireyin kendi isteğiyle gizlenmesi ya da şifreleme yapılması dışında; başka kullanıcılar ya da sosyal medya ortamlarında paylaşılmasına, beğenilerek desteklenmesine, yorumlanmasına, imkân sağlamaktadır.

3. *Karşılıklı Konuşma (Diyalog)*: Geleneksel medya olarak ifade edilen radyo, televizyon, gazete vb... medya araçlarında içerik izleyen bireylere ulaştırmakta fakat

izleyen bireylerin geri bildirimini mümkün olmamaktadır. Buna karşın sosyal medya ortamlarında iletişim çift yönlü bir yapıda mevcut anın içinde rahatlıkla geri bildirim imkânı sağlamaktadır.

4. *Topluluk*: Bireyler toplum içinde diğer bireylerle az ya da çok ortak değerlere sahiptirler. Dolayısıyla bu durum sosyal medya ortamlarında paylaşılan fikirler, fotoğraflar, videolar vb. bu ortak değerlerin bir parçasıdır. Sosyal medya ortamları hızlı bir paylaşım ortamı sağlayarak, ortak değer yapısına sahip sosyal medya kullanıcılarını bir araya toplamaktadır.

5. *Bağlantısallık*: Sosyal medya ortamlarının birçoğu birbirine link üzerinden bağlantı sağlamaktadır. Bu durum bireylerin kolay bir şekilde diğer sosyal medya ortamlarını keşfetmesini sağlamaktadır. Bu durumun en güzel örneği ise sosyal medya ortamlarında yapılan reklam faaliyetleridir.

6. *Medyada İçerik Üretme*: Sosyal medya ortamları artık bireylere kendi içeriklerini üreterek, üretmiş oldukları bu içerikleri paylaşacakları bir yapı ortaya koymaktadır. Bu sayede içerik üretiminin ve paylaşımının bu sayede çoğulcu bir yapıya dönüştüğü söylenebilir.

7. *Yeni Toplumsal Aktörler Üretme*: Sosyal medya ortamlarında bireylerin öznel paylaşımlar yapmaları ve bu öznel paylaşımları izleyen diğer bireyler kitlesel bir yapı oluşuma gitmektedir. Bu kitlesel yapının oluşmasında paylaşım yapan bireyin diğer bireyleri etkileme gücü, güvenilir bir imaj yaratması büyük önem taşımaktadır.

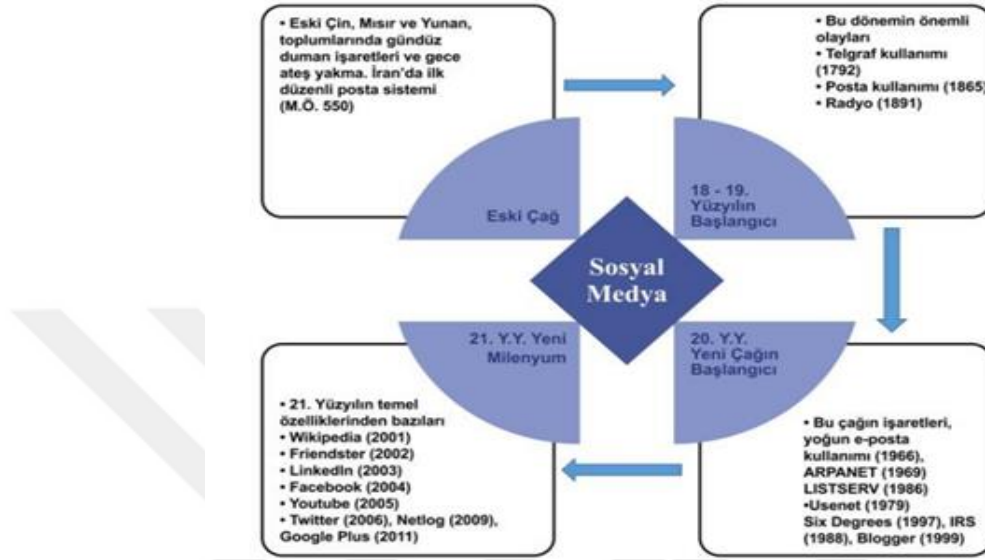
2.1.3. Sosyal Medyanın Tarihsel Gelişim Süreci

Literatür incelendiğinde sosyal medyanın tarihi gelişim sürecinin temelinde teknolojinin gelişmesi ve değişmesi mevcuttur. Bu durumdan kaynaklı olarak sosyal medyanın tarihi gelişim süreci ile farklı araştırmacılar tarafından farklı başlangıç noktaları verilmiştir. Bu durumun temelinde araştırmacıların farklı bakış açılarının olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmacıların bakış açıları sosyal medya tarihsel gelişim süreçleri şu şekilde ifade etmelerini sağlamıştır:

1. *Etimolojik Bakış Açısı*: “Sosyal medya” kelimesinin oluşturan “sosyal” ve “medya” kelimelerinin birleşimi sonucunda ortaya çıkan en basit anlamı olan “sosyal araçlar” kavramından hareket edildiği düşünülmektedir. Zira insanlık tarihi boyunca

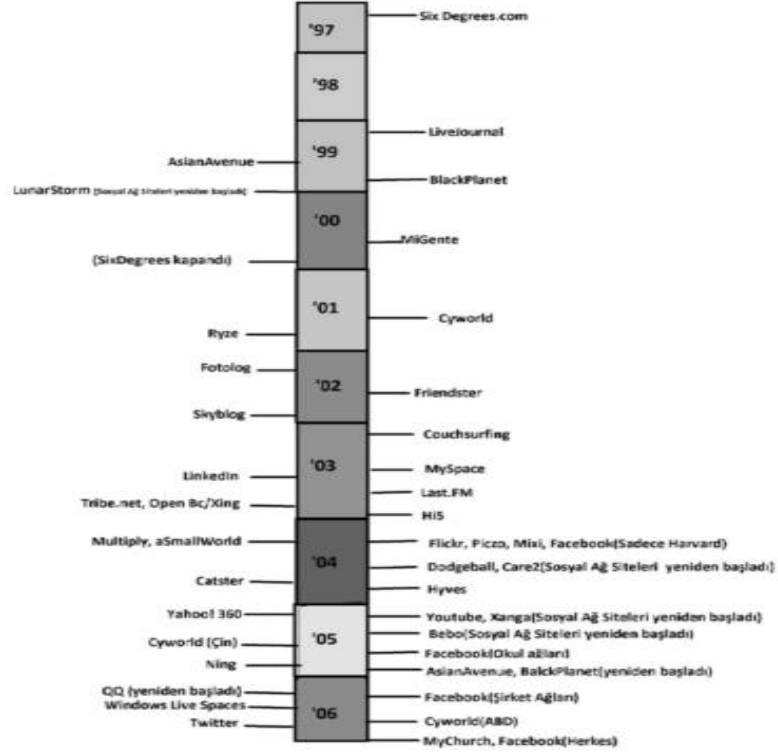
insanlar arasında etkileşim ve ilişkileri sağlayan araçların tamamı sosyal medya ortamı oluşturmaktadır. Baruah (2012: 3) sosyal medya ortamını insanlık tarihindeki eski çağlardan günümüze teknolojiadaki gelişimleri de dikkate alarak ifade etmiştir. Şekil 2.3'de Baruah (2012: 3)'ün insanlık tarihinin dönemlerine göre ifade ettiği sosyal medya ortamları verilmiştir.



Şekil 2. 3. İnsanlık Tarihi Dönemlerinde Sosyal Medya Ortamları (Baruah, 2012: 3)

2. *İnternet Tabanlı Bakış Açısı:* Teknolojik gelişimler internet yapısının oluşmasında büyük bir rol oynamıştır. Askeri amaçla ortaya çıkan internet yapısı ABD Savunma Bakanlığı'nın ARPANET projesine kaynak sağlaması sonucunda internet yapısının gelişimine imkân sağlamıştır (Hafner ve Matkew, 2000: 90). Bu internet yapısının gelişiminin özel bir parçası denebilecek sosyal medya ortamlarının oluşmasında temel oluşturmaktadır. Duke Üniversitesi bünyesinde 1979 senesinde internet sisteminin halka açılmasını Use-Net'in Tom Truscott ve Jim Ellis tarafından kurulması sosyal medyanın ilk temel adımı olarak sayılabilir (Kaplan ve Haenlein, 2010: 60).

Sosyal medya ortamlarının ortaya çıktıkları isimleriyle ilk tarihsel gelişim süreci Boyd ve Ellison (2007: 212) tarafından yapılmıştır. Boyd ve Ellison tarafından yapılan araştırma 1997 – 2006 yıllarını değerlendirmiştir. Cetvel şeklinde bir kronolojik sıralama yapılmış olup, bu yapı üstünde toplumun farklı kesimlerine hitap eden farklı nitelikte 36 adet sosyal medya ortamı adı ifade edilmiştir (Şeker, 2014). Şekil 2. 4.'de Boyd ve Ellison (2007: 212) sosyal medya ortamlarına ait kronolojik cetvel verilmiştir.



Şekil 2. 4. Sosyal Medya Ortamlarına Ait Kronolojik Cetvel (Boyd ve Ellison, 2007: 212)

2.1.4. Günümüzde Kullanılan Bazı Sosyal Medya Uygulamaları

Yukarıdaki sosyal medya ile ilgili tarihi geçmişe bakıldığında insanların geçmişten bugüne kadar insani özelliğinden kaynaklı olarak sosyal gelişim sağlamak amacıyla çeşitli araçlar kullanmışlardır ve kullanmaya devam edeceklerdir. Burada dikkat edilmesi gereken konu değişimdir. İnsan sürekli olarak bir değişim içinde olduğu için sosyal gelişim için kullandığı araçlar da değişime maruz kalmıştır.

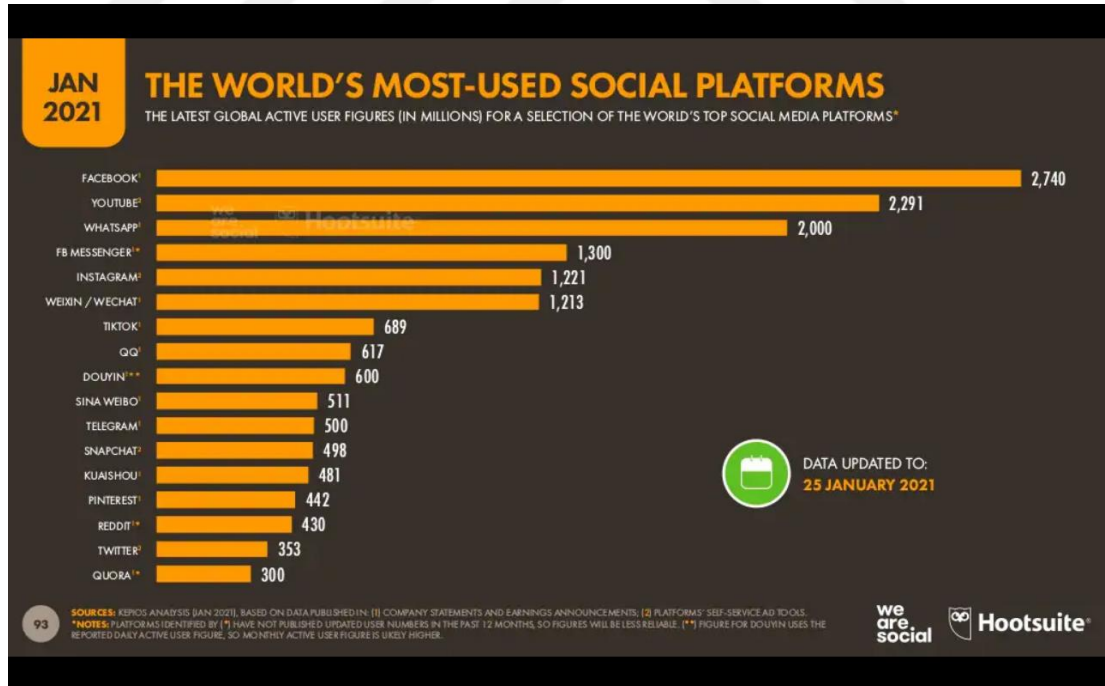
Sanlav (2014: 20), 1978 yılında teknoloji meraklısı Ward Christensen ve Randy Suess tarafından Bulletin Board System (BBS) isimli yazılım ile ilk sosyal ağın örnek yapısını ortaya koyduklarını ifade etmiştir. Sosyal medya ortamları ile ilgili ilk tarihsel gelişimi yapan Boyd ve Ellison (2007: 212) ilk sosyal ağ sitesini 1997 yılında ortaya çıkan bireylere profil oluşturma ve bir yıl sonrasında arkadaş listesi oluşturma imkânı sağlayan Sixdegrees.com olarak ifade etmişlerdir.

Bu durumun bu şekilde ifade edilmesinde ilk başta ifade edilmiş olan değişimin ve buna bağlı olarak web sistemlerindeki gelişimin etkisiyle oluşmuştur. Bu gelişim Tim Berners-Lee ve çalışma arkadaşlarının geliştirdiği belli yazarların içerik üretmek, tek yönlü iletişim ve doküman temelli Web 1.0 sisteminden Web 2.0 sistemine geçiş ile

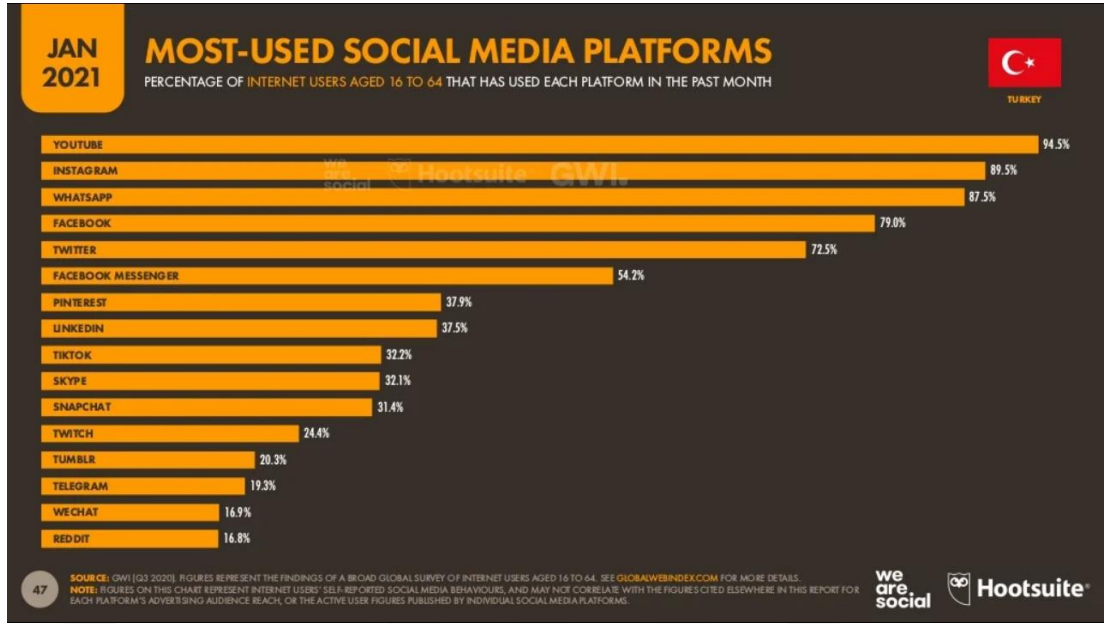
oluşmuştur. Web 2.0 sistemi ise günümüzde kullanan bireylerce karşılıklı ve hızlı iletişim sağlayan ve bireysel içerik üretimine izin veren bir yapıdır. Bu sistemin diğer aşaması olan Web 3.0 ise anlık iletişim yanında verileri hızlı toplayarak analiz yapma imkânı sunmaktadır. Bir sonraki aşaması ise Web 4.0 sistem ise sanal gerçeklik çerçevesinde yapay zekâ ile birlikte hareket eden bir sisteme doğru evrilmesi devam etmektedir (Kaya ve Sağbaş, 2020: 21).

Günümüzde kullanılan Web 2.0 sistemine bağlı olarak hareket eden birçok sosyal medya ortamı mevcuttur. Hazar (2011: 154-155) araştırmasında sosyal medya ortamlarını; “Sosyal Ağlar (LinkedIn, Xing, Facebook vs...), Bloglar (BoingBoing, Kottke, Cnet vs...), Video Paylaşım Ağları (Yahoo Video, Youtube, Dailymotion vs...), Fotoğraf Paylaşım Ağları (photosing, Flickr, Fotocommunity vs...), Bilgi Paylaşım Ağları (Intelipedia, Wikipedia vs...), Mikroblogging Paylaşım Ağları (Twitter vs...) gruplandırmıştır. Gelecek günlerde yeni sosyal medya ortamlarının doğacağı ve bu gruplamanın daha farklı çeşitleneceği düşünülmektedir.

WAS 2021 yılında yapmış olduğu araştırmaya göre Dünya’da ve Türkiye’de en çok kullanılan sosyal medya ortamları Şekil 2. 5.’te ve Şekil 2. 6.’da gösterilmiştir.



Şekil 2. 5. Dünya’da En Çok Kullanılan Sosyal Medya Ortamları (WAS, 2021: 93)



Şekil 2. 6. Türkiye’de En Çok Kullanılan Sosyal Medya Ortamları (WAS Turkey, 2021: 47)

WAS 2021 araştırmasında Dünya’da en çok kullanılan 5 sosyal medya ortamı; “Facebook, Youtube, Whatsapp, FB Messenger, Instagram” olarak ortaya çıkmıştır. Ülkemizde ise en çok kullanılan sosyal medya ortamı; “Youtube, Instagram, Whatsapp, Facebook, Twitter” olarak ortaya çıkmıştır. Bu araştırmayı temel alarak sosyal medya araçlarından Dünya’daki ve ülkemizdeki en çok kullanılan 5 tanesini tanımının faydalı olacağı düşünülmüştür.

1. *Facebook*: 2004 yılında Harvard Üniversitesi’nde öğrenci olarak bulunan Mark Zuckerberg tarafından kurulmuştur. Sosyal medya ortamı olarak günümüzde devam eden bu site arkadaşlık ilişkisi kurma, arkadaşlar arasında iletişim sağlama görevlerini yerine getirmektedir. Facebook’un bireyler arasında güçlü iletişim imkânı sağlaması kitlesel bir yapı oluşumunun temelini oluşturmuştur. 2021 yılında WAS’ın araştırmasına göre Dünya’da 2 milyon 750 bin civarında kişi kullanmıştır. En çok kullanılan birinci sosyal medya ortamıdır (Uluç ve Yarcı, 2017: 89). Ülkemizde ise 2021 yılında WAS’ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %79’unun en çok kullandığı dördüncü sosyal medya ortamıdır.

Facebook sosyal medya ortamının kitleleri bu kadar etkilemesindeki nedenler Alper (2012: 7-10) tarafından şu şekilde ifade edilir:

- Basit ve anlaşılması kolay bir yapı,
- Çoklu ortam sağlayarak, zengin araçsal seçenekler barındırması,

- Bireyin kullanırken ihtiyacını karşılayacak her türlü özelliğinin bulunması,
- Sohbet etme olanaklarını çevrimiçi ve çevrimdışı yapabilmesi,
- Bireyin şahsi bilgilerinin paylaşımının veya kısıtlanmasının bireyin kendisinin tercihine bırakması,
- Farklı sitelerle, e-posta hesapları ile bağlantı sağlaması,
- Oyun ortamı sağlayarak eğlenceli zaman geçirme sağlama,
- Ticari faaliyet için kullanılabilmesi,
- Mobil cihazlarla her yerde kullanım kolaylığı sağlamasıdır.

2. *Youtube*: 2005 yılında üç Amerikan vatandaşı C.Hurley, S.Chen ve J.Karim tarafından “Broadcast Yourself” sloganı yani “Kendini Yayınla” sloganı ile ortaya çıkmış bir sosyal medya ortamıdır (Alper, 2012: 107). Kurulduktan sonra en çok takip edilen sosyal medya ortamı olmuş, Google şirketi bünyesine 2006 senesinde satın alınarak katılmıştır (Alper, 2012: 107). Kayıt olmayı gerektirmeden herkesin kullanımına açık olan, bireyin kullanıcı olarak video yükleyebildiği, her türlü içeriği izleme imkânını zaman kısıtlaması olmadan ulaşma imkânı veren sosyal medya ortamıdır (Freeman ve Chapman, 2007: 207). Kullanıcı olan birey kendi videosunun içeriğini kendi belirlediği kişilerle, gruplarla veya genel ortamdan paylaşımı sağlayabilmektedir (Balakrishnan ve Griffiths, 2017: 364-377). 2021 yılında WAS’ın araştırmasına göre Dünya’da 2 milyon 291 bin civarında kişi kullanmıştır. Ülkemizde ise 2021 yılında WAS’ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %94,5’nin en çok kullandığı birinci sosyal medya ortamıdır.

Youtube’un bu şekilde geniş kullanıcı kitlesi oluşturmuş olması kullanmış olduğumuz dilimize; “İzlenme sayısı, broadcasting (yayınlama), Youtuber (Youtube için video içeriği üreten birey), Vlogger (dijital günlük kullanım sağlayıcı) yeni terimler katmıştır (Yıldırım, 2019: 13). “Youtuber” adı verilen video içerik üreticileri kendileri adına Youtube içinde açtıkları kanallarla; üretilen içerik çeşitleri, alınan reklam kampanyaları, izlenme oranları, takip eden kişi sayıları sayesinde maddi olarak gelir ve toplumsal olarak ün sahibi olmaktadır (Yıldırım, 2019: 13).

3. *Whatsapp*: 2009 yılında Jan Koum ve Brian Acton tarafından akıllı telefonlarda SMS’ten farklı bir seçenek oluşturmak için ortaya çıkmış olup, 2014 yılında Facebook şirketi bünyesine katılmış olan bir sosyal medya ortamıdır (Karaman ve Önder, 2017: 172). Ücretsiz bir SMS yani mobil mesajlaşma sistemi olup, bireyler

bireysel ya da grup oluşturarak mesajlaşabilir ve bunun yanında fotoğraf, belge, video ve sesli içerikler paylaşabilmektedir (Koçak, 2021: 18). Gönderilen içeriklerin güvenliği uçtan uca şifreleme kullanılarak şifrelenmekte 3. şahıs ve kurumların bu içeriklere erişimi engellenmektedir (Çağlak, 2019: 630). 2021 yılında WAS'ın araştırmasına göre Dünya'da 2 milyon civarında kişi kullanmıştır. Ülkemizde ise 2021 yılında WAS'ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %87,5'nin en çok kullandığı üçüncü sosyal medya ortamıdır.

4. *Facebook (FB) Messenger*: Facebook şirketi bünyesinde 2011 yılında İOS ve Android telefon sistemleri için oluşturulmuş bir sosyal medya uygulamasıdır. Anlık mesajlaşma ortamı sağlayarak; görüntülü, sesli, yazılı iletişim sağlayan bir yazılımı mevcuttur (Wikipedia, 2021). 2021 yılında WAS'ın araştırmasına göre Dünya'da 1 milyon 300 bin civarında kişi kullanmıştır. Ülkemizde ise 2021 yılında WAS'ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %54,2'nin en çok kullandığı altıncı sosyal medya ortamıdır.

5. *Instagram*: Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından 2010 senesinde kurulan sosyal medya ortamının amacı bireylerin fotoğraflarını paylaşmasını sağlamaktır (Uluç ve Yarcı, 2017: 90). Hızla gelişimi ve popülaritesinin artmasıyla bireyler sosyal medya ortamının sunduğu fotoğraf düzenleme ve filtreleme imkânlarını daha sık kullanmaya başlamışlardır (Hu, Manikonda ve Kambhampati, 2014: 595). Bireyler takip ettikleri kişilerin fotoğraflarını beğenerek, yorum yapabilmekte ve bunun yanında 2016 yılında "Story (Hikaye)" özelliği ile istedikleri fotoğraf ya da videolardan belli kesitleri 24 saat göstermeye imkân sağlamaktadır (Çayırılı, 2017: 9-10). Bunun yanında takip ettiği arkadaşları ile mesajlaşma imkânı da sağlamaktadır. 2021 yılında WAS'ın araştırmasına göre Dünya'da 1 milyon 221 bin civarında kişi kullanmıştır. Ülkemizde ise 2021 yılında WAS'ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %89,5'nin en çok kullandığı ikinci sosyal medya ortamıdır.

6. *Twitter*: 2006 senesinde Amerikalı Jack Dorsey ve 13 arkadaşının birlikte kurduğu sosyal medya ortamı olup, ismi İngilizcede "kuş cıvıltısı" anlamına gelmektedir (Uluç ve Yarcı, 2017: 89). Kullanan bireylerin "tweet" olarak ifade ettikleri en fazla 140 karakterle bireyin mesajını yazabildiği, başka bireylerin okuyabileceği ve paylaşabileceği bir sosyal medya ortamının yanı sıra dünyada süregelen gelişme ve haberlerin takip edilebildiği sosyal medya ortamıdır (Sanlav,

2014: 64) Sınırlı profil bilgisi yapısına sahip en büyük mikroblog sosyal medya servisidir (Golbeck, 2015: 86-99).

Yanar (2015: 37) Twitter kullanımına ait istatistikî verileri; “Aktif kullanıcı birey sayısı 302 milyon olup, kullanıcı bireylerin %77’sinin ABD dışındaki ülkelerden olduğu, 33 dilde iletişime imkân sağladığı, 500 milyon civarında günlük tweet atıldığı ve kullanıcı bireylerin %80’inin mobil cihazlarla tweet attığını” ifade etmiştir. Bu kadar geniş bir kitleye hitap eden sosyal medya ortamının kullandığımız dil içine sokmuş olduğu bir takım yeni terimleri; “ tweet (paylaşılan yazı), retweet (başka bireyin attığı tweeti tekrarlamak), follow (başka bireyi takip etmek), unfollow (başka bireyi takipten çıkarmak) hashtag (#), trendtopic (popüler konular), dm (anında mesaj atmak)” olarak görürüz (Kwak, Lee, Park, ve Moon, 2010: 592). 2021 yılında WAS’ın araştırmasına göre Dünya’da 353 bin civarında kişi kullanarak en çok kullanılan dokuzuncu sosyal medya ortamı olmuştur. Ülkemizde ise 2021 yılında WAS’ın araştırma raporunda yaşları 16-64 arasında değişen nüfusun %72,5’nin en çok kullandığı beşinci sosyal medya ortamıdır.

Yukarıda açıkladığımız sosyal medya ortamları dışında da; “Tiktok, Telegram, Snapchat, Pinterest vb...” gibi birçok sosyal medya ortamı mevcuttur. Yukarıda açıklamasını yapmış olduğumuz sosyal medya ortamlarından Dünya’da ve Türkiye’de en çok kullanılan beş tanesi WAS 2021 araştırması ile belirlenmiştir.

2.1.5. Sosyal Medyanın Birey ve Toplum Üzerindeki İşlevleri

Kietzmann Hermkens, McCarthy ve Silvestre (2011: 241-252) sosyal medya ortamlarının yedi tane işlevsel yapı taşı ifade etmişlerdir. Bu sosyal medya ortamına ait yedi tane işlevsel yapı taşı sosyal medya ortamlarını kullananların bireysel ve toplumsal yapıları üzerinde de işlevselliğinin mevcut olduğu ifade edilebilir. Bunlar;

1. *Kimlik Oluşturma*: Sosyal medya ortamlarını kullanan bireylerin kimlik bilgilerinin ifade edildiği bir yapıyı ifade etmektedir. Bu yapı bireyin adını, yaşını, cinsiyeti, mesleki durumu vb... nesnel bilgilerinin yanında düşüncelerini, duygularını, beğenip beğenmediği öznel bilgileri bilinçli veya bilinçsiz olarak bireyin kendisini betimlemesini sağlamaktadır. Sosyal medya ortamlarına kullanan bireylerin birçoğu kendi isimlerini kullanmayı tercih ederken, bazı bireylerin de “nickname” yani takma isimler kullanmayı tercih etmesiyle farklı bir kimlik oluşturmasına imkân sağlamaktadır. Sosyal medya ortamları kullanıcı olarak katılan bireylerin kimliklerini

saklamaya imkân tanıyarak, anonimsel bir yapı oluşturmaya imkân sağlar (Kietzmann, ve arkadaşları, 2011: 243- 247).

2. *Sohbet Etme*: Sosyal medya ortamlarını kullanan bireylerin birbirleriyle kurdukları iletişim yapısını ifade etmektedir (Kietzmann ve arkadaşları., 2011: 243-247). Ortak bir düşünce yapısına sahip olan sosyal medya ortamı kullanıcıları, ortak amaçlar ve istekler etrafında internet tabanında birbirleriyle bağlantılı olarak gruplar oluşturup, varlık gösterme işlevselliği sağlar (Kayış, 2017: 141).

3. *Paylaşım Yapabilme*: Sosyal medya ortamlarını kullanan bireylerin görsel, yazılı, sesli içerikler ile etkileşim kurması ve bu içeriklerin dağıtımının imkânını sağlamaktadır.

4. *Erişilebilir olma*: Sosyal medya ortamları yaşanılan dünya ile kendi oluşturdukları sanallık içinde bir köprü vazifesi göstermekte olup bu da birçok bilginin ulaşılabilirlik düzeyinin artmasına imkân sağlamıştır (Kayış, 2017: 142).

5. *Sosyal İlişkiler Kurma*: Sosyal medya ortamlarını kullanan bireylerin ilişki seviyesini belirlemektedir. Kullanıcılar arasında sohbet edebilme, paylaşım yapabilme, buluşmalar düzenleyebilme, arkadaşlık listesi oluşturabilme imkânlarına izin vermektedir. Formal ve informal iletişim yapısı kurulmasını imkân sağlamaktadır (Kietzmann ve arkadaşları, 2011: 243-247).

6. *Şöhret Kazanma*: Sosyal medya ortamında kullanıcıların kendilerini tanıtabilme seviyesini ifade eder. Sosyal medya ortamlarında şöhret kazanma ne kadar takipçiye sahip olduğun ve paylaştıklarının ne kadar beğenildiği ile alakalı olup, takip eden kişileri etkileyebilme olarak ifade edilebilir (Argüden, 2003: 4).

7. *Gruplar*: Sosyal medya ortamlarında bireylerin oluşturmuş oldukları grup içinde etkili bir iletişim sağlayarak, gruba üye olanların beğenmiş oldukları görsel, yazılı ve sesli içerikleri paylaşımlarını sağladıkları yapı olarak ifade edilmektedir (Kietzmann ve arkadaşları., 2011: 243-247).

2.1.6. Sosyal Medya Kullanımının Temel Felsefesi

Bireyler hayatlarını devam ettirebilmek adına gereksinim duydukları biyolojik, sosyolojik, psikolojik ihtiyaçlarını çevresinden edinmesi gerekmektedir (Meydan ve Tunca, 2018: 835). İnsanın yaşamı için çevreden karşıladığı bu ihtiyaçların temelini fonksiyonel ihtiyaç yapıları oluşturmasının yanında duygusal ihtiyaç yapılarını da

temin etmek için kullanır (Krey, Chuah, Ramayah, ve Rauschnabel, 2019: 578-586). Bu gereksinimleri temin ederken iki temel düşünce olan; “Hedonizm (hazcılık) ve Rasyonellik (faydacılık)” üzerinden hareket edilir.

Fromm (2003: 3) hedonizm felsefe ve psikoloji temeline dayanarak iki ayrı temele göre incelenmektedir. Hedonizm felsefe içinde bir görüş olarak yer alarak hayatın merkezinde hazzın yer aldığını ifade eder (Altunışık ve Çallı, 2004: 235). Babacan (2001: 97-98) hedonizm kavramını; “Bireyin kendisinin zevk peşinde koşması, yaptıklarında haz araması” ve hedonik tüketim kavramını ise; “Tüketim sonucunda hazzal tat almak” şeklinde açıklamıştır. Psikoloji içinde ise güdülenme ile açıklanan hedonizm hazzı iyi olarak görür ve her bireyin hazza ulaşmaya hakkı olduğunu ifade eder (Odabaşı, 2009: 108-109). Odabaşı (2006: 111-112) tarafından hedonizmin temelini oluşturan soyut düşünce yapılarını; “duygusal olarak verilen tepkiler, duygusal olarak alınan hazlar, hayal kurma yetisi, estetik kaygı duyma” olarak açıklamıştır. Arnold ve Reynolds (2003: 80-81) ise hedonik tüketim sağlayan bireylerin güdülenme yapılarını; “maceracı bir yaşam sürmek, rahatlama sağlamak, sosyalleşme sağlamak, başka bireylerin mutluluğunu sağlamak, düşünceler edinmek, fırsat şartları yakalamak” olarak ifade etmiştir.

Faydacılık temelinde tüketim Köroğlu ve Yıldız (2021: 1109) tarafından bireylerin fizyolojik gereksinimlerini karşılamaya yönelik olduğu ifade edilmiştir. Faydacı nitelikli güdülerin bireyin tüketiminde gerek duyduğu temel ürün ve hizmetleri ifade etmiştir (Lunardo ve Mbengue, 2009: 433-437). Okada (2005: 43) benzer bir ifadeyle faydacılığının temelini bireyin yaşamsal faaliyetlerini yerine getirmesinde bir zorunluluk kümesini ifade etmektedir. Yani insan yaşamını devam ettirmesindeki olmazsa olmazları olan bir nevi beslenme, barınma, giyinme vb... ihtiyaçlara atıf yapar. Albayrak (2017:121) faydacılığı bireyin yapmış olduğu davranışların mantık çerçevesinde yapıldığını ve faydacı tüketimi ise belirli bir amaca ya da ortaya çıkan sorunların çözülmesi olarak ifade etmiştir.

Bu iki temel felsefe yapısı teknoloji kullanımını etkilemektedir (Yayman, 2019: 1). Sosyal medya ortamları da bir teknolojik yapıya sahip olduğu için dolayısıyla onu da etkilemekte olduğu söylenebilir. Sosyal medya ortamlarının etkilemesinin nedeni olarak sosyal medya ortamlarının bir tüketim mecrası olabilme özelliğinden kaynaklı olduğu ifade edilebilir. Bu durumda hedonik kullanım ve faydacı kullanıma yönelen

bireylerin de olduğu ifade edilebilir. Sosyal medya ortamlarını hedonik olarak kullanım yapan bireyler genelde anlık olarak üretilen içeriklerin sosyal medya ortamlarını kullanan bireyler tarafından anında görülerek, beğenilerek, yorum yapılarak o içeriğin tüketilmesini sağlayanlar ifade edilebilir. Diğer yandan faydacı olarak kullanım bireyler ise belirli mantık ve amaç çerçevesinde işlem yapan bireyler olarak ifade edilebilir. Fatura ödemeleri, uzaktan eğitim vb... işlemleri yapanlar faydacı kullanıma örnek gösterilebilir.

Faydacılık, hedonizmden gerekli olma durumu ve isteksellik konuları bakımından farklılık göstermektedir (Köroğlu ve Yıldız, 2021: 1109). Bundan kaynaklı olarak sosyal medya ortamlarını hedonik olarak kullanan bireylerin amacı doyum sağlamak ve doyum seviyesini arttırmak olduğu için bağımlılık eğilimlidirler. Faydacı olarak kullanan bireylerin amacı rasyonel olarak bir gerekliliğin olması olduğu için bağımlılık eğilimi hedonik olarak kullanım sağlayan bireylere göre daha azdır (Yayman, 2019: 1).

2.1.7. Sosyal Medya Ortamlarının Kullanımı Sonucunda Ortaya Çıkan Avantajlar ve Dezavantajlar

Sosyal medya ortamlarının bireylerin hayatına girmesiyle birlikte bireysel ve toplumsal olarak birçok kültürel, sosyal, mesleki vb... yapıların çoğunluğunda değişim ve yenilenme süreçlerini de beraberinde getirmiştir. Kamiloğlu ve Yurttaş (2014: 132)'in ifadesiyle insanın yaşamsal faaliyetlerine yeni bir boyut kazandırmıştır. Bu bağlamda sosyal medya ortamlarının kullanımı sonucunda ortaya çıkan avantajlar ve dezavantajlar iki ayrı başlık olarak; “Avantajlar” ve “Dezavantajlar” olarak incelenecektir.

2.1.7.1. Avantajları (Yararları)

Sosyal medya ortamlarının kullanılması bireylere birçok avantaj durumu sağlamıştır. Bilim insanları araştırmalarında sosyal medya ortamlarının kullanılması sonucunda ortaya çıkan avantajları ifade etmişlerdir.

Castells (2005) tarafından sosyal medya ortamının yararları şu şekilde ifade edilmiştir;

- Yaşamımızda eskiden tanıştığımız arkadaşlara ulaşım sağlarken, yeni arkadaşlar bulmaya yardım eder.
- Zaman ve mekan sınırlamasına, engeline takılmaz.

- Kişisel olarak bireyin kendine hayat felsefesine uygun gruplara ve sayfalara katılımını sağlar.
- Yalnızlık temelli depresyona bağlı düşünce yapılarından uzaklaştırır.
- Paylaşılan bilgi yığınlarından harekete ederek, kendisi için anlamlı ve yararlı bilgiler oluşması için çaba sarf eder.
- Bilginin ilk kaynağı olan birinci derece bilgiye ulaşmada kolaylık sağlar.

Çakmak (2014: 92) tarafından sosyal medya ortamlarının avantajları tablo halinde ifade edilmiştir. Bu tablo Şekil 2.7.'de gösterilmiştir

Ana Temalar	Alt Temalar
Eğlence	Boş zaman değerlendirme, Uğraşı sağlama, Rahatlama
Ekonomik İletişim ve Ticari Avantajlar	Reklam ve ticaret, ürün ve hizmetler hakkında bilgi, para tasarrufu, zaman tasarrufu
Gelişmeleri Takip ve Uyum	Teknolojik gelişmelerin takibi, Çağa ayak uydurarak yeniliklere açık olmasını sağlama,
Ifade Özgürlüğü	Demokratik ortam, (toplumun ileriye taşınması, bireysel görüşlere saygı, görüşlerin özgürce ifade edilmesi)
İletişim Sağlama ve Bilgiye Erişim	Öğrenme ihtiyacı, farkındalık oluşturma ve güncel gelişmelerden haberdar olarak bilgi akışını sağlama, İletişim ağlarının yaygınlaşması ve hayatı kolaylaştırarak iletişim kolaylığı sağlamak,
Örgütlenme	Tepki verebilmek ve sesini duyurabilmek için benzer düşüncelere sahip kişilerin bir araya gelmesi (toplumun ileriye taşınması, toplumsal ve siyasal tepkiler, sosyal sorumluluk faaliyetleri,
Sosyalleşme	Sohbet konusu sağlama, Yeni insanlarla tanışarak ve eski arkadaşlarla iletişime geçerek sosyal çevrenin genişlemesini sağlama,

Şekil 2. 7. Sosyal Medya Ortamının Avantajları (Çakmak, 2014: 92)

Gitomer (2011: 12) tarafından sosyal medya ortamlarının; “Bilgi sağlayan, hızlı hareket kabiliyetine sahip, sürekli kendini yenileyen güncel bir yapısının varlığı” bir avantaj olarak ifade etmiştir. Ledford (2009: 321) tarafından ifade edilen avantaj ise; “Pazarlama stratejisine uygun, ücretsiz kullanım sağlanan bir ortam” şeklindedir.

2.1.7.2. Dezavantajları (Zararları)

Sosyal medya ortamlarının kullanılması bireylere farklı avantaj durumları sağladığı gibi birçok dezavantajlı durum da sağlamıştır. Bilim insanları araştırmalarında sosyal medya ortamlarının kullanılması sonucunda ortaya çıkan avantajları ifade ettikleri gibi dezavantajlı olan durumları da ifade etmişlerdir.

Zenelaj (2014) tarafından sosyal medya ortamının dezavantajlı durumları şu şekilde ifade edilmiştir;

- Birey sanal yapıya sahip sosyal medya ortamından ayrı kalınca bireyde saldırganca ve depresif ruh halinin oluşması,
- Mahremiyet gerektiren bireyin kendisi, ailesi ve iş hayatındaki durumların gizliliğini koruyamaması,
- Bireyin sosyal medya ortamlarında kullanım süresini arttırması sonucu asosyalleşmesi,
- Bireyi narsist bir kişiliğe yönlendirmesi,
- Zararlı yapıya sahip örgütlere üye olabilme imkânı sağlaması,
- Toplumda kullanılmakta olan dilin yozlaşmasına neden olabilmektedir.

Çakmak (2014: 93) tarafından sosyal medya ortamlarının dezavantajları tablo halinde ifade edilmiştir. Bu tablo Şekil 2.8.'de gösterilmiştir.

Ana Temalar	Alt Temalar
Alışkanlık yaratma	Kişiyi bağımlı hale getirmekte,
Bilgi kirliliği	Gereksiz bilgi yığını ve bilgi erozyonuna sebep olması,
Etik kaygılar	Taciz, bilgi hırsızlığı, şiddet, duyguların sömürülmesi ve siyasi suçlar gibi sanal suçlar işleme fırsatı verme Sahte kimlikler, Özel hayatın görünür olması,
Yalnızlık hissi	İnsanların robotlaşması İnsanlar arası ilişkilerin zayıflaması ve İletişimin sanallaşması,
Yüzeysellik	Yanlış anlaşılmalara, bilgiye güvensizlik, okuma alışkanlığının azalması, tembellik, okuma ve araştırma eksikliği gibi, Samimiyetsizlik, sanal dostluklar, yüz yüze iletişime özlem gibi sanal ve yapay ilişkiler
Zaman kaybı	Gereksiz kullanım,

Şekil 2. 8. Sosyal Medya Ortamının Dezavantajları (Çakmak, 2014: 93)

Peltekoğlu (2012: 8); “Bireyin dijital ortamdaki ayak izi olan sosyal medya ortamında yapmış olduğu tüm paylaşımlarının silinememesi sonucunda yaptığı bu paylaşımlar hakkında bilgi sunmasını” bir dezavantaj olarak ifade etmiştir. Sütçüoğlu (2016: 23) ise; “Eşlerin sosyal medya ortamlarındaki kurdukları sosyal ilişkilerin boyut değiştirerek aşk ilişkisine döndüğünü sanal ya da gerçek aldatmayla sonuçlandığını” dezavantaj olarak ifade etmiştir. Baban (2012: 71) ise; “Bireyin sosyal medya

ortamları bir taraftan sosyalleşmesine katkı sağladığı gibi, diğer taraftan yalnızlaşmasına neden olmasını” dezavantaj olarak ifade etmiştir.

Sosyal medya ortamlarına ait ifade edilen avantajlar ve dezavantajlar araştıran kişilerin araştırma yapmış olduğu bilimsel temele göre farklılıklar göstermektedir. Bu durum sosyal medya ortamlarını objektif bir şekilde incelemeyi kolaylaştırdığı, bireylerin daha nesnel düşünceler üretebilmesinin temelini oluşturduğu düşünülmektedir.

2.1.8. Bağımlılık

Bağımlılık kavramına bakıldığında farklı araştırmacıların farklı açıklamalarının olduğu görülmektedir. Bu durum günümüz literatüründe bağımlılığın anlamının genişlemesini sağlamıştır (DiClemente, 2016: 4). Bağımlılığı, Holden (2001: 980); “Fiziki olarak bir maddeye bağlanma”, Uzbay (2009: 5); “Bir maddeye, bireye ya da nesneye önlenemez isteklilik halinin ve düşkünlük halinin aşırı derecede olması”, Shaffer (1999: 10); “Bireyin aşırı derecede davranışsal boyutta bir nesne ile ilişki kurma durumu” Byun ve arkadaşları (2009: 203-204); “Bir davranışı yaparken ya da bırakmaya çalışırken bireyin dürtülerini engelleyememesi sonucunda davranışsal, duygusal ve düşünsel tepki çeşitlerinin ortaya çıkması” şeklinde tanımlamaya çalışmışlardır. Geçmişteki yirmi senelik bağımlılık tanımına; “Bireye haz veren, durdurulması ve değişimi güç olan, zarar verme gücü yüksek olan, tekrarlayan ve kompulsif nitelikli olan her çeşit madde kullanımını pekiştiren davranışlar bağımlılık kapsamına alınmıştır (Orford, 1985).

Bağımlılığın oluşmasına neden olan yapı ikiye ayrılarak; “psikolojik bağımlılık ve fiziksel bağımlılık” adı altında ifade edilir. Psikolojik bağımlılığı; “Bireyin maddeyi kullanmasıyla kendinde rahatlık hissinin, maddeyi kullanmaması durumunda ise kendinde huzursuzluk hissinin oluşması” olarak ifade edilir (Zastrow, 2015: 360). Fiziksel bağımlılığı; “Bireyin maddeyi az kullandığı ya da hiç kullanmadığı zamanlarda maddeye alışmış olan vücudun yoksunluk belirtisini titremeden ölümcül kasılmalara çok çeşitli davranış şeklinde göstermesi” olarak ifade edilir (Zastrow 2015: 360). Bireyde bağımlılık varsa psikolojik ve fiziksel bağımlılık belirtileri birlikte görülebilir bu yüzden bu iki tanımı günümüzde ayrı ayrı ele alamayız (Ulutaş, 2021: 9). Bağımlılıkla ilgili psikolojik belirtilerin bireyde son bulması zor ve zaman almakta iken, fiziksel belirtiler kısa bir zamanda ortadan kalkabilmektedir (Ögel, 2015: 19).

Bağımlılığı, Young (1996: 237-244) altı kritere dayandırmıştır. Bunlar;

1. *Belirginlik hali*: Bağımlı olan bireyin yapmış olduğu eylemin yaşamında önem derecesi büyüktür. Bağımlılık sağlayan eylem bireyin düşünce, duygu ve davranışlarını da belirlemektedir.

2. *Duygu durumundaki değişkenlik*: Bağımlı olan bireyin duygu durumundaki değişkenliği günlük hayatta karşılaştığımız sıradan bir eylemsel yapı sağlayabilmekte ve bu sıradan eylemsel yapı içinde bulunduğu durumda kurtulmaya yardımcı bir teknik olarak kullanılabilir.

3. *Tolerans (hoşgörü) sağlama*: Bağımlı bireyin ruhsal yapısında benzer sonuca erişim sağlayabilmek adına daha fazla aktivite faaliyetine ihtiyaç duyulmasıdır.

4. *Yoksunluk gösterme*: Bağımlı olan birey yapmış olduğu eylemsel faaliyetlerin değişim göstermesi yani eylemsel faaliyeti hiç yapmaması ya da az yapması durumunda istenmeyen belirti çeşitlerinin ortaya çıkmasıdır.

5. *Çatışma yaşama*: Bağımlı bireyin çevresindeki insanlarla, kendi içsel yapısıyla, kendisinin yapmaktan hoşlandığı ilgi alanları ve faaliyetleriyle kargaşa yaşaması durumudur.

6. *Tekrarlama*: Bağımlı olan bireyin, bağımlı olduğu durumu ortadan kaldırmak için bağımlısı olduğu faaliyetten kaçınma durumunda ya da bağımlısı olduğu durumu kontrolünü sağlamaya çalışırken bağımlısı olduğu durumun en üst seviyesine gerilemesidir.

Bağımlılık türlerine göre, madde kullanımıyla oluşan kimyasal bağımlılık ve eylem çeşitlerini içeren davranış bağımlılığı olmak üzere ikiye ayrılarak incelenmektedir (Arslan ve Bardakçı, 2020: 38). Kimyasal (Maddesel) bağımlılık; “Toplumda ciddi anlamda korku oluşturan ve kullanım sonucunda tedavi arayışı içine girilen alkol, sigara ve maddesel (eroïn, kokain, bonzai vb...) bağımlılıklar” olarak ifade edilebilir (Dinç, 2014: 8-9). Eylemsel (Davranışsal) bağımlılık; “Toplumda genel olarak kötü alışkanlık olarak ifade edilip, kendi kendine geçeceği düşüncesi hakim olan kumar, alışveriş, teknoloji vb... bağımlılıklar” olarak ifade edilebilir (Dinç, 2014: 8-9).

2.1.9. Davranışsal Bağımlılık Çeşidi Olarak İnternet Bağımlılığı

Literatürde Evren (2016: III)'de davranışsal bağımlılık türünün diğer araştırmacılar için tartışmalı bir yapısının olduğunu ve internet bağımlılığının bu türü temsil edebileceğini ifade etmiştir. Savcı ve Aysan (2017: 203) davranışsal bağımlılık olarak gördüğü internet bağımlılığını diğer teknoloji temelli bağımlılıklardan olan akıllı telefon, dijital oyun ve sosyal medya bağımlılıklarının hepsini teknolojik bağımlılığı olarak ifade etmiştir. Deveci (2020: 1) ise davranışsal bağımlılık tanısının internet tabanlı oyun ve kumar oynama faaliyetleri için kullanıldığını, bu ikisinin dışındakiler için internet bağımlılığını da dahil ederek tartışmaların ve araştırmaların devam ettiğini ifade etmiştir. Küçükvardar ve Tıngöy (2018: 111) ise dışarıdan kimyasal olarak bir madde alınmamasına rağmen beynimizdeki duygu alanı olan limbik sistemin herhangi bir teknolojik aracı kullanırken dopamin yani mutluluk hormonu salgılayarak biyolojik olarak kimyasal bir yapının oluşumunun olduğunu ve teknolojik araçların her birine ait bağımlılıkları teknoloji bağımlılığı adı altında toplayarak davranışsal bağımlılık olduğunu ifade etmiştir. İnternet bağımlılığının davranışsal bağımlılık kabul edilmesine ait tartışmalı durumun Amerikan Psikoloji Birliği (APA) tarafından yayımlanan DSM-5 Tanı Ölçütleri Kitabı'nda geçici bir bağımlılık hali ve dürtü kontrol bozukluğu şeklinde yer alması ile alakalı olduğu düşünülebilir (APA, 2013: 795). Bu bağlamda bazı araştırmacılar tarafından tartışılıyor şeklinde yorumlanırken, bazı araştırmacılar direkt olarak davranışsal bir bağımlılık olarak ifade etmektedirler.

“İnternet bağımlılığı” kavram olarak 1995 senesinde psikiyatrist ve psikofarmakoloji alanı uzmanı olarak görev yapan İvan Goldberg tarafından kullanılmıştır (Goldberg, 1996: 127). 1998 yılında Goldberg açıklamalarını güncellemiş, “internet bağımlılığı” kavramının yanında “patolojik bilgisayar kullanımı” eklemiştir (Yüksel-Şahin ve Öztoprak, 2019: 365). Goldberg internet bağımlılığını tanımlamak için oluşturduğu kriterleri DSM-4'te yer alan madde bağımlılığına ait olan kriterleri üzerinden uyarlama sonucunda oluşturmuştur (Ögel, 2017: 105).

İnternet bağımlılığı kavramı zaman içinde yapılan araştırmalarla gelişmiş ve araştırmacıların bireysel düşüncelerinden kaynaklı olarak; “aşırı internet kullanımı, internetomani, kompulsif internet kullanımı, problemlili internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, internet bağımlılığı” şeklinde yapmış oldukları araştırmalar

literatürde görülmektedir (Robertson, Yan ve Rapoza, 2018: 255; Shaw ve Black, 2008: 354).

Kandell (1998: 12) tarafından internet bağımlılığını; “Bireyin yapacağı faaliyet için internet ortamına bağlanması sonrasında yapmış olduğu faaliyeti sonlandırdıktan sonra psikolojik bağımlılığının internet ortamına devam etmesi” olarak ifade etmiştir. Young (2007: 671) ise; “Bireyin kullanırken çevrimiçi kontrol etme potansiyelini etkileyerek, sosyal, mesleki ve ilişkisel hayatında problem oluşturacak durumlar ortaya çıkmasına neden olan kabul görmemiş, yeni bir kliniksel rahat olmama durumu” olarak ifade etmiştir. Beard ve Wolf (2001: 377-379) ise; “Bireyin kullanıcı olarak aşırıya kaçması sonucunda meslek, ev, sosyal ve psikolojik yaşamlarında sıkıntı verecek durumlar oluşturması” olarak ifade etmiştir. Buradaki araştırmacıların tanımlarına bakıldığında standart olarak kabul edilen bir tanımının olmadığı ve internet bağımlılığına ait bir kavramsal oluşumun kabullenildiği görülmektedir (Chou, Condon, ve Belland, 2005: 365).

İnternet bağımlılığını bireylerde tanımlayabilmek adına Young (1999: 351-352) tarafından DSM-4’teki patolojik kumar oynamaya ait olan tanılama kriterlerini dikkate alarak internet bağımlılığına ait 8 tane tanı kriteri oluşturmuştur. Bireyin internet bağımlısı olabilmesi için geliştirilmiş olan bu 8 tanı kriterinden 5 tane kriteri karşılaması gerektiği ifade edilmiştir. Bu kriterleri Young (1999: 351-352) şu şekilde ifade eder;

1. İnternet ile aşırı derecede zihinsel olarak çaba harcaması,
2. Çevrimiçi zaman süresinde artışların fazlalaşması,
3. İnternet kullanımına yönelik olarak hiç ya da az kullanmaya çalışması halini başaramama,
4. Erişim hiç ya da az sağlandığı durumlarda yoksunluk belirtilerinin gerçekleşmesi,
5. Zaman yönetimi konusunda sıkıntı yaşama,
6. İnternet kullanımındaki aşırılık sonucunda çevresinde yer alan aile, okul, meslek yaşamında sorunların oluşması,

7. İnternette çevrimiçi olduğu süreler hakkında çevresinde bulunan kişileri aldatmaya çalışması,

8. İnterneti kullanımı yaparken olumsuz duygulardan kaçmaya, problemleri görmezden gelmeye çalışması ve ruhsal yönden modifikasyon sağlamaya çalışması,

Literatüre bakıldığında internet bağımlılığı ile alakalı tanılama yapabilmek için kriter oluşturan; “Goldberg (1996), Beard ve Wolf (2001: 377-383), Suler (1999: 385-394), Shapira ve arkadaşları (2003: 207-216)” araştırmacılar olduğu görülmüştür.

2.1.10. Davranışsal Bağımlılığın Yeni Türü Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal medya bağımlılığı kavramı, Longstreet ve Brooks (2017: 74) tarafından internet bağımlılığının altında bir çeşit olarak ifade edilmiştir. Griffiths (2013: e188) ise sosyal medya bağımlılığının internet bağımlılığının evrim geçirmiş hali olduğunu ifade etmiştir. Bu şekilde ifade edilmesinin altında yatan en büyük sebep sosyal medya ortamlarının internet tabanından kullanım sağlaması olarak görülebilir. Savcı ve Aysan (2017: 204) yapmış olduğumuz çıkarımı desteleyecek nitelikte araştırmalarında; “Akıllı telefon bağımlılığının, sosyal medya bağımlılığının ve dijital oyun bağımlılığının oluşmasında internetin etkin rol oynamasından dolayı internet bağımlılığı ile alakasının yüksek derecede olduğunu” ifade etmişlerdir.

Sosyal medya bağımlılığı da tanılmasında internet bağımlılığının kaderini yaşamaktadır. Amerikan Psikoloji Birliği (APA) tarafından yayıma sunulan DSM-5 Tanı Ölçütleri Kitabı’nda sosyal medya bağımlılığı başlığı adı altında tanı kriterlerinin yer aldığı bir bölüm yer almamaktadır (APA, 2013). Sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı adı altında DSM-5 Tanı Ölçütleri Kitabı’nda üçüncü kısmında yer alan “internet oyun bozukluğu” (APA, 2013: 795) tanı kriterlerine bağlı kalarak değerlendirilmektedir (Andreassen ve arkadaşları, 2016: 253; Küçükvardar ve Tınköy, 2018: 117). Starcevic ve Aboujaoude (2017: 11) tarafından sosyal medya bağımlılığının DSM-5 Tanı Ölçütleri Kitabı’ndaki yer almamasını zihinsel bozukluk bağlamında ele alınarak kendine özgü kavramsal yeterlilik kazanamadığı ifade edilmiştir. Pantic (2014: 652-656) tarafından yapılan çalışmada ise sosyal medya bağımlılığını zihinsel bir bozukluk olarak kabul etmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya ortamlarını bireyin kullanımı sırasında aşırı derecede istek halinin oluşması, bu ortamlarla ilgili endişe düzeyinin aşırıya kaçması

ve bu ortamları kullanırken zaman tüketiminin bir sonucu olarak meslek veya eğitim hayatında, sosyal ilişki yapıları ve bireyde ruhsal sorunlar oluşturması şeklinde kavramsal yapısı tanımlanmıştır (Andreassen ve Pallesen, 2014: 4054). Tutgun-Ünal (2015: 93) tarafından ise sosyal medya bağımlılığı; “ Bireyin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal gelişim yapılarına paralel gelişerek, meşgul olma durumunun bireysel, sosyal ve mesleki rutinsel günlük hayatını etkileyerek, duygusal durum düzenleme, tekrar yapma ve çatışma yaşama gibi sorunların oluşmasını sağlayan psikolojik bir oluşum” olarak tanımlanmıştır. Sosyal medya bağımlılığına ait bu iki tanımdaki ortak noktaları; “sosyal medya ortamında zaman tüketiminin yoğunluğu, bireyin yaşam içeriğindeki düzenini etkilemesi ve psikolojik bir sorun” olarak ifade edilebilir.

Van den Eijnden, Lemmens ve Valkenburg (2016: 478) sosyal medya bağımlılığının standart olarak netlik kazanmış bir tanımının yapılmadığını ifade etmişlerdir. Pelling ve White (2009: 755-759) sosyal medya bağımlılığına ait belirti çeşitlerinin, kullanıma bağlı olarak ortaya çıkan olumsuz durumların netlik kazanmadığını ifade etmişlerdir. Bunun nedenin DSM-5 Tanı Ölçütleri Kitabı’nda sosyal medya bağımlılığının ifade edilmemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde bazı çalışmalarda sosyal medya bağımlılığının bağımlılığa ait sınıflama yapılmasının tartışıldığı ifade edilmiştir (Deveci 2020: 1; Ekşi, Turgut ve Sevim, 2019: 719). Bu nedenlerden dolayı sosyal medya bağımlılığını açıklamaya yönelik yapılan çalışmalara ait sonuçlar ve saptanan belirtilerin kıymetli olduğu vurgulanmıştır (Taş, 2017: 31).

Bunun tam tersinde sosyal medya bağımlılığını davranış bağımlılığı türüne ait olarak diğer teknolojik gelişmelere bağlı olarak teknoloji bağımlılığı adıyla ya da kendi adıyla ifade edildiği çalışmalar da vardır (Griffiths, 2005: 191; Grüsser, Thalemann ve Griffiths, 2007: 290; Savcı ve Aysan, 2017: 203). Davranış bağımlılığı olarak ifade edilmesinin sebebi diğer araştırmacılar tarafından yapılan araştırmalar olduğu düşünülebilir. Sosyal medya bağımlılığının standart bağımlılık kriterleri olan; “ruhsal halde değişim, duygu, davranış ve biliş alanında sürekli meşgul olma durumu, yoksun olma hali, çatışma yaşama hali ve tekrar geri dönme (nüksetme) hali” özellikleri yansıtmaktadır (Echeburúa ve De Corral, 2010: 92; Kuss ve Griffiths, 2011: 3530). Sosyal medya bağımlılığı için Kuss ve Griffiths (2017: 1-7) tarafından yapılan başka bir çalışmada kliniksel kriterler oluşturulmuş, sosyal medya ortamlarını kullanan bireylerin vermiş olduğu belirtilerin bağımlılığın belirtilerine benzediği ortaya konulmuştur. Yine çalışmalarda araştırmacılar tarafından internet bağımlılığını işaret

eden belirtilerin sosyal medya bağımlılığını da ifade ettiği ifade edilmiştir (Andreassen, Torsheim, Brunborg ve Pallesen 2012: 501-517; Kuss ve Griffiths, 2011: 3540; Deniz ve Gürültü, 2018: 358). Fakat sosyal medya bağımlılığı kavramı daha özel bir yapıya sahip olduğu ve bu duruma çerçevesinde müdahale çalışmalarının farklılaşabileceği ifade edilmiştir (Savcı ve Aysan 2017: 203-204).

Hawi ve Samaha (2019: 110-119), internet bağımlılığının ile sosyal medya bağımlılığının benzeyen ve farklılaşan durumlarını çalışmalarında ortaya çıkarmışlardır. İki bağımlılık türüne ait yordama gücüne; “uyum gösterme, vicdan duygusuna sahip olma, yeni deneyime açık olma, duygusal olarak istikrar sağlama, benlik saygısı sağlanma, hesap açma durumlarının sık olması ve internetin kullanım derecesi” sahip yapılar olarak ifade edilmiştir. İnternet bağımlılığına ve sosyal medya bağımlılığına ait yordama gücüne sahip olmayan yapılar; “yaş durumu, yaşamdan memnun olma, kişilerin birbirine bağımlı benlik yapısı” olarak ifade edilmiştir. Bu yordayan ve yordamayan durumlar iki bağımlılığın birbirine ne kadar benzediğinin kanıtı olarak ifade edilebilir. Araştırmada sadece internet bağımlılığını; “gerçek benlik ve dışadönüklük”, sadece sosyal medya bağımlılığını ise; “cinsiyet durumu, güncel yayın yapma, arkadaş sayısının çokluğu ve bağımsız benlik” yordama gücüne sahip durumlar olarak ifade edilmiştir. Bu sadece bir bağımlılık türünü yordayan durumlar sayesinde internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığının farklarının ortaya çıktığı ifade edilebilir. Bu araştırma iki bağımlılık yapısına ait temel bir çerçeve oluşturmuştur.

Sosyal medya bağımlılığını üç temel teori modeli oluşum yapısını açıklaya çalışmaktadır (Turel ve Serenko, 2012: 512-528):

1. *Bilişsel-Davranışçı Model*: Sosyal medya ortamlarının normal olmayan bir şekilde kullanımının sağlanmasında çevredeki diğer etkenler tarafından güçlendirilmiş uygun olmayan bilişsel faktörlerin varlığının kompulsif kullanım sağlayarak bağımlılık derecesine ulaşmasını temel alır (Davis, 2001: 187-195).

2. *Sosyal-Bilişsel Model*: Bireyin sosyal medya ortamlarını kullanırken kendi kontrolünü kaybetmesinin ve normal olmayan kullanıma bağlı olarak olumlu sonuç beklentisinin birlikte hareket etmesinin artmasını temel alır (LaRose, Lin, ve Eastin 2003: 225-253).

3. *Sosyal Beceri Modeli*: Bireyin kendini ifade etmesindeki sorunlar sanal ortam olan sosyal medyayı yüz yüze iletişim yerine kullanmalarını ve normal olmayan kullanımı bireyin iletişim kurmada vazgeçilmez bir halin varlığının oluşmasını temele almaktadır (Caplan, 2005: 721-736).

Sosyal medya ortamları kullanan kişilerin beyinlerinde biyokimyasal bir etkileşim sistemi oluşturmaktadır. Bu etkileşim sırasında beyinin bölümlerinden zevk alma mekanizması harekete geçmekte olup, daha sonrasında sosyal medya ortamlarını kullanan bireyler aynı biyokimyasal maddeyi almak için sosyal medya ortamlarını kullanımını sağlayarak ve kullanımını artırarak aynı yaşam keyfine ulaşma çabasına girmektedir (Clark ve Calleja, 2008: 633-649; Elhai, Yang, Fang, Bai ve Hall, 2020: 1-7). Sosyal medya ortamlarında “arkadaşlık isteği, beğenme ve yorum yapma” durumları sayesinde başkaları ile bağlantı kurulup ve başkaları tarafından tanınırlık sağlanması sosyal ilişki başarısı duygusu artırmakta ve kullanıcının bu başarısı beyni tarafında pekiştireç sisteminin etkin hale getirmektedir (Meshi, Tamir ve Heekeren, 2015: 771-782). Ayrıca bu durum benlik saygısı ile alakalı olarak düşük benlik saygısı olan bireylerin gerçek hayatta sevilme ve sosyal beceri gelişiminin düşük olması sanal bir dünya olan sosyal medya kullanımını arttırmakta ve bağımlılığa doğru evrilmesine neden olmaktadır (Al-Menayes, 2015: 86-94). Bu durumda sosyal medya bağımlılığının oluşması bireyin biyolojik yapısını ve benlik yapısını etkilediği ifade edilebilir.

Sosyal medya ortamlarına bağlı kalmasının altında kullanıcıların başka kişilerin paylaşımlarını görebilmek ve kendi profilini güncellemek amacıyla zaman tüketimi söz konusudur (Yıldırım ve Kişioğlu, 2018: 475). Başkalarının paylaşımlarını kaçırmamak ve onların nerede, nasıl, hangi kişilerle olduğuna dair gelişmeleri kaçırma korkusu ve bunun neden olduğu endişe ve huzursuzluk hissine yakalanmamak isterler (Bektaş, 2018: 24; Przybylski, Murayama, DeHaan ve Gladwell, 2013: 1841-1848). Bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile birlikte hareket eden yalnızlıklarının son bulması ve sevgi ve merhamet duygularının hatırlayabilmek için sosyal medya ortamlarında paylaşım yapmak isterler (Dossey, 2014: 69-73; Gökler, Aydın, Ünal ve Metintaş 2016: 54). Bu ifadelerden hareketle sosyal medya bağımlılığının bireylerin sosyal ve duygusal yapıları üzerinde etkililiği ortaya çıkmaktadır.

Alanda çeşitli araştırmacıların yapmış olduğu araştırmalara bakıldığında yukarıda ifade edilen sosyal medya bağımlılığı etkileri yanında başka değişkenlerle de ilişkisi görülmektedir. Bu araştırmalardaki ilişkisi incelenen bazı değişkenler ve etkileri; “aleksitimi (Craparo, 2011), dikkat eksikliği (Dalbudak ve Evren, 2014), depresyon (Sarıçam, Tarhan ve Soyuçok, 2015), narsizim (Mehdizadeh, 2010), iskelet ve görme sisteminde oluşan rahatsızlıklar, karpal tünel sendromu (Aslan, 2011), akademiksel başarı derecesinin ve mesleki iş gücü kapasitesinin düşmesi (Gök, 2016) vb...” olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ile yapılan araştırmaların, değişken türlerinin ve etkilerinin daha fazlasına ulaşılabilmektedir. Mevcut olarak bakılan bu araştırmalar bile insan hayatının her alanını (psikolojik, sosyal, davranışsal, duygusal, mesleki, biyolojik vb...) sosyal medya bağımlılığının etkileme gücünün bir ifadesidir.

Sosyal medya bağımlılığına ait etkin bir tedavi yöntemi sigara, alkol bağımlılığındaki gibi mevcut olmamasının sebebi sosyal medya ortamlarına ulaşmayı sağlayan internet ve gelişen teknoloji den insan hayatının ayrı kalamaması olarak ifade edilebilir (Söner ve Yılmaz, 2018: 63).

2.2. Yalnızlık

Yalnızlık kavramsal olarak geniş bir yapıya sahiptir. Bu kısımda yalnızlığı iyi bir şekilde anlayabilmek için alt başlıklar halinde incelenmeye çalışılacaktır.

2.2.1. Yalnızlığın Kavramsal Olarak Anlam Yapısı

İnsanın biyolojik olarak doğumuyla başlayan hayatı aile adı verilen sosyal ilişkiler içeren bir yapı içinde başlamaktadır. Bireyin gelişimine bağlı olarak içinde doğmuş olduğu sosyal çevre genişlemektedir. Okul, iş, sivil toplum örgütleri, vb... türde ortamlara katılan bireyin yeni arkadaşlıklar oluşturması sosyal çevresini çeşitlendirmektedir. Bazen bu durum iletişim sağlayamama, yabancı olma, yakın ilişki kurmada zorluk yaşama vb... durumlardan dolayı yalnızlığa doğru giden bir oluşum sağlamaktadır.

Yalnızlık, insanlığın oluşumundan günümüze kadar varlığının devamlılığı ele alınmış bir kavramdır. Yalnızlığın dini, edebi, felsefi, sosyolojik, psikolojik vb... boyutları ile uğraşan bireylerden tarafından ele alınmış ve çeşitli şekilde ifade edilmiştir. Yalnızlığın çeşitli şekillerde ifade edilmesinde ifade eden kişilerin bireysel farklılığının ve görüşünü ifade ettiği bilimsel temelin etkisinin olduğu düşünülmektedir.

Günümüz şartları dikkate alındığında nüfusun artış hızının, teknolojik gelişmelerin, modern hayat şartlarına bağlı olarak oluşturulan kentsel yaşamın getirdiği bireyselleşmenin sonucunda bireylerin bireysel ve toplumsal olarak anlam yükleyememesi, topluluklarda yalnızlık hissetmesi, yabancılık çekmesi gibi güncel sorunları oluşturmuş ve bu sorunlar bireyler tarafından sürekli dile getirilmektedir (Wright, 2005: 8). İfade edilen sorunlar sonucunda psikoloji alanında çeşitli araştırmacılar tarafından çalışmalar yapılmış, yalnızlığın patolojik boyutu ifade edilmeye çalışılmıştır.

Yalnızlık duygusunu, Weiss (1973: 17) bireyin sosyal ilişkiye ihtiyaç duyması sonucunda ilişkiyi başlatmada ve sürdürmede yetersizliği ve eksikliğinden oluştuğunu ifade etmiştir. Sullivan (1953; Akt. Sarıçam, 2011: 40) ise yalnızlığı, kişinin kendisinin ihtiyaç duyduğu kişilerarası yakın ilişki durumu oluşmadığında meydana gelen, kişinin oluşan bu durumdan hoşlanmadığı ve kurtulmaya çaba gösterdiği yaşamına yön veren güdüleyen duygudur. Ernst ve Cacioppo (1999: 8)'nın yalnızlık tanımı, bireyin diğer kişiler ile ilişkilerinde yakınlaşma arzusunun olduğu bilişsel, duyuşsal ve davranışsal unsurları içinde bulunduran duygusal durumdur. Demirbaş ve Haşit (2016: 138)'in yalnızlık tanımı, evrensel yaşam tecrübesine bağlı olarak kişinin hayal ettiği sosyal iletişim düzeyine ulaşamamasına bağlı olarak sıkıntı oluşturan psikolojik durumdur. Leiderman (1980: 378)'in yalnızlık tanımı, kişinin kendini diğer kişilerden farklı görmesi ve buna rağmen diğer kişilere ihtiyacının olmasıdır.

Peplau ve Perlman (1982: 3) tarafından yalnızlıkla ilgili yapılan tanımların ortak noktaları; “Lonesomeness, Aloneness, Loneliness” şeklinde üç farklı şekilde ele alınmıştır. Bu ortak noktalar yalnızlıkla yapılan tanımlarda kullanılmaktadır. Bunlar:

1. *İçsel Sıkıntı Durumu (Lonesomeness)*: Başka bireylerle olan sosyal ilişkilerinin yeteri kadar olamamasıyla alakalı bir durum olarak ifade edilmiştir. Başka bireylerle daha samimi ve yakın ilişki kurabilme arzusunda olup, yalnız olma hissinden kurtulmaya çabalamaktır.

2. *Tek Başına Olma Durumu (Aloneness)*: Bireylerin öznel olarak yalnızlığı kendilerinin seçmesi olarak ifade edilmiştir. Yalnızlığı kendisi seçen bireyler genellikle hayatlarına yön verecek bir durumu karşısında düşünmek, karar vermek, başarılı olmak için gayret gösterirler.

3. *Yalnız Olma Durumu (Loneliness)*: Bireyin bir seçimi olmadan, yalnızlığının nedenini fark etmeme olarak ifade edilmiştir. Bireyin duygularında nedeni bilinmeyen korku yaşama, sıkıntılı olma, ümit etmeme durumlarının oluşması ve bu oluşan duyguların yoğunlaşmasıyla bireyin hayatına yön vererek, çevresindeki başka bireylerle olumsuz ilişkiler oluşturmaktadır.

Yalnızlık kavram olarak tek başına olma kavramına benzemekle birlikte anlam olarak farklılık göstermektedir. Birey yalnız olmaktan rahatsızlık hissederken, kendinin isteğiyle tek başına olabilmektedir (Geçtan, 2004: 106). Yalnızlık kavramı ile bireyin kurmuş olduğu sosyal ilişkilerin büyük olmasıyla ilişkili olmayan karmaşık bir durumdur (Betts ve Bicknell, 2011: 4). Bireyin çevresindeki sosyal ilişkiler büyük ya da küçük olması yalnızlık oluşması ya da oluşmamasında etkili olmadığı düşünülmektedir. Yalnızlığın hissini oluşmasında etkili olan bireyin gereksinimlerine sosyal ilişkilerinin ne kadar cevap verebildiği ile alakalı olduğu düşünülebilir. Bireylerin sosyal ilişkileri ne kadar çok gereksinimlerine cevap veriyorsa o kadar az yalnızlık hissedebilir. Tam tersi olarak yalnızlık hissi ne kadar çoksa bireyin sosyal ilişkileri gereksinimlerini o kadar az karşılıyor anlamına gelmekte olduğu düşünülebilir.

Geçtan (1994: 109)'nın yalnızlıkla ilgili düşüncesi bireye acı veren, korku sağlayan bir duygu yapısı olup, birey bu duyguyu tecrübe etmemek için başka yolları deneyerek yalnızlıktan kaçındığını ifade etmiştir. Geçtan (2016: 108-109)'nın yalnızlıkla ilgili düşüncesi yalnızlığın bireylere göre farklılık gösterebileceği, yalnızlık duygusundan bireylerin korkmasının değişiklik göstereceğini ifade etmiştir. Geçtan örnek olarak sessiz bir ortamın bazı kişilere korku sağladığını, bazı kişilere de huzur verip dinlendirdiğini ifade etmiştir. Yalnızlığın patolojik yönüne ifade eden araştırmacılar olduğu gibi başka araştırmacılar tarafından da pozitif yönü ifade edilmiştir. Eyüboğlu (2017: 341) yalnızlığın pozitif yönüne vurgu yaparak, bireye kazanım, ilham, uygunluk, kendini gerçekleştirme fırsatı sağladığını ifade etmiştir. Bazı sanatçıların tek başlarına yalnız kalmayı kendilerinin istemesi sonucunda özgün eserler ortaya çıkarabilmektedirler (Altundağ, 2013: 57).

Yalnızlığın insan ruhundaki patolojik ve pozitif yönlerinin olduğunu çeşitli araştırmacılar tanımlarında ifade etmiştir. Buradan yalnızlığın iki boyuta sahip bir yapı olduğu ortaya çıkmaktadır. Böylece yalnızlığın bireylerin yaşam tarzına göre

değişkenlik gösterdiği ifade edilebilir. Yalnızlıkla yapılan tanımlardan yapılabilecek çıkarım; “Bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yapıya sahip olup, her bireyin kendi öznel gerçekliği çerçevesinde yaşanan bir kavram” olarak ifade edilebilir.

2.2.2. Yalnızlığı Oluşturan Nedenler

Yalnızlık konusunda araştırmacıların yapmış olduğu çeşitli tanımlardan yola çıkarak insan ruhuna olumlu ve olumsuz yansımalarının olduğu ifade edilmiştir. Yalnızlığın insanda olumlu ruh hali sağlamasından çok olumsuz ruh haline odaklanan çalışmalar mevcuttur. Yalnızlığın olumsuz boyutunu ele alan çalışmaların çokluğunun sebebi insan ruh halinin bozulması sonucunda insanın olumsuz ruh halinin kendisinden başlayarak zamanla çevresini etkilemesi olarak düşünülmektedir. Bireyde olumsuz ruh hali oluşturan yalnızlığın nedenlerinin bilinmesi birey ve çevresinin normal bir ruh halinin sağlanabilmesi için önemli görülmektedir.

Rokach (1989: 372) yalnızlığı oluşturan nedenleri üç faktörde belirtmiştir. Bunlar;

1. *İlişki Oluşturmada Yetersizlik*: Bireyin yalnızlığının bu faktörün adı altında yer alan üç alt faktörün; “sorunlu ilişki durumları, sosyal destek yetersizliği, sosyal soyutlanma” altında ele alınarak, incelenmektedir.

2. *Travmatik Yaşamsal Olaylar*: Bireyin yalnızlık yapısı; “kriz durumu, kayıp yaşama, değişiklik” üç alt boyutta incelenmektedir.

3. *Kişilik Yapısı ve Gelişime Bağlı Değişkenler*: Bireyin yalnızlık yapısı; “gelişim döneminde meydana gelen bozukluklar ve kişilik yapısındaki yetersizlikler” olmak üzere iki alt boyutta incelenmektedir.

Yalnızlığın nedenlerini araştıran Michela, Peplau ve Weeks (1982: 931) yaptıkları çalışma sonunda 13 adet neden bulmuşlardır. İlk boyutu; “içsel ve dışsal”, ikinci boyutu; “değişen ve değişmeyen” bu iki boyutu birleştirerek dört başlık olan; “içsel-değişen”, “içsel-değişmeyen”, “dışsal-değişen” ve “dışsal-değişmeyen” nedenler adı altında 13 nedeni gruplara ayırarak ifade etmişlerdir. Bunlar;

A) İçsel – Değişmeyen Nedenler:

1. *Kötümserlik*: Birey ilişki oluşturmak istediği bir kimseyi bulabilme şansının düşük ya da hiç olmadığına kendini inandırmasıdır.

2. *Utangaç Olma*: Bireyin aşırı düzeyde utanma duygusuna sahip olmasıdır.

3. *Çabalamama*: Başka insanlarla tanışmak için bireyin yeterli düzeyde çaba göstermemesidir.

4. *Şanslı Olmama*: Başka insanlarla tanışma şansının olmadığı duygusunun birey tarafından yaşanmasıdır.

5. *Bilgisizlik*: Bireyin yeni arkadaşlık ilişkileri oluşturmada yeterli düzeyde kabiliyete sahip olmamasıdır.

B) İçsel – Değişen Nedenler:

6. *Reddedilme Korkusu Yaşama*: Bireyin başka bir bireye yöneltmiş olduğu ilişki kurma isteğinin olumsuz yanıtlanarak reddedilmeyle sonuçlanacağını düşünmesidir.

7. *Antipati Oluşturan Kişilik Yapısı*: Bireyin kişiliğini oluşturan özelliklerin başka kişiler tarafından sevilmemesi ve hoş görülmemesidir.

8. *Fiziki Yönden Çekici Olmama*: Bireyin dış görüntüsündeki fiziki özelliklerinin başka insanları cezbetmediğini düşünmesidir.

C) Dışsal – Değişmeyen Nedenler:

9. *Durumun Kişisel Olmaması*: Birey diğer insanlar ile etkileşim halindeyken, etkileşim yapısının kişisel faktörler dışında dışsal faktörlerle bağlantılı olmasıdır.

10. *Fırsat Yoksunluğu*: Arkadaşlık ilişkisi oluşturmaya fırsat verecek şekilde bireyin bir durumunun olmamasıdır.

D) Dışsal – Değişen Nedenler:

11. *Başka Grup/İlişki Durumları*: Farklı sosyal topluluk yapılarına insanların genelinin üyeliği olup, yalnız bireylere ilgi gösterilmemesidir.

12. *Başka Bireylerin Korkuları*: Başka bireylerin arkadaşlık ilişkisi oluşturmada korku yaşamalarıdır.

13. *Başka Bireylerin İsteksiz Olması*: Başka bireylerin arkadaşlık ilişkisi oluşturmada isteksiz davranmasıdır.

Yalnızlığın oluşmasında Perlman ve Peplau (1984: 13-47) üç kriter belirlemiş ve bu kriterlerin kendi içerisinde birbirini etki ettiğini ifade etmiştir. Bunlar;

1. Hayatta acı duygusal tecrübelerin yaşanması, herhangi sosyal topluluğa kabul edilmeme.

2. Başka bireyler tarafından sevilmediğini fark etme.

3. Başka bireylerle ilişki kurmakta ve ilişkinin devamlılığını sağlamada yeterlilik sağlayamayıp güçlük yaşama ve arkadaşlık ilişkisi kuramama.

Killeen (1998: 762-770) yalnızlığa neden olan kişilik özelliklerini; “depresyon, kaygılı olma, özgüven yetersizliği, utangaçlık, kendini gizleme durumu, öfkeli ve gergin olma, dışa dönüklük düzeyinin düşüklüğü, kendini suçlama eğilimi” değerlendirmiştir. Qualter (2003: 10) da travma yaşatan olayların yalnızlığa neden olduğunu dile getirmiştir. Tomaka, Thompson ve Palacios (2006: 359-384) bireylerin duygusal ve sosyal anlamda yakın ilişki kurmuş olduğu kişilerle arasına evlilik, yurtdışında hayata devam etme, herhangi bir nedene bağlı olarak evden ayrılma vb... gibi mesafeye bağlı uzaklıkların yalnızlığa neden olarak görmüştür. Haliloğlu (2008: 40-41) yalnızlığa neden olan durumları; “bireysel ve psikolojik faktörler, bilişsel duruma ait faktörler, benlik algısı düzeyinin düşüklüğü, gerçek olmayan öznel değerlendirme durumları, sosyal beceri düzeyinin zayıf olması, duygusal olarak güçlük yaşama, sıkıntılı duygu durumu yaşama, bağlandığı ilişkilerden ve figürlerden ayrılma durumu, sosyal destek düzeyinin yeterli gelmemesi, sosyal ilişki durumlarında yeterli olamama, çevre ve topluma bağlı faktörler” olarak belirtmiştir. Balcı (2018: 25) aile içindeki anne ve baba tutumlarına bağlı olarak, çocuklarına karşı ilgisiz davranış göstermelerinin, yardım etmemelerinin sonucunda oluşan yalnızlığın sadece anlık değil gelecek zamanlarda da etkilidir.

Yalnızlığın ortaya çıkmasında çeşitli araştırmacılarında ifade ettiği gibi bir çok neden vardır. Bu nedenlerin oluşum temeline bakıldığında bireyin psikolojik ve sosyolojik durumuna bağlı olarak her bireyde yalnızlığın süresi ve yoğunluk düzeyi farklılık göstermektedir (Tüfekçi, 2008: 7).Yalnızlık nasıl ki her bireyin kendi öznel yaşam çerçevesine göre değişiyorsa, yalnızlığı oluşturan nedenlerin de bireyden bireye değişim gösterdiği ifade edilebilir.

2.2.3. Yalnızlığın Boyutsal Yapısı

1973 yılına kadar yalnızlık çalışmaları tek boyutlu bir durum olarak çalışılmıştır. Weiss (1973) yalnızlığı konu alan çalışmasında, yalnızlığı; “duygusal yalnızlık ve

sosyal yalnızlık” olarak iki türde açıklamıştır. Duygusal yalnızlığı; “Kişinin başka insanlarla bağlanmaya bağlı olarak yakın ilişki yokluğu” şeklinde tanımlamıştır. Sosyal yalnızlığı ise; “Kişinin sosyal ilişki kuracağı bir topluluğun olmaması” şeklinde ifade etmiştir. Duygusal yalnızlığın yakın akraba ölümleri, eşlerin boşanması vb..., sosyal yalnızlığın ise yeni bir mahalleye taşınmak, lise eğitimine başlamak, mesleğinden ayrılmak vb... oluşumunda rol alan örneklerdir.(Akt. Sarıçam, 2011: 40).

Beck ve Young (1978; Akt. Young, 1982: 382-383) yalnızlık düzeyinin zamana bağlı değişiminden hareket ederek, üç türünü ifade etmiştir. Bunlar;

1. *Durum Bağlı Yalnızlık*: Kişinin yeterli doyum düzeyine ulaştığı önceki ilişkilerinde çiftlerin boşanması, yakın birey ölümü, evden ayrılma gibi durum değişikliği sonucunda doyum düzeyinin azalması ve yalnızlık yaşamasıdır.

2. *Geçici Yalnızlık*: Bireyin hayatında kısa süreli yaşanan, ara ara meydana gelen yalnızlık duygusudur.

3. *Kronikleşen Yalnızlık*: Kişinin doyum düzeyi olmayan iki veya daha uzun süreli ilişkilerine dayanan, bilişsel ve davranışsal yapıdaki uzun süre devam eden yetersizlikleri mevcuttur.

Yalnızlık kavramını De Jong-Gierveld (1987: 76); “yoksun olma, zaman, duygusal yapı” olarak üç şekilde açıklamıştır.

1. *Yoksun Olma*: Herhangi bir ilişki varlığının olmamasından kaynaklanmaktadır.

2. *Zaman*: Kişinin yalnızlık durumunun zaman olarak ne kadar devam ettiği ile ilişkilidir.

3. *Duygusal Yapı*: Kişinin duygusal yapısı içinde negatif duygularının (üzüntü, korku, şüphe vb...) var olması, pozitif duygularının (mutlu olma, sevinme, aşık olma vb...) var olmamasından kaynaklanır.

Yalnızlık kavramını Yahyaoğlu (2011: 45-46); “duygusal yalnızlık, sosyal duruma bağlı yalnızlık, triad yalnızlık, gizli yalnızlık ve derin yalnızlık” olarak incelemede bulunmuştur. Bunlar;

1. *Duygusal Yalnızlık*: Kişinin duygusal beklentilerinin olduğu kişi ya da kişilerin beklentilerini karşılamaması ya da yok sayması ile oluşur. Hayal kırıklığının

oluştugu bu durum, bireyin yalnızlaşmasında hayal kırıklığının derecesinin ve süresinin etkisi vardır.

2. *Sosyal Duruma Bağlı Yalnızlık*: Kişinin yaşamış olduğu sosyal çevre içinde tek başına olması sonucunda diğer bireylerle yapılan sosyal etkinliklere ve diğer bireylere yabancı kalması ile ilgilidir. İnsanların geneli normal bir durum olarak katılım sağlamış olduğu sosyal topluluğa uyum sorunu yaşayıp, yalnızlaşabilir. Fakat uyum sorunlarının uzunca bir süre devamlılığı sonucunda birey sosyal duruma bağlı yalnızlık yaşamayabilir.

3. *Triad Yalnızlık*: Bireyde karmaşık duyguların varolduğu, depresif ruh hali ve korkunun birleşmesiyle birlikte ortaya çıkar. Bireyin ruh halinde çökkünlük mevcutken, ani dalgalanma sonucunda sinirli ve öfkeli bir hale dönüşür. Bireyin bu yalnızlık durumu kendiliğinden atlatacağı bir durum olmayıp, profesyonel yardıma yani psikoterapiye ve gerekli olması halinde ilaç kullanımına ihtiyaç duyar.

4. *Gizli Yalnızlık*: Bireyin yaşamış olduğu üzüntüleri içine atmasıyla oluşan, dışarıdan diğer bireyler tarafından fark edilemeyen bir yalnızlaşmadır. Bu yalnızlığın gelişim göstermesi duyguların gizlenmesi yoluyla olurken daha ileriye gitmesi derin yalnızlaşmanın başlangıcına doğru oluşum göstermesine neden olur.

5. *Derin Yalnızlık*: Bireyin depresif ruh hali ile ilişkili olup, ilişkisinin bulunduğu tüm insanlarla ilişki yapısının tamamen kesilmesi sonucunda oluşan yalnızlaşmadır. Bireyde depresif ruh hali ve yalnızlığın birlikte ilerlemesi sonucunda yapmaktan zevk aldığı faaliyetlerden koparak zevk almaması halidir. Bireyde bu yalnızlaşmanın ileri boyuta geçmesi intihar etme düşüncesinin ve intihar etmenin eylemsel faaliyet olarak oluşmasına sebep olur. Bu durum içinde olan bireyin çok acil bir şekilde psikiyatri alanında yardıma almaya ihtiyacı vardır.

2.2.4. Yalnızlaşmış Bireylerin Özellikleri

Literatürdeki araştırmalarda yalnızlaşmış bireylerin ortak olarak yaşamış olduğu özellikler mevcuttur. Perlman ve Peplau (1984: 23) yalnızlaşmış bireylerin yeni arkadaşlık ilişkisi kurmadığını, kendini tanıyamadığını, eğlenemediğini, sosyal faaliyetleri başlatamadığı gibi bu tür faaliyetlere katılmanın birey için sıkıntı oluşturduğunu, faaliyeti planlamak için başka bireylerle telefonla görüşemediğini ifade etmiştir. Levin ve Stokes (1986: 728) kişilik yapısının içe dönük olduğunu,

kaygılı, depresif ruh hali sergilediğini, kendisi ve diğer insanlar için olumlu duygular hissetmediğini belirtmiştir. Yalnızlığın dışa dönük kişilik yapısıyla tezat bir ilişkisi mevcuttur (Cheng ve Furnham, 2002: 328). Brehm ve Kassin, Fein (2002; Akt. Sarıçam, 2011: 41) yalnızlaşan bireylerde görmüş olduğu ortak özellikleri şu şekilde sıraya koymuştur;

1. Benlik saygısı düzeyi düşüktür.
2. Başka insanlar hakkında olumsuz değerlendirme yapar, bu durumu kendisi için başka insanlardan da bekler.
3. Kendi düşüncelerine güven sağlayamaz.
4. Sosyal ilişki kuramda çekingen davranır ve sosyal eylemde bulunmaz.
5. Sosyal olarak duyarlı davranış göstermezler.
6. Karşı cinsle romantik ilişki kurmaktan kaçınmaya çalışır.

2.2.5. Yalnızlığın Kuramlara Göre Açıklanması

İnsanlık tarihi kadar eski olan yalnızlık, psikoloji biliminin araştırma konusu olarak ele alınmaya başlamasıyla birlikte psikoloji alanındaki kuramlar ve temsilcileri tarafından ele alınarak açıklanmıştır.

2.2.5.1. Psikanalitik Kuram

Psikoloji alanında ilk olarak yalnızlık kavramını Zilboorg analitik düşünceye dayalı olarak araştırmıştır. Yalnızlık ve tek başına olma durumunun aynı olmadığını belirtmiştir. Yalnızlık durumu sürekli devamlılığı olan, baskı kuran, bunaltan, sıkıntı verirken; tek başına olma durumu kişinin yakınlık duyduğu birini kaybı ile oluşan normal ve geçici ruhsal haldir. Zilboorg yalnızlığın; düşmanca duyguların, megalomaninin (büyüklük) ve narsisizmin temelinde bulunan özellikleri içinde bulundurur. Bebeklik dönemini yalnızlığın temeli olarak görür. Çocuğun bu dönemlerde sevgi ve hayranlık sonucunda oluşan hazzı tecrübe ederken, gereksinimlerini gidermek için başkalarını beklemek zorunda kalması çocuğa varlık olarak küçüklüğünün ve zayıflığının şokunu yaşatır. Yalnız durumda olan birey kendisinin öznel duygularını korur ve aynı çocuk gibi başkalarına gösteri yapmak ve övgü almak isterler. Ayrıca yalnız bireyler nadir zamanlarda kendine ve diğerlerine

açık yürekli bir tavırla yaklaşırlar (Zilboorg, 1938; Akt. Peplau ve Perlman, 1982: 124).

Sullivan insanların genelinin diğer insanlarla yakınlık kurmaya gereksinim duyduğunu belirtmiştir. Yakınlık gereksiniminin başlangıcının bebeklik dönemi olarak görüp, bu gereksinimin yetişkinlik döneminde de devam etmektedir. Bireyin gelişimine bağlı olarak gereksinim duyulan yakınlığın zaman içinde bebeğin annesiyle kurduğu ilişki, çocuğun arkadaşlarıyla kurduğu oyun ilişkisi, yetişkin bireyin eş seçiminde kurduğu romantik ilişki ile karşılanmaya çalışılır. Bu gereksinimi sağlayamayan bireyin yalnızlık yaşayabilir. Ergenlik, bireyin yalnızlığın yoğunluğunun en yüksek seviyede olduğu dönem olup, yaşamın sonraki dönemlerinde yaşanabilmektedir. (Sullivan, 1953; Akt. Moore, 1974: 84).

Fromm-Reichman, Zilboorg ve Sullivan'nın ifade ettiği gibi yalnızlığın başlangıcını bebeklik dönemi kabul etmiştir. Yalnızlığı hoşnutluk sağlamayan durum olarak görerek, ruhsal yapıdaki psikotikliklerdir. Duygulanım bozukluğu adı altında yer alan depresif ruh hali, kaygı gibi durumlardan ayırmıştır. Ayrıca bireylerdeki yaratıcılığın ortaya çıkması için bireyin yalnız kalarak kendi ruh halinin oluşturmuş olduğu iç dünyalarını sanata, bilime ve teknolojiye yansıtarak yeniliklerin oluşacağını ifade etmiştir (Fromm-Reichmann, 1959; Akt. Peplau ve Perlman, 1982: 124).

Fromm (1996: 40) yalnızlığın oluşma şeklini çocuğun büyümesine bağlı olarak bireyselleşmesinin giderek artmasına bağdaştırır. Genç yetişkinlikte yalnızlığın öne çıkmasının bireyin yakınlarıyla kurmuş olduğu güvenli ilişki ortamından ayrı düşmesiyle oluşmaktadır. Ergenlikte yakın ve süregelen ilişki oluşturamazsa kimlik oluşturma süreci yalnızlık ve soyutlanma hisleriyle tehlikeye girebilir.

Horney (1998: 101) yalnızlığın oluşmasında çocukluk döneminde sevgi ihtiyacının karşılanmasıyla açıklar. Çocuk başka bireyler tarafından sevilip, kabul görmesi sonucunda tek başına kalabilir ama yalnız olduğunu hissetmez. Yanında olup olamamasını önemsemeyen başka bireylere güvenir. Çocuk reddedilmiş hislere sahipse başka insanlarla güvenmeme durumu sonucunda onlardan destek sağlayamaz ve bu durum yalnızlığı beraberinde getirir. İnsanların bazı zamanlarda isteyerek yalnızlığı seçmesi normal iken, başka birileri ile bir arada ilişki kurmaya çalışırken bireyde gerilme oluşumuna bağlı yalnızlık nevrotik yapıya sahiptir.

2.2.5.2. Etkileşimsel Kuram

Bireyin başka kişilerle etkileşim kurmasının temel olarak kabul eden bu kuramın ana temsilcisi Weiss'tir. Yalnızlığı oluşturan etmenleri sadece kişilik özellikleriyle ele alınamayacağını belirtip, kişilik özelliğinin yanında yaşanan durumların özelliklerinin de dikkate alınması gereklidir. Yalnızlığın oluşmasında etkili olan sebeplerin kişisel ve sosyal etmenlerin birleşmesi sonucunda ortaya çıkar (Weiss, 1973; Akt. Peplau ve Perlman, 1982: 127).

Bireylerin sosyal gereksinimleri bağlanma ve sosyal bütünleşme tarafından karşılanırken, bağlanma gereksinimi karşılanmadığında duygusal yalnızlık, sosyal bütünleşme gereksinimi karşılanmadığında sosyal yalnızlık ortaya çıkar (Weiss, 1974; Akt. Sarıçam, 2011: 44).

Bireylerde koşulların değişimi ilişki yapılarındaki çeşitliliğe ve bunun sonucunda da sosyal gerekliliklerin de farklı tarzlarını oluşmasına neden olmuştur. Weiss (1974)'e göre sosyal gerekliliklerin altı çeşidinden bahseder;

1. Bireyin bağlanmaya dayalı ilişkileri güvenlik duygularının ön planda olduğu sosyal gereklilik durumunun karşı cins ile romantik ilişki yapısı bu durumun örneği olarak görülebilir.

2. Bireyin sosyal bütünleşme temelli ilişki yapısı ilgilendiği ve merak ettiği konuları paylaşımını sağladığı ortam olup, oluşturulan arkadaşlıklar örnek olarak verilebilir.

3. Bireyin güven temelli bağlanması oluşturduğu ilişkilerin güvenilirlik düzeyi ile alakalı olup, aile üyeleri arasındaki ilişki yapısıyla örneklendirilebilir.

4. Bireyin ilişkilerinde otorite kabul ettiği ve güven duyduğu kişilerin tavsiyelerini ve yardımlarını kendine rehberlik etmesi açısından ailesindeki değer verdiği kişiler, öğretmenler vb... bireyler tarafından sağlanır.

5. Bireyin yetenek ve becerilerinin çevresindeki insanlar tarafından kabul gördüğünde sosyal gereksinim olarak kendine güvenme sağlanır.

6. Birey başkalarının iyiliğini düşünerek hareket etmesiyle oluşan bu durum genelde ebeveynlerin çocuk yetiştirmesinde karşımıza çıkmaktadır. (Weiss, 1974; Akt. Russell, Cutrona, Rose ve Yurko, 1984: 1313-1321).

2.2.5.3. Varoluşçu Kuram

İnsanın tabiatında yalnızlığın mevcut olduğunu savunan varoluşçu kurama göre yalnızlık olumlu bir durumdur. Varoluşun gerekliliği olarak görülen yalnızlığın kökeni varoluşçu araştırmacılar tarafından önemsenmez. Bireyin başka insanlara bağımlı kaldığı durumları bitirmesi sonucunda özgürlük ve yalnızlık getirir. Başka insanlar bizim yerimize tecrübelerimizi farklı ve ayrı varlıksal oluşumumuz nedeniyle yaşayamaz. Her bir birey varoluşta yalnız olduğu için ilişki yapısının önemi olmaksızın yalnızlık varlığını devam ettirir. Yalnızlığın başka insanlarla paylaşılması sonucunda oluşan sevgi yalnızlığın acısının telafi edilmesini sağlar. Temel ve evrensel yalnızlık durumunu ilişkilerin varlığı ile etkisi azalabilir. Başkalarına karşı sevgi sağlayabilmek için insan varoluşundaki yalnızlık halini kabullenerek, bu durumla kararlı bir tavırla yüzleşmesi gereklidir. Başka insanlara sevgi ile yaklaşamayışımızın nedeni yalnızlığın getirdiği korkudan kaynaklanmaktadır. Bu şekildeki ilişki yapıları gerçek olmayan, çarpıtılmış haldedir (Yalom, 2001: 18-19).

Peplau ve Perlman (1982: 126) bireyin yalnızlığı zaten mevcuttur ve bu durumun yaşamasını normal ve sağlıklı bir durum olarak görerek, yaşanan bu yalnızlık sonucunda birey kendisi hakkında derin farkındalık sağlamaktadır. Bu iki araştırmacı insanın; “Yalnızlık ile nasıl yaşayabilir?” cevabını aramaktadırlar.

Moustakas varoluşsal kuramın öncü temsilcisi olarak, yalnızlık kaygısı ve gerçek yalnızlığı ayırarak ifade etmiştir. O bu iki yapıyı; “Yalnızlık kaygısı; “kişiyi hayat hakkında sorgulama yapmaktan alıkoyarak, devamlı başka insanlarla faaliyet yapma arayışına yönelen savunma sistemi, gerçek yalnızlık; “Bireyin hayat içinde önem verdiği doğum, değişim, ölüm vb... ögeler ile yüzleşmesi” olarak ifade edilmiştir. Moustakas, yalnızlığı olumlu ve üretkenlik oluşturan bir durum olarak ele alırken, acı veren bir yapısının olduğunu inkar etmez (Moustakas, 1961; Akt. Peplau ve Perlman, 1982: 126).

Corey (2008: 158-159) yalnızlığın, bireyin başka insanlar tarafından onaylanmaya ihtiyaç duyulmadığında oluşur. Corey, ayrıca yalnızlık halinde olan bireyin kendiyile iletişim sağlayarak, daha sonra başka insanlar ile somut ilişki oluşturmasını önerir.

2.2.5.4. Bilişsel Kuram

Bilişsel kuramın öncü temsilcisi Peplau ve Perlman yalnızlığı açıklamaya çalışmışlardır. Bilişsel kuramdan hareketle yalnızlığı Peplau ve Perlman (1982: 5);

“bireyin sosyal ilişki olarak mevcut durumu ile arzulanmış olduğu durumun uyuşmaması” şeklinde açıklanmıştır. Burada ifade edilen çelişki doğrudan yalnızlık oluşturmamaktadır (Perlman ve Peplau, 1981: 45).

Yalnızlıkla ilgili deneyim sahibi olan birey, yalnızlığının sebebini kendi yapmış olduğu yüklemelerde aramalıdır. Yapmış olduğu yüklemeler, bireyin yalnızlığa karşı mücadele etme yöntemlerini, duygusal yapısını ve gelecek hayallerini etkilemektedir. Birey karakter yapısını ve durumsal faktörlerini öne sürerek sosyal ilişkilerindeki mevcut olan başarısızlığı ve bu başarısızlığın devam edeceğini ifade eder. Bu şekilde bireyin kendine karşı olumlu bir tavır sergileyememesi, benlik değerini düşürmektedir. Bireyin benlik düzeyinin düşük olması yalnızlık oluşumuna sebep iken, sosyal etkileşim sonucu haz alamayan bir tavrının oluşması başka bir sebeptir. Bu iki durum kısır bir döngüyle yalnızlığın oluşumunu sağlamaktadır (Peplau ve Perlman, 1982: 137).

2.2.5.5. Bilişsel Davranışçı Kuram

Young (1982: 379-406) yalnızlık durumunu; “Kronik, durumsal ve geçici” olmak üzere üç şekilde inceleme altına almıştır. Ona göre;

1. *Kronik Yalnızlık*: Bireyin uzun süreli davranışındaki ve bilişindeki yetersizliklerin diğer insanlarla ilişki oluşturmayı becerememesi sonucu oluşan izole olma hissidir.

2. *Durumsal Yalnızlık*: Kişinin yakın olduğu arkadaşlarıyla sosyal ilişkilerini kesmesi sonucunda meydana gelmektedir.

3. *Geçici Yalnızlık*: Kişinin farklı zamansal aralıklarda yaşadığı kısa süren yalnızlık duygusu olarak ele alınır.

Young (1982: 379-406) yalnızlığın yaşanma hallerinin farklılıklar gösterdiğini ve akılcı olmayan inançların yalnızlığı ortadan kaldırmak adına incelenmesi gerektiğini ifade etmiştir. Young akılcı olmayan inançları 12 grupta incelemiş ve her grubun kendine ait duygusal, davranışsal ve bilişsel özelliklerini belirtmiştir. Bu belirttiği grupların yalnızlığa sebep olduğunu ve devam etmesine sağladığını belirtmiştir. Bu gruplar; “tek başına olma halini sevmeme, düşük benlik kavramı, sosyal kaygı hali, sosyal uyum sağlayamama, güven sağlayamama, duygusal sınır koyma, duygusal bağlanma kaygısı, eş seçme sıkıntısı, cinsel yönden kaygı hali,

incinmemek için yakınlığı reddetme, pasif olma, gerçekçi olmayan beklentiler” şeklindedir. Bireyin yalnızlığının nedeni bu grupların birinden ya da birkaçından kaynaklanabilmektedir.

2.2.5.6. Fenomolojik (Danışan Merkezli) Kuram

Başka insanlarla gerçek ilişki yaşamadığını fark eden bireyde yalnızlık ortaya çıkmaktadır. Kişilerin başka kişilerden uzaklaşma hissi yaşama sebebi genel olarak insanlarda oluşan yakın ilişki oluşturma korkusu ve buna benzeyen durumlardan kaynaklanmaktadır. İnsanın dışında oluşturduğu kabuk yani dünyayı algılama yapısı sonucunda kaybettikleri sonucunda yalnızlığın en yoğun olduğu zamandır. Böyle zamanlarda bireyler kabul edilmeyi ve ilgi görmeyi hak etmediklerinin inancını yaşarlar. Bireyin kendisinin dışındaki dünya ile oluşturduğu bağlar bireyde dışa karşı davranışlar kabuğunun oluşumunu sağlamaktadır. Bu kabuğun oluşma başlangıcı, bireyin önemli gördükleri insanların pekiştirdiği davranışları yapan çocukluğunda itibaren bu şekilde davranmaya devam ederse daha çok sevgi gösterileceğini öğrenmesidir. Yabancılaşma duygusunun oluşması ise bireyin kişilik yapısının objektif olarak başka kişilerce bilinmesi ortaya çıkmaktadır. Kişiler gerçek kişiliği ile diğer kişilerle ilişki oluşturmaya çalıştığında ne derecede ilişki kurabileceğini anlar ve yalnızlık düzeyi azalmaktadır. Bireylerin yalnızlığının etkileşim guruplarında azaldığı ifade edilmektedir (Rogers, 2003: 135-147).

2.2.6. Yalnızlığın Ortaya Çıkardığı Sonuçlar

Alandaki çalışmalara bakıldığında yalnızlık kavramı ile çalışma yapan araştırmacıların araştırmalarının sonunda yalnızlığın insan üzerinde farklı sonuçlarını belirtmişlerdir. Alandaki bazı araştırmacıların belirttiği yalnızlık ile ilgili sonuçlara değinilecektir.

Russell, Peplau ve Cutrona (1980: 472) tarafından yapılmış araştırmaya göre, yalnızlığın ergenlerde suça yönelik davranışların görülmesi, alkol bağımlılığı, fiziki hastalıklar sonucunda aşırı derecede sağlık hizmeti kullanımına neden olabilmektedir. Yalnızlaşmış insanlar başkalarıyla kıyaslandığında başka bireylere karşı olumsuz düşünceler oluşturur ve başka bireyler tarafından da olumsuz algılanır. Özellikle başkalarının olumsuz değerlendirmeleri erkeklerin çekicilik, dostluk vb... düzeylerine yapılıdır (Jones, Freeman ve Goswick, 1981: 45). Perlman ve Peplau (1984: 14). İnsanda kalıcı yalnızlık durumunun depresyona, intihar etme düzeyini artırmaya, psikolojik sağlığı tehdit eden davranışlar meydana getirebilmektedir. Deniz, Hamarta ve Arı

(2005: 22) yalnızlığın bireyin sosyal becerilerinde yetersizlik oluşturduğunu ifade etmiştir. Bernard (2013: 9-10) yalnızlığın insanın yaşamındaki kalite düzeyini azaltarak, sağlık problemleri sonucunda alınan hizmetlerin ekonomik düzeyinin arttığını ifade etmiştir.

Rokach (2004: 29) yukarıda ifade edilen araştırmacılardan farklı olarak yalnızlığın pozitif yapısına değinmiştir. Ona göre özel olarak dikkat gerektiren hayal kurma, meditasyon yapma, yazı yazabilme, yaşamsal faaliyetleri gözden geçirme, planlama ve geleceğe yönelik kararlar oluşturmada yalnızlık durumu önem kazanmaktadır. İnsanların telaş ve karmaşa halindeki hayatını durdurabilir. Kişilerin böylece üretim yapabilme, bireysel olma ve kişisel farkındalık düzeyinin artması sağlanabilmektedir.

Yalnızlık ile ilgili yapılan araştırmalar daha da arttırılabilir. Fakat burada incelediğimiz araştırmaların sonuçları daha çok olumsuz olarak ele alınarak ifade edilmiş olsa da bazı olumlu araştırma sonuçları da mevcuttur. Yalnızlık her bireye göre değişik sonuçlar oluşturabilir.

2.3. İyi Oluş

İyi oluş kavramı pozitif psikolojinin gelişmesinde önemli rol oynamıştır. Bu kısımda iyi oluş kavramı alt başlıklar halinde ele alınacaktır.

2.3.1. Tarihsel Süreç İçinde Pozitif Psikolojinin Gelişimi

Modern bir bilim dalı olarak psikoloji araştırmaları, bireylerde oluşan ruhsal düzeydeki hastalıkların iyileşmesi, bireyin yaşam içinde tatmin olması ve bireydeki zekâ seviyesini belirlemek üç temel çerçevede ele alınmaktaydı (Ryff, 1995: 99; Seligman, 2002: 3). Dünya üzerinde yaşanan toplumsal olaylar bilim dallarında da gelişim ve değişimi beraberinde getirmektedir. Psikoloji alanındaki gelişim ve değişimin oluşmasını sağlayan toplumsal olay ise İkinci Dünya Savaşı'ndan kaynaklanmaktadır. İkinci Dünya Savaşı'nın insanlar üzerindeki etkisi psikoloji bilim dalının patolojik bozukluk ağırlık veren hastalık iyileştirme amacının öncelik kazandığı bir yapı oluşturmuş, diğer amaçlar göz ardı edilmiştir (Hefferon ve Boniwell, 2011: 5). Jorgensen ve Nafstad (2004: 17) göre, bu yıllarda yaşayan uzman bireyler, patolojiye ağırlık veren medikal temele dayanan bir anlayışa sahiplerdi. Bu anlayış bireyin güçlü olduğu durumların ihmal edilmesi sonucunda bireyin tam işlevsellik sağlamasını ve toplumun gelişmesini etkilemiştir (Seligman, 2002: 3).

Pozitif psikoloji kavramı, Martin Seligman'ın Amerikan Psikoloji Birliği (APA)'ne başkanlık yaptığı dönemde yaygınlaşmaya başlamış olup, temsil ettiği bu kavram psikoloji bilim dalında ihmal edilmiş olan araştırma konularının önem kazanmasına neden olmuştur (Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005: 874). “Hayat yaşamaya değer” sloganından hareket eder. Psikoloji bilim dalının üç hedefi, bireydeki bozukluğu tamir etmek, önlemek ve bireyi güçlü hale getirmektir. Bu hedeflerden bireyi güçlü hale getirmenin ihmal edildiğini gören Seligman, pozitif psikoloji kavramıyla psikoloji bilim dalında proaktif bir yapı oluşturur (Csikszentmihalyi ve Seligman, 2000: 6).

Pozitif psikoloji, patoloji temeline dayanan psikoloji biliminin insanları sınırlı olarak anlamlandıran görüşlerin eksik yönlerini odaklanmak için ortaya çıktığı görölmektedir. Pozitif psikolojinin amacı psikoloji bilimini marjinal bir yapıya dönüştürmek ya da insanlardaki olumlu olmayan tarafları dışlamak olmayıp, insan varlığındaki erdemlilik hallerini, bireysel özellikleri ve olumlu öznel deneyimleri psikolojinin bilimine yeniden kazandırmaktır. Bu kazanımları pozitif psikoloji Aristo'nun insan doğasının iyi oluşu ve insanın gelişim göstermesini benimseyen yaklaşım tarzı ile sağlar (Jorgensen ve Nafstad, 2004: 17-18).

“İyi bir hayat nedir?” sorusuna cevap arayarak insanlardaki güçlü ve olumlu yönleri temel olarak alarak, araştırma konuları mutluluk hali, sağlıklı ilişki durumları, umut ve iyi oluş olarak çalışılmaya başlanmıştır (Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005: 874). Pozitif psikoloji böylece bilimsel bir çerçeve etrafında iyi yaşamı tanımı yapma ve tarifi ortaya koymaya çabalamıştır (Carr, 2016: 9).

2.3.2. İyi Oluşun Kavramsal Yapısı

İyi oluş kavramı İngilizcede wellness ya da well-being kavramıyla birlikte kullanılmaktadır. Wellness'in Türkçe anlamlarına hastalıkla ilgili durumun bulunmaması, fiziksel iyilik durumu, zindelik, esenlik, afiyette olma ve sıhhatlilik olarak karşılaşılmıştır (Eroğlu, 2013: 9). Bu iyilik hali durumu vücudun ve aklın bir bütün olarak sağlıklı olmasını ifade etmektedir. Well-being ise kişilerdeki psikolojik, sosyolojik özellikleri temel alarak, hastalığın bulunmaması halinden farklılık gösterir (Göcen, 2012: 26).

İyi oluş kavramı ile ilk tanımlama ve diğer tanımlamalara temel oluşturan 1948 senesinde Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün; “Kişinin sadece hastalığın ve halsizlik

durumunun varlığı olmayıp, bunun yanında fiziksel, zihinsel ve sosyal olarak iyi oluş sağlaması durumu” şeklindeki tanımı olarak görülmektedir (Fleuret ve Atkinson, 2007: 106). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) iyi oluş kavramını 2004 senesinde; “bireyin kabiliyetini kullanabilmesi, gündelik hayat içindeki stres durumları başa çıkabilmesi, toplumsal yapıya üretken ve verimli bir yapıyla refah düzeyine katkı sağlayabilme hali” olarak tanımlanmıştır (WHO, 2004: 12). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) farklı senelerde yapmış olduğu iyi oluş tanımlarının hastalık halinin ötesinde bir anlamsal yapısının olduğu çıkarılabilir.

İyi oluşu ilk olarak çalışan araştırmacı Bradburn mutluluk ile anlamdaş kabul ederek, mutluluğu bir süreç olarak kabul etmemiştir. Bireydeki mutluluk halini olumlu ve olumsuz duygusal durumların dengesinin ve yaşam doyumunun bir sonucu olarak ifade etmiştir. İyi oluş halinin belirtisini kişinin olumlu duygusal halinin olumsuz duygusal halinden fazla olması olarak ifade etmiştir (Bradburn, 1969: 9-10). Seligman (2002: 3-9) tarafından iyi oluş kavramı zamanda etkinliklere katılımı; “geçmiş zamanda memnun olma ve doyum sağlama, gelecek zamanda iyimser ve umutlu olma, şimdiki zamanda ise mutlu olma hali ve öznel deneyim sağlama” olarak ele almıştır.

İyi oluş kavramı birçok araştırmacının dikkatini çekerek, pozitif psikoloji alanında araştırma yapmaya yönlendirmiştir. Akademik çalışmalar genel olarak iyi oluş kavramına temelde bağlı özel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş başlıkları altında yapılmaktadır (Polatçı, 2011: 102). İyi oluşa bağlı bu iki kavramı anlayabilmek için iyi oluşun temel aldığı yaklaşımları incelenin gerekli olduğu düşünülmektedir.

2.3.3. İyi Oluşa Ait Yaklaşımlar ve Kavramları

Hedonik ve eudamonik yaklaşım türleri iyi oluşa ait iki temel yaklaşım olarak araştırmacıların yapmış olduğu çalışmalarda görülmektedir. Hazzı ve mutluluğu temel alan hedonik yaklaşım 1950’li senelerinde hayat kalite düzeyini ölçmek amacıyla “Öznel İyi Oluş” kavramının oluşmasını sağlamıştır. İnsanın potansiyel yapısını yani psikolojik işlevselliğini temel alan eudamonik yaklaşım 1980’li kendini kabul etme düzeyini ölçmek amacıyla klinik ve ampirik çalışmalarının sonucu olarak “Psikolojik İyi Oluş” kavramı oluşturulmuştur (Ryan ve Deci, 2001: 145). Oluşturulmuş olan bu iki kavram yaklaşımları çerçevesinde incelenecektir.

2.3.3.1. Hedonik Yaklaşım ve Öznel İyi Oluş Kavramı

M.Ö. 4. yüzyılda Yunan filozof Aristippus tarafından hedonik yaklaşımın temellerinin oluşturulduğu düşünülmektedir (Carr, 2016: 57-59). Felsefe alanında hedonik yaklaşım diğer bir deyişle hedonizm haz odaklı olup, hayatın içinde hazzın varolduğunu ifade eder (Altunışık ve Çallı, 2004: 235). Babacan (2001: 97-98) hedonizm tanımlaması ise; “Bireyin zevk verecek durumların peşinde koşması, yaptığı faaliyetlerde haz araması” şeklindedir.

Psikoloji alanında iyi oluş kavramının temel aldığı hedonik yaklaşım ilk başlarda kişisel çıkar temelinde bedensel zevk alma halini ele almış (Ryan ve Deci, 2001: 143), daha sonra hedonik yaklaşım bedensel zevk halinin yanında zihinsel zevki ekleyerek kapsamını genişletmiştir (Kubovy, 1999: 137). Bu yaklaşım bireyin doyuma ilişkin öznel değerlendirmelerini üç kriterle; “olumlu ruhsal yapı, olumsuz ruhsal yapının yokluğu ve yaşam doyumu” yani öznel iyi oluş kavramıyla ölçmektedirler (Diener, Emmons, Larsen, ve Griffin, 1985: 71-75).

Wilson'nun 1967 senesinde mutlu insan profilini belirleyen çalışması öznel iyi oluş kavramıyla ilgili ilk çalışma kabul edilmiş, Wilson en mutlu kişiyi en fazla avantajlı olan kişi olarak belirtmiştir (Cenkseven, 2004: 3). Diener, Emmons, Larsen, ve Griffin (1985: 71-75) tarafından psikoloji bilimine kazandırılmış öznel iyi oluş kavramının yapısı belirlenmiştir (Göcen, 2012: 31).

Öznel iyi oluş kavramını Diener (2000: 34) üç boyut; “olumlu hislerin varlığı, olumsuz hislerin yokluğu ve yaşamdaki doyum hali” ile tanımsal bir çerçeve ortaya koymuştur. Bu kavramı Wright ve Hobfoll (2004: 392); “kişilerin psikolojik ve sosyolojik boyuttaki hareketlerini, zevk alma ve memnun olma durumlarını karşılık gelen hislerini ölçmeye çalışan üst kavram” olarak ifade etmiştir.

2.3.3.2. Eudamonik Yaklaşım ve Psikolojik İyi Oluş Kavramı

Felsefede eudamik yaklaşım, kelime bakımından “eu” ve “daimon” birleşmesiyle oluşmaktadır. “Eu” çeviri olarak “iyi” ve “daimon” çeviri olarak “ruh” ifade edilmiştir. Anlam olarak ise, ruhsal yapının iyi olması olarak ifade edilmiştir (Samman, 2007: 466).

Eudamonik yaklaşımın temeli Aristo'ya dayandırılmakta ve ona göre bireyin arzularının peşinden giderek oluşturmuş olduğu mutluluk halini kabalık olarak ele

almış, gerçek mutluluk halinin bireyde oluşması için erdemliliğe yani yapılması sonucunda değerlilik sağlayan durum olarak ifade etmiştir. Bu yaklaşım mutluluktan farklı bir iyi oluşu belirtmektedir. Bireyin sağlıklı ve iyi olması için erdemlilik boyutunda istenilenin elde edilmesiyle ortaya çıkan arzular önemlidir. (Ryan ve Deci, 2001: 145).

Ryff (1995: 100) Aristo'nun felsefi düşüncelerine bağlı olarak oluşturulan eudamonik yaklaşıma temelli olarak iyi oluşu; "Bireyin gerçekte olmasını istediği potansiyel yapısının oluşması çabalaması" şeklinde tanımlamıştır. Bu tanımlama iyi oluşa ait kavram olan öznel iyi oluştan farklı bir yapı ortaya koymuş ve bu yeni tanımlama psikolojik iyi oluş kavramının oluşmasını sağlamıştır.

Bradburn 1969 senesinde psikolojik iyi oluş kavramıyla ilk çalışma yapan araştırmacı olup, kavramı; "Pozitif hislerin, negatif hislerden fazlalığı" şeklinde ifade etmiştir (Bradburn, 1969: 6). Myers ve Diener (1995: 11) Bradburn tarafından yapılan çalışmada tanımlaması yapılan psikolojik iyi oluş kavramına ait olan bir tanım olamadığını, öznel iyi oluş kavramıyla bağlantılı olduğunu ifade etmiştir.

Psikolojik iyi oluşun öncü temsilcisi Ryff, öznel iyi oluşu ve temeli olan iyi hissetme ve yaşamdan doyum alma hallerini eudamonik yaklaşım çerçevesinde eleştirmeye başlamıştır (Ryff ve Singer, 2008: 14). Psikolojik iyi oluş Ryff (1995: 100) tarafından; "Bireyin gerçekte olmasını istediği potansiyel yapısının oluşması çabalaması" tanımlanmıştır. Başka bir psikolojik iyi oluş tanımı ise, bireyin kendi potansiyel gücünün fark edip, kendine koyduğu hedefleri gerçekleştirmek için çevresindeki diğer insanlarla olan ilişki biçimleri olarak ifade edilmiştir (Ryff ve Keyes, 1995: 719-727). Telef (2013: 375) psikolojik iyi oluşu, yaşamda bireyin karşılaştığı zorluklarla varoluşsal olarak mücadele etmesi olarak ele almıştır. Bu tanımların bu şekilde ele alınmasında Ryan ve Deci (2001: 151)'nin psikolojik iyi oluşla ilgili; "Bireyin hayat içindeki her durumu bütün şekliyle deneyebilmesi, olumsuz durumla karşılaşınca kaçmaması" düşüncesinden kaynaklanmaktadır. Bu düşünceyle öznel iyi oluştan farklılaşmaktadır.

Ryff psikolojik iyi oluşla ilgili; "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş" modeli oluşturmuştur. Oluşturduğu bu modelde psikoloji alanındaki kişilik ve gelişim kuramcılarının kavramlarını modelini oluştururken temel almıştır. Bu kuramcılar ve kavramları; "Allport'un olgunlaşması, Buhler'in temel yaşam eğilimleri, Erikson'un

psiko-sosyal aşamaları, Jahoda'nın psikolojik sağlık ölçütleri, Jung'un bireyselleşmesi, Negarten'in yetişkin ve yaşlı bireylerdeki kişilik değişimi, Rogers'ın tam kapasite işlevi sahibi insan" şeklindedir (Ryff, ve Singer, 1996: 14). Bu model altı boyuttan; "Bireysel gelişim sağlama, çevre hâkimiyeti sağlama, başka bireylerle olumlu ilişki kurma, özerklik (otonomi), öz-kabul, yaşam amacı" şeklinde oluşturulmuştur (Ryff, 1989, 1071).

2.3.4. PERMA İyi Oluş Modeli Beş Boyutlu Yapısı

Yaşam doyumu ile ölçümü yapılan mutluluğun pozitif psikoloji için bir amaç olduğu ifade edilmiştir (Seligman, 2010: 299-243). Toplumda bireyler üzerinde yaşam doyumu ile ilgili araştırma yapıldığında yaşam doyumu ile ilgili olarak bireylerin verdiği cevapların %70'i anlamlı ruhsal hislerken, %30'u kendi hayat yapılarını bütün olarak değerlendirdiklerini ortaya çıkmıştır. Bu sonuçtan hareketle mutluluğu yordama gücüne sahip olan durumlara bağlı ve geçici ruhsal yapının varlığı olarak kabul edilebilir (Scorsolini-Comin, Fontaine, Koller ve Santos, 2013: 663-670).

Yaşam memnuniyetinin mutluluk düzeyinin ölçümünün yapılmasından farklı olarak hayatla ilgili ne kadar anlam oluşturduğumuzu, başkaları ile ilgili ilişkilerimizi, iş hayatımızdaki olumlu duygu düzeylerimizi ölçmemektedir. Ölçmediği bu durumlardan kaynaklı olarak mutluluk teorisinin merkezine neşeli ruh halinin düzeyinin ölçümünü yapan yaşam doyumu alınamayacağı ifade edilmiştir. Pozitif psikolojinin amacını yeniden oluşturarak, mutluluk ve yaşam doyumu kavramlarını iyi oluş ve akış kavramlarıyla değiştirmiştir. Bu değişime sebep olan düşünce ise bireylerin sadece ruh halinin ne olduğu ile ilgili olan teorisin yeterli gelmeyeceği ile ilgilidir. Seligman bu nedenler çerçevesinde otantik mutluluk teorisindeki olumlu duygular, anlam, akış boyutlarına olumlu ilişkiler ve başarı boyutlarını ekleyerek, oluşturduğu bu boyutların İngilizcedeki karşılığı kelimelerin baş harflerinin birleşmesiyle PERMA adını verdiği beş boyutlu yeni bir model oluşturmuştur (Seligman, 2010: 299-243). Seligman (2011: 16) oluşturduğu bu iyi oluş modelinin üç önemli özelliğini her bir boyutunda var olmasının gerekliliğini ifade etmektedir. Bu özellikler;

1. İyi oluş kavramına alt boyutlar katkı sağlamalıdır.
2. Birey olarak alt boyutlardan her bir öğeyi yaşama doğrudan ve dolaylı olarak dâhil etmeye çalışırlar.

3. Alt boyutlar birbirinden bağımsız bir şekilde tanımlaması yapılarak, ölçülebilmektedir.

Bu özellikler çerçevesinde Seligman tarafından oluşturulan PERMA iyi oluş modelinin beş boyutlu yapısı şu şekildedir;

1. *Olumlu Duygu Boyutu (Positive Emotions)*: Bu boyut, otantik mutluluk teorisindeki gibi beş boyutlu iyi oluş modelinin içinde de temel yapı taşıdır. Olumlu duygu boyutu hedonik bir içerik yapısı olan mutlu olma, doyum sağlama, zevk alma ve memnun olma hislerini kapsamı içine almaktadır. Bireyler mutlu ve iyi olmayı sağlayan faaliyetleri yapmak için oldukça istekli olurlar. Öznel bir şekilde ölçülebilen olumlu duygular psikolojik gelişimde önemsenmektedir (Seligman, 2011: 16-17).

Kişilerin olumlu duygular üzerine tecrübe sahibi olması tecrübe sahibi olmayan kişilere göre üretken olması, bütüncül halde düşünmesi, ayrıntılara dikkat etmesi, sorunlar karşısında baş edebilmesi, fiziki ve ruhsal sağlığı daha geliştirmiştir (Fredrickson, 2013: 1-53). Bireyler hayatta karşılaştıkları günlük durumlarında sahibi olduğu olumlu duyguları kullanmaları küresel çerçevede yaşamdan memnun olma düzeylerini artıracığı ifade edilmiştir (Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels, ve Conway, 2009: 361-368).

2. *Bağlanma (Akış) Boyutu (Engagement)*: Akış modeli çerçevesinde bağlanma açıklanmaktadır (Butler ve Kern, 2016: 3). Bağlanma akışa ayak uydurmak, yaşanmakta olan anlık dilime kapılmaktır (Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2009: 89-90). Bağlanma düzeyinin yüksek olması için; “belirlenmiş hedeflerin olması, uğraşa karşı içten gelen bir ilginin varlığı, işin zorluk düzeyinin kişinin kabiliyetine uygunluğu, geri dönütün anlık ve doğrudan verilmesi, bireyin uğraş verdiği durumu kontrol ettiğini düşünmesi, bilinçli halde faaliyet yapılması ve iş yaparken kendini kaptırması” gerektiği ifade edilmiştir (Deci, 1972: 227).

Özetlemek gerekirse, kişilerin akış dengesinin sağlıklı olarak çalışabilmesi için yaptığı işlere odaklanması ve yüksek düzeyde motivasyonlu olması bağlanma düzeyi ile alakalı bir durumun ifadesidir (Butler ve Kern, 2016: 3).

3. *Olumlu İlişkiler Boyutu (Relationships)*: Kişilerin başka kişilerle bağlantı oluşturmaya, sevgi görme ve göstermeye, duygusal ve fiziksel olarak temas halinde olmaya ihtiyaç duymaktadırlar (Sandstrom ve Dunn, 2014: 910-922). Sosyal ilişki

halinde olmak bütün kişilerin psikolojik ihtiyacı olarak kabul edilerek ait olma duygusu olarak tanımı yapılmaktadır (Deci ve Ryan, 2008: 182-185). Kişilerarası ilişkilerin olumlu olması, aile ve arkadaşlık bağlarının gücüne bağlı olup, güçlü bağlar kişilerin aitlik ihtiyacını karşılamaktadır (Sandstom ve Dunn, 2014: 910-922). Bireylerin iyi oluş düzeyi olan olumlu ilişkiler boyutunda sıkıntı yaşanması halinde yalnızlık ve depresif ruh hali ortaya çıkacağı ifade edilmiştir (Lovet ve Lovet, 2016: 107-112).

4. *Anlam Boyutu (Meaning)*: Hayat içinde bir yönünün ve amacının olması ve bu amaçlar çerçevesinde birey kendi hayatının değerli olduğu inancı olarak tanımı yapılabilir (Steger, 2012: 166). Frankl (2009) bireyin hayatını anlamlı hale getirebilmesi için, hayatındaki anlamı bularak, bu anlamı amaç haline getirerek hareket etmesi gerekir (Akt. Demirci, Ekşi, Dinçer ve Kardeş, 2017: 62).

Bireylerin anlamlı bir hayatın sahibi olması demek yaşamlarından mutluluk ve memnuniyet duyduklarının ifadesi olup, hayatlarını sürdürmektedirler (Baumeister, Vohs, Aaker ve Garbinsky, 2013: 505-516). Bireyin hayatında anlamın düşük düzeyde ya da hiç olmaması halinde depresif ruh hali, üzüntü ve hedefinin olmaması gibi durumları ortaya koymaktadır (Ryff, Singer ve Dienberg-Love, 2004: 1383-1394).

5. *Başarı Boyutu (Accomplishment)*: Mevcut hedef kabul edilen durumları gerçekleştirme, tecrübe kazanabilme, bu tecrübe sonucunda kazanım sağlama olarak ifade edilmektedir (Khaw ve Kern, 2014: 5).

Kişilerin yaşamlarında olumsuz etkileri azaltmaları ve yaşam doyumlarını artırabilmeleri için ulaşabilecekleri, olumlu hedefler ortaya koymalıdır. Bireylerin bir amaca yönelik çalışma faaliyetleri yapması otokontrolünü artırır, güven düzeyi artar, plan yapma becerisi gelişir, başka bireylerle etkili iletişim kurarlar, başarılı bir şekilde sorun ve güçlük durumları ile baş etmeye çalışırlar (Bannik, 2017: 194).

Kişilerde başarı durumu her zaman olumlu duygular oluşturmayabilir. Usta briç oynayan oyuncularını ilerleme, öğrenme, akış tecrübesi yaşama, problem çözme yapabilmek adına briç oyununu oynar ve sıklıkla kazandıkları görülür. Oyuncular için kazanmak önemli bir olgu olup, başarı hissi yaşamaktadırlar. Briç oyununda usta oyuncular tüm kapasitelerine rağmen oyunu kaybederlerse iyi bir şekilde oyunu oynadıklarına inanmaları kendilerini başarılı olarak görmelerini sağlamaktadır (Seligman, 2011: 18).

Bu boyutların tamamı Seligman'ın iyi oluş modelini oluşturur ve boyutlar ayrı olarak ölçülebilirken, tek başlarına iyi oluşu temsil edememektedirler. İyi oluşu temsil edebilmek için tüm boyutların değerlendirilmesi gerekli olup, model içinde yer alan tek boyut iyi oluşa sadece katkı sağlamaktadır (Lovett ve Lovett, 2016; Akt. Demirci, Ekşi, Dinçer ve Kardeş, 2017: 63).

2.3.5. EPOCH İyi Oluş Modelinin Beş Boyutlu Yapısı

Kern ve arkadaşları, (2016: 586-597) tarafından geliştirilen EPOCH iyi oluş ölçeğinin geliştirilme amacı eğitimde kullanabilmek içindir. Bu ölçek pozitif genç gelişimi temel olarak, genç bireylerle yapılan uygulama araştırmalarından hareket ederek, ders dışındaki durumlara katılım, uyum sağlayabilmeyi, başarılı olmayı ve sivil olarak katılım sağlamaya odak noktasına almaktadır (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597). Seligman'ın yetişkinlerin iyi oluşunu ölçmek amacıyla oluşturduğu PERMA iyi oluş modeli ölçeğinin uyarlanarak gençlerde iyi oluşun ölçülebilmesi için EPOCH iyi oluş modeli ölçeğinin oluşturulmasıdır.

Kern ve arkadaşları (2016: 586-597) tarafından uyarlama sonucunda oluşturulan EPOCH iyi oluş modelinin beş boyutu şu şekildedir;

1. *Bağlılık Boyutu (Engagement)*: Kişinin hayatında katılım sağladığı etkinliklerde aktiflik düzeyinin, etkinliklerde yaptıklarının ve yapamadıklarının farkındalığıdır. (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597).

2. *Kararlılık Boyutu (Perseverance)*: Kişilerin karşılarına çıkma olasılığı olan olumsuzluklara karşı hayatının her anında çabalama haliyle alakalıdır (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597).

3. *İyimserlik Boyutu (Optimism)*: Kişilerin yaşadıklarından öte, gelecekleri ile ilgili olarak olumlu düşünceye sahip olması, sağlam bir şekilde geleceklerini oluşturacağına inanma hali ile alakalıdır (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597).

4. *İlişkililik Boyutu (Connectedness)*: Kişilerin diğer kişiler ile sosyal ilişki halinde olması, kendilerini sevmesi, başkaları tarafından sevildiğini anlaması, başka kişilere destek sağlaması, kendisinin de diğer kişilerden destek görmesidir (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597).

5. *Mutluluk Boyutu (Happinies)*: Kişinin hayatının her döneminde şartlara bağlı kalmaksızın yaşamdan memnun olmasıdır (Kern ve arkadaşları, 2016: 586-597).

2.4. Değişkenlerle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Yüksek lisans tezimizin değişkenleriyle ilgili araştırma sonuçları; “Yurt içinde yapılmış araştırmalar ve yurt dışında yapılmış araştırmalar” başlıklarında incelenecektir.

2.4.1. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Yurt içinde yapılmış araştırmalar başlığı altında; “Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş” değişkenlerimizle ilgili yapılmış çeşitli araştırmacıların çalışma sonuçları incelenecektir.

2.4.1.1. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Bilgin (2018), 583 ergen ile yapmış olduğu araştırmada psikolojik bozukluk türlerinin ve sosyal medyanın gün içindeki kullanım sürelerinin sosyal medya bağımlılığını yordadığı ifade edilmiştir. Psikolojik bozukluk türlerinden en yüksek derecede ilişkisi olan durumlar sırasıyla; “Psikotizm, paranoid düşünce yapısı, fobik anksiyete ve öfke-düşmanlık duygusu” olarak ifade edilmiştir. Fakat tek başına en yüksek ilişkiyi sosyal medyanın gün içindeki kullanım süresi ifade etmiştir. Psikolojik bozukluk türleri sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medyada gün içinde geçirilen zamanı arttırmaktadır. Sosyal medyada gün içinde geçirilen zaman sosyal medya bağımlılığını arttırmaktadır.

Çömlekçi ve Başol (2019), 763 üniversite öğrencisi ile yapmış olduğu araştırmada genç bireylerin günlük ortalama 4 saat 16 dakika zaman harcamakta olduğunu ifade etmiştir. Bunun yanında sosyal medya ortamlarını en fazla gündemi takip edebilmek, eğlenmek ve iletişim sağlayabilmek amacıyla kullandıkları ifade edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığının sosyal medya kullanım amacı ile anlamlı ilişkisi ortaya konulmuştur. Bunun yanında sosyal medya bağımlılığı ile müzik dileyebilmek, iletişim sağlayabilmek, bilgiye ulaşım sağlayabilmek ve gündem takibi sağlayabilmek arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı ifade edilmiştir.

Çolak (2020), 428 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmada, bireylerin kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki yapısı incelenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ile kişilik özelliklerinin alt boyutlarından; “Dışadönüklük anlamlı bir ilişki yokken; Yumuşak Başlılık, Öz Denetim ve Deneyime Açıklık negatif yönde düşük ilişki; Nörotizm ile pozitif yönde düşük” ilişki yapısı

ortaya konulmuştur. Araştırmanın başka bir sonucu ise cinsiyet ayrı olmadan sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak ortaya çıkan davranış türlerinin düşük gelir düzeyine sahip okullardan çok yüksek gelir düzeyine sahip okullarda yaygın olarak ortaya çıktığı ifade edilmiştir.

Kaşıkçı, Denli ve Karaman (2021), 426 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmada, bireyin sosyal olarak dışlanmasının sosyal medya bağımlılığının oluşmasında önemli bir etken olarak ifade etmişlerdir. Bireyin öz kontrolünün koruyucu bir yapı sağladığını, öz kontrolü zayıf olan bireylerde sosyal medya bağımlılığının görülmesinde bir etken olduğu ifade edilmiştir.

2.4.1.2. Yalnızlık ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Ayas ve Horzum (2013), 292 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapılan araştırma sonunda; depresyon, yalnızlık ve benlik saygısı değişkenleri birlikte değerlendirildiğinde internet bağımlılığı ile pozitif, orta ve anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığının bu değişkenler %14 oranında yordama gücüne sahiptir. İnternet bağımlılığını, depresyon ve yalnızlık anlamlı bir şekilde yordama gücüne sahipken, benlik saygısı anlamlı bir yordama gücüne sahip değildir.

Gezgin, Hamutoğlu, Sezen-Gültekin ve Ayas (2018), 301 ergen üzerinde yapılan araştırma sonunda, ergen bireylerin nomofobi temelli davranış düzeyleri orta seviyede bulunmuştur. Akıllı telefon sahip olma zamanı ve aylık mobil internet kotası, mobil internete sahip olma, günlük akıllı telefonu kontrol etme ve mobil interneti kullanma süresi açısından anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Nomofobi ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olup, ergenlerin nomofobi seviyesini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Türkel ve Dilmaç (2019), 600 farklı sınıf seviyesindeki lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada, yapısal eşitlik modeli analizi kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın sonunda ergen bireylerin yalnızlık seviyesi ve sosyal medya kullanımı arasındaki yordama düzeyi pozitif yönde; yalnızlık seviyesi ve yaşam doyumu seviyesi arasındaki yordama düzeyi negatif yönde doğrusal bir ilişkinin varlığı ortaya çıkmıştır.

Türkkan ve Odacı (2019), 703 lise öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmanın sonunda, çocukluk çağı örselenme yaşantıları ölçeğini, bilişsel çarpıtma ölçeğinin alt boyutu %5, yalnızlık ölçeği ise %17 oranında yordama düzeyine sahiptir. Ayrıca çocukluk

çağı örselenme yaşantıları ölçeğinin bütün alt boyutları, bilişsel çarpıtma ölçeğinin alt boyutlarının tamamıyla ve yalnızlık ölçeği ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Erbaş, Karahan ve Uzun (2020), 651 çocuk ile yapılan araştırma sonunda, annesi vefat etmiş ve üvey annesi çocukların depresyon ve yalnızlık seviyesi diğer çocuklardan daha yüksek çıkmıştır. Babası vefat eden ve üvey babası olanların depresif ruh hali seviyesi diğerlerine göre yüksektir. Ailesi ile birlikte yaşayan çocukların depresif ruh hali ve yalnızlık seviyesi diğer çocuklardan anlamlı şekilde düşüktür. Ayrıca sokakta çalışmakta olan çocukların yalnızlık durumu depresyonu yordamakta olduğu tespit edilmiştir.

Bal, Kantar, Uçar (2021), 391 doğum yapmış lohusalı kadınlardan 2018 yılının Temmuz ve Ekim ayları arasında doğumdan sonraki 24 saat içinde toplanan veriler analiz edilmiştir. Araştırma sonunda lohusalı kadınlarda yalnızlık düzeyinin artması sosyal destek düzeyi ve emzirme öz-yeterliliğini azaltmaktadır. Lohusalı kadınlarda yalnızlık ile maternal bağlanma arasında ilişki olmadığı ifade edilmiştir.

2.4.1.3. İyi Oluş ile İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Yarar (2019), 562 lise öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmanın sonunda, siber zorbalık ve siber mağduriyet arasındaki anlamlı ilişki durumunun pozitif yönde olduğu bulunmuştur. Siber zorbalık düzeyi, engelleme sonucu zarar verme, cinsel zorbalık düzeyi, söylem ortaya çıkarma alt boyutları ile ilişkililik düzeyi arasında, cinsel zorbalık düzeyi ve kararlılık düzeyi arasında anlamlı ilişki durumunun negatif yönde olduğu bulunmuştur. Siber mağduriyet düzeyi ile kararlılık ve ilişkililik alt boyutlarının ilişkisi, mağduriyet cinsel zorbalık düzeyi ile kararlılık düzeyi ilişkisi, mağduriyet cinsel zorbalık ve mağduriyet söylenti çıkarma düzeyleri ile ilişkililik düzeyi arasındaki ilişkilerin anlamlı ve negatif yönde ilişkisinin olduğu ortaya konulmuştur.

Uyanık (2019), 505 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmanın sonunda, öğrencilerin iyi oluş düzeyleriyle yalnızlık düzeyleri arasındaki anlamlı ilişkinin negatif yönde olduğu bulunmuştur. EPOCH iyi oluş ölçeğinin alt ölçeklerinden ilişkililik, mutluluk, iyimserlik ve kararlılık düzeyleri ile yalnızlık arasındaki anlamlı ilişkinin negatif yönde olduğu bulunmuş, bağlılık alt ölçeği ile yalnızlık arasında fark bulunamamıştır. İyi oluş düzeylerinin demografik bilgilerden olan algılanan akademik başarı derecesi, ekonomik düzey ve anne-baba ilişki yapısına

göre farklılaşma durumu görülürken; cinsiyet, yaş, sınıf derecesi, lisenin türü, mevcut kardeş sayısı, anne ve babanın yaşam hali, anne ve babanın eğitim seviyesine farklılaşma görülmediği belirlenmiştir.

Aslan (2020) 436 ortaokul ve lise öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmanın sonunda, öğrencilerin demografik bilgileri olan cinsiyet, sınıf derecesi ile iyi oluş ve sosyal kaygı ölçeğinin alt ölçeği olan genel durumlardan kaçınma arasında anlamlı derecede farklılıklar ortaya konulmuştur. Değişkenlerden kişilerin yaşı ile iyi oluş düzeyi arasında anlamlı derecede farklılık bulunmuştur. Demografik değişkenlerden kardeş sayısı, gelir düzeyi ile iyi oluş, sosyal kaygı, öz-denetim ölçekleri arasında anlamlı derecede farklılık görülmüştür. İyi oluş ve öz-denetim ölçekleri arasında orta düzeyde pozitif; öz-denetim ile sosyal kaygının alt ölçekleri arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki yapısı ortaya çıkmıştır.

Koca ve Ekşi (2021), 501 lise öğrencisi üzerinde yaptığı araştırma sonunda, yapısal eşitlik modeliyle yapılan çalışmada öz yeterlik ile iyi oluş düzeyleri arasında duygu düzenlemenin kısmi aracı rolü ortaya konulmuştur. Modelde öz yeterlilik düzeyinin yüksekliği duygu düzenlemenin oluşumunu sağlarken, duygu düzenlemenin artması sonucunda lise öğrencilerin iyi oluş düzeyleri arttığı sonucuna varılmıştır.

2.4.2. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Yurt dışında yapılmış araştırmalar başlığı altında; “Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş” değişkenlerimizle ilgili yapılmış çeşitli araştırmacıların çalışma sonuçları incelenecektir.

2.4.2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Abbasi (2019), 365 romantik ilişkisi olan bireylerle yapmış olduğu çalışmada, sosyal medya ortamındaki sadakatsiz davranış yapılarını sosyal medya bağımlılığının yordamakta olduğunu ve yaşa bağlı olarak romantik ilişkilerde yumuşama yaşandığı ifade edilmiştir. Araştırmanın bir diğer sonucu ise bireylerin yaşlarının sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisinin olumlu olmadığı şeklinde ifade edilmiştir.

Hawi ve Samaha (2019), 512 lisans düzeyindeki öğrenciler üzerinde yapılan araştırmanın amacı teknolojik bağımlılıklardan internet ve sosyal medya bağımlılığını bir temele dayandırarak alandaki bilgi boşluğunu ortadan kaldırmak için yapıldığı ifade edilmiştir. İnternet bağımlılığı ile sosyal medya bağımlılıkları arasındaki

benzerlik ve farklılıkları ortaya koyabilmek için yapılmıştır. İnternet bağımlılığına ve sosyal medya bağımlılığına ait yordama gücüne; “uyum sağlama, vicdan sahibi olabilme, deneyimlere açık olma, duygusal açıdan istikrar sağlama, benlik saygısı sağlanma, hesap açmanın sık olması ve internetin kullanım yapısı” sahip yapılar olarak ifade edilmiştir. İnternet bağımlılığına ve sosyal medya bağımlılığına ait yordama gücüne sahip olmayan yapılar; “yaş, yaşamdan memnuniyet, kişilerin birbirine bağımlı benlik kurgusu” olarak ifade edilmiştir. Bunun yanında yalnızca internet bağımlılığını yordama gücüne sahip yapılar; “gerçek benlik ve dışadönüklük” olarak ifade edilmiştir. Yalnız sosyal medya bağımlılığını yordayanlar ise; “cinsiyet durumu, güncel yayın yapma, arkadaş sayısının çokluğu ve bağımsız benlik” olarak ifade edilmiştir.

Dalvi-Esfahani, Niknafs, Alaedini, Ahmadabadi, Kuss, ve Ramayah (2021), tarafından 592 lise öğrencisine yapılan anketler sonucunda sosyal medya bağımlılığı ile empatik endişe ve perspektif alma arasında negatif bir ilişki olduğu ifade edilmiştir. Dışadönük kişilik özelliğine sahip bireylerin, empatik endişesi ve sosyal medya bağımlılığı arasında ve perspektif alma ve sosyal medya bağımlılığı ilişkilerinin negatif olduğu ifade edilmiştir.

Zhao (2021), Çin’de 370 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bu araştırmada, sosyal medya bağımlılığı ölçeği ile yapılan ölçüm sonucunda öğrenciler bağımlı ve bağımlı olmayan grup olarak ikiye ayrılmıştır. Literatür ve öğrencilerden alınmış olan verilerle bir araştırma modeli oluşturulmuştur. Bu model çerçevesinde sosyal medyayı eğlence olarak kullanmanın sosyal medya bağımlılığına neden olabileceği ifade edilmiştir. Yine araştırmanın bir başka sonucu ise sosyal medyada sosyal kullanım yapan bireylerin öznel iyi oluşunu sağlamaya yardımcı olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca öznel iyi oluşu sosyal medya bağımlılığı olumsuz olarak etkilemekte olduğu ifade edilmiştir.

2.4.2.2. Yalnızlık ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Diehl, Jansen, Ishchanova, ve Hilger-Kolb (2018), Almaya’da 689 ergenlikte olan öğrenciler üzerinde yapılan araştırmadaki amaç yalnızlık düzeyini ölçerek bu durumun nedenlerini belirlemek ve bununla yeni bir hayta başlamayla ilgili diğer değişken faktörlerle ilişkisini incelemektir. Araştırma sonunda veri toplanan kişilerin %32,4’ü ortalama düzeyde, %3,2’si ciddi düzeyde yalnızlık hissetmiştir. Duygusal olarak yalnız olanlar %7,7 iken sosyal olarak yalnız olanlar %3,2 olarak bulunmuştur.

Duygusal ve sosyal yalnızlığın depresyon ve kaygı ile pozitif ilişkisi ortaya koyulmuştur. Evli ya da kararlı bir ilişkisi olan bireylerin duygusal yalnızlık eğilimine karşı koruyucu bir durum oluşturduğu meydana çıkmıştır. Bireyin fiziksel olarak hareket etmemesi, göçmen olması, sözel bir bölüm okumasının sosyal yalnızlık ile ilişki düzeyi yüksek bulunmuştur. Yeni bir yaşam tarzıyla ilişkili değişkenler yalnızlıkla ilgili farklı sonuçlar ortaya çıkarmıştır.

Valtorta, Kanaan, Gilbody, ve Hanratty (2018), tarafından yapılan araştırmada 2004 – 2010 yılları arasında 50 yaş ve üstü 5397 kişide yeni ölümcül ve ölümcül olmayan kalp hastalığı, inme tanılarının takibi yapılmıştır. 5.4 ortalama yıllık takip zamanı içinde 571 kardiyovasküler durumla karşılaşmıştır. Araştırma sonunda, yalnızlık ile korener kalp hastalığı, felç oluşumuyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmacılara göre yalnızlığı ortadan kaldırmaya çalışan birincil önleme stratejileri kardiyovasküler hastalıkları da önlemeye yardımcı olacağını düşünmektedirler.

Moeller ve Seehuus (2019), Amerika Birleşik Devletleri'nde 2.054 yatılı kalan kolej öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yalnızlığın kaygı ve depresyon ile sosyal ifade etme, duyarlılık ve kontrol arasındaki aracılığı test edilmiştir. Kaygı ve depresyonun; sosyal ifade etme, sosyal kontrol hali, sözel kodlama ve şifre çözme becerisi ve sosyal duyarlılık tarafından yordama gücüne sahip olduğu ve yalnızlığın aracılığının olduğu bulunmuştur. Sözel ve sosyal becerilerin yalnızlık, depresyon ve kaygı düzeylerinde önem teşkil ettiği ifade edilmiştir.

Luchetti, Lee, Aschwanden, Sesker, Strickhouser, Terracciano, ve Sutin (2020), Amerika'da Covid-19 salgını döneminde sosyal mesafe ve sokağa çıkma yasakları ile savunmasız gruplarda yalnızlık hissini artacağı düşünülerek bu araştırmayı yapmaya karar verilmiştir. Sosyal kısıtlama önlemlerinin sonucunda yalnızlık düzeyindeki değişim incelenmiştir. 1.545 kişi üzerinde yapılan araştırma verileri üç zaman aralığı olan; "Ocak sonu – Şubat başı, Mart sonu, Nisan sonunda" toplanmıştır. Üç ayrı zaman aralığında alınan verilerin analizi sonucunda beklentilerin tersine yalnızlık seviyesinde önemli değişimlerin olmadığını ortaya koymuştur. Yaşlı bireylerin salgının akut döneminde yalnızlık bildirimini artmıştır. Sosyal kısıtlama sonrasında bu durum azalmıştır. Yalnızlaşmış bireyler ve en az bir kronik hastalığı olan bireyler salgının başlangıcında yalnız hissettiklerini, sosyal mesafe uygulamaları ile yalnızlık seviyelerinin artmadığı ortaya çıkmıştır.

McQuaid, Cox, Ogunlana ve Jaworska (2021), 661 katılımcı ile Kanada’da Covid-19 salgınında sosyal mesafe kuralları ve kısıtlamaların en yüksek düzeyde dikkate edildiği dönemde yapılmıştır. Yalnızlık düzeyi olan bireylerin; demografik bilgilerine, depresyon ve anksiyeteye göre değişimi incelenmiştir. Düşük gelirli hane bireylerinin endişe, depresyon ve yalnızlık düzeyleri daha fazla olduğu bulunmuştur. 18-29 yaşındaki genç kadın bireyler, aynı işi yaptıkları erkek bireylerden daha yüksek düzeyde kaygılı, depresif, yalnızlık seviyesine sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Diğer yaş gruplarında iki cins arasında fark bulunamamıştır. Depresyon ve kaygı belirtilerinin şiddet düzeyi arttıkça yalnızlık düzeyi puanları da artmaktadır. Kanada’da salgın zirve gösterdiği sırada 18-29 yaşındaki kadınlar, düşük geliri olan bireyler, yalnız yaşayan bireyler daha fazla yalnızlık ve zihinsel sağlık sorunlarıyla karşılaştıkları ortaya çıkmıştır.

2.4.2.3. İyi Oluş ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Van Agteren, Iasiello, ve Lo (2018) 40 tene sağlık hizmeti veren görevliye verilen eğitim sonucunda ortaya çıkan kısa süreli etkileri belirlemek için yapılmıştır. Dayanıklılık eğitimi yapılmış, eğitim öncesinden ve 1 ay sonraki dayanıklılık düzeyi ve iyi oluş düzeyi arasında anlamlı gelişim ortaya çıkmıştır. Eğitim sonucunda en yüksek verim sağlayan kişiler en düşük sağlık ve esneklik düzeyine sahip olan kişilerden çıkmıştır. Psikolojik sıkıntı halinin depresif ruh hali, anksiyete, stres sonucu oluşmasında ise eğitim bir değişiklik ortaya koyamamıştır.

Zeng, Chen, Cheung, ve Peng (2019) Çin’de 472 ortaokul öğretmenine yapmış olduğu araştırma sonucunda, işe bağlılık düzeyini, büyüme zihniyeti, esneklik ve ısrarcı çabalama düzeyinin yordama gücünün olduğu ortaya çıkmıştır. Yapısal eşitlik modeliyle iyi oluş hali ve ısrarcı çabalama düzeylerini, işe bağlılık ve büyüme zihniyeti kısmen aracılık edebileceğini ortaya koymuştur.

Feng, Lu, Li, Zhang, Li, ve Zhang (2020) Çin’de 19 katılımcı ile 30 günlük süre içinde vücuttaki fizyolojik değişimleri günlük dört aktivite olan uyku hali, rahat olma durumu, zihinsel yükün fazla olduğu zaman ve fiziksel yükün fazla olduğu zamanlara bağlı ölçüm yapılmıştır. Akıllı saat teknolojisi ile bu dört durumda oluşan kalp atışı, cildin sıcaklık durumu, yürüme sonucu toplam adım ve galvanik cilt tepkileri ölçülmüştür. 344 geçerli fizyolojik ölçümün PERMA temelli iyi oluşu önemli ölçüde yordadığı ve ilişkisinin olduğu ortaya konulmuştur.

Prasath, Mather, Bhat, ve James (2021) 609 lisans öğrencisi üzerinde yapılan araştırma sonunda, Covid-19 salgını sırasında salgın başlamadan önceki döneme göre iyi oluş düzeyinin düşüklüğü ortaya çıkmıştır. İyi oluşu psikolojik sermaye yordama gücüne sahiptir. Psikolojik sermaye ile iyi oluş arasında aracılık gösteren başa çıkma stratejileri ortaya çıkmıştır. Salgından önce psikolojik sermayenin alt öleceği olan iyimserlik ve öz yeterlilik iyi oluşu yordama gücüne sahipti. İyi oluşun olabilmesine uyarlanabilir başa çıkma stratejilerinin yardımı ortaya çıkmıştır.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölüm içerisinde araştırmada kullanılan yÖnteme dair bilgiler ve araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular ifade edilmiştir. Araştırmanın modeli, evren ve örnekleme; araştırmada kullanılan veri toplama araçları ve teknikleri; araştırma için yapılan veri toplama çalışmaları, toplanan verilerin analizi ve veri analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler ifade edilecektir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmadaki amaç; “Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” olarak belirlenmiştir. Bu amaç çerçevesinde araştırma modeli; “İlişkisel Tarama” olarak seçilmiş olup, araştırmayı betimler. İlişkisel tarama modeli, iki ve ikiden fazla değişkenin birbirini etkilemesini ve etkileme gücünü belirlemeyi amaçlar (Karasar, 2002; Vanderstoep ve Johntson, 2009).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2021-2022 yılı içinde Kütahya'nın Tavşanlı ilçesindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı eğitim veren tüm ortaokul 5., 6., 7. ve 8.sınıf öğrencileri oluştırmaktadır. İlçe sınırları içinde 21 adet (resmi ve özel) ortaokul olup, 4.895 kayıtlı öğrencisi mevcuttur. Araştırmaya katılan ortaokul 5., 6., 7. ve 8.sınıf öğrencileri seçkisiz örneklem yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Gönüllü olarak anketleri dolduran 481 ortaokul öğrencisi örneklem kabul edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları ve Teknikleri

Araştırma yapmak için kullanılan veri toplama araçları ve teknikleri; “Kişisel Bilgi Formu (Ek-1), Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ) (Ek-2), UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8) (Ek-3), Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) (Ek-4)” şeklindedir.

3.3.1. Kişisel (Demografik) Bilgi Formu

Araştırmada araştırmacının veri toplamak amacıyla geliştirmiş olduğu kişisel bilgi formunda; cinsiyet, yaş, sınıf seviyesi, başarı durumu, kardeş sayısı, annenin-babanın eğitim seviyesi, annenin-babanın çalışma durumu, annenin-babanın birlikteliği, ailenin aylık geliri, okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılımı durumu ile ilgili sorulara yer verilmiştir.

3.3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ), sosyal medya bağımlılığını ölçmek amacıyla Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilen bu ölçek tek bir boyutu ölçmekte ve 9 maddeden oluşmaktadır.

Ölçek geliştirilirken literatür taranarak daha önce geliştirilmiş olan benzer ölçek türleri incelenmiştir. İncelenen çalışmalardan bazıları; “Ergenler için Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği (Ayas, Çakır ve Horzum, 2011), Sosyal Ağ Kullanım Düzeyi Ölçeği (Doğan ve Karakaş, 2016), Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği (Horzum, Ayas ve Çakır-Balta, 2008), Sosyal Medya Tutum Ölçeği (Otrar ve Argın, 2015)” şeklindedir. Literatürdeki incelemeler DSM-5 oyun bağımlılığı kriterleri ile birlikte uzman görüşleri ile desteklenerek 27 madde taslak ölçme aracı olarak ortaya çıkmış, 439 öğrenciye uygulama yapılmıştır. Yapı geçerliliğinin sağlanması adına açımlayıcı faktör analizi sonrasında KMO = 0.95 şeklinde ifade edilmiştir. Faktör analizi ve DSM-5 kriterleri çerçevesinde 9 maddeye indirilmiş, birden çok faktörde yük değerine sahip maddeler çıkartılmıştır.

Geliştirilmiş olan bu ölçeğin *Cronbach Alpha Katsayısı* 0.90 olarak hesaplanmıştır. Kalaycı (2016: 405)'ya göre güvenilirlik değeri $0.80 \leq \alpha < 1.00$ arasında olduğu için, geliştirilmiş olan bu ölçeğin çok iyi derecede güvenilir olduğu söylenebilir. Tablo 3.1'de Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)'nin Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) ve bu araştırmadaki *Cronbach's Alpha* değeri gösterilmektedir.

Tablo 3.1. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ) 'nin Cronbach's Alpha Değeri

Ölçek	Madde Sayısı	Maddeler	Cronbach's Alpha Değeri	
			Özgenel, Canpolat, Ekşi (2019)	Bu Çalışma İçin
Sosyal Medya Bağımlılığı	9	1-2-3-4-5-6-7-8-9	0.90	0.89

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ), tek boyutlu olarak 9 maddeden oluşmuş, 5'li Likert tipi bir ölçektir. Verilen cevapların derecelendirilmesi; "Hiçbir zaman = 1, Nadiren = 2, Bazen = 3, Çoğunlukla = 4, Her zaman = 5" şeklinde belirlenmiştir. Ölçekte ters puanlama olmamakla birlikte ölçeği cevaplanması sonucunda alınacak puanlar toplanır, en az 9 puan, en yüksek 45 puan alınabilir. Yüksek puan alınması sosyal medya bağımlılığının yüksek olduğunu ifade etmektedir (Özgenel, Canpolat ve Ekşi, 2019). Tablo 3.2'de Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)'nin aritmetik ortalama aralık değeri gösterilmektedir.

Tablo 3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ) 'nin Aritmetik Ortalama Aralık Değeri

Ölçek	En düşük puan	En yüksek puan	Oldukça Düşük Düzeyde	Düşük Düzeyde	Orta Düzeyde	Yüksek Düzeyde	Oldukça Yüksek Düzeyde
ESMBÖ	9.00	45.00	9.00-16.20	16.21-23.40	23.41-30.60	30.61-37.80	37.81-45.00

3.3.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)

UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8) ergenlerin yalnızlık düzeyini ölçmek amacıyla Yıldız ve Duy (2014) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılarak, geçerlik ve güvenilirliği araştırılmıştır. Uyarlama çalışması sonunda tek boyuttan ve 7 maddeden oluşan bir ölçek yapısı ortaya çıkmıştır. Uyarlama çalışmaları sonucunda yapılan analizlerde *Cronbach's Alpha Katsayısı* = 0.74 çıkmıştır. Bunun üzerine iki hafta sonra 64 lise öğrencisine test tekrar edilmiş, test-tekrar-test güvenilirliği 0.84 olarak hesaplanmıştır. Tablo 3.3'de UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8) ait Yıldız ve Duy (2014) ve bu araştırmadaki *Cronbach's Alpha* değeri gösterilmektedir.

Tablo 3.3. *UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nun Cronbach's Alpha Değeri*

Ölçek	Madde Sayısı	Maddeler	Cronbach's Alpha Değeri	
			Yıldız ve Duy (2014)	Bu Çalışma İçin
Yalnızlık	7	1-2-3-4-5-6-7	0.74	0.80

UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8), 4'lü Likert tipte oluşturulmuş olup, tek boyuttan ve 7 maddeden oluşmaktadır. Verilen cevapların derecelendirilmesi; "1 = Hiç, 2 = Nadiren, 3 = Bazen ve 4 = Her zaman" şeklindedir. Ölçeğin 5.maddesi tersten puanlanmakta olup, ölçeğin cevaplanması sonucunda en az 7 puan, en yüksek 28 puan alınabilir. Ölçeğin cevaplanması sonucunda alınan puanın yüksek olması yalnızlık duygusu düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Tablo 3.4'de UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nun aritmetik ortalama aralık değeri gösterilmektedir.

Tablo 3.4. *UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nun Aritmetik Ortalama Aralık Değeri*

Ölçek	En düşük puan	En yüksek puan	Oldukça Düşük Düzeyde	Düşük Düzeyde	Orta Düzeyde	Yüksek Düzeyde	Oldukça Yüksek Düzeyde
UYÖ-KF	7.00	28.00	7.00-11.20	11.21-15.40	15.41-19.60	19.61-23.80	23.81-28.00

3.3.4. Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)

Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) Kern ve arkadaşları (2016) tarafından Seligman'ın ortaya koymuş olduğu iyi oluş kavramının oluşturduğu 5 boyutunun ergenler için uyarlanması yapılmıştır. Uyarlama sonucunda ortaya çıkan 5 boyut; "Bağlılık, Kararlılık, İyimserlik, İlişkililik ve Mutluluk" olarak ortaya konulmuştur. Bu ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik analizini Demirci ve Ekşi (2015) yapmıştır. Uyarlama çalışması sonunda 5 boyuttan ve 20 maddeden oluşan bir ölçek yapısı ortaya çıkmıştır. Uyarlama çalışmaları sonucunda yapılan analizlerde *Cronbach's Alpha Katsayısı*= 0.95 çıkmıştır.

Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)'nin 5 alt boyutunun analizler sonucunda *Cronbach's Alpha Katsayısı* sırasıyla; “Bağlılık = 0.84, Kararlılık = 0.72, İyimserlik = 0.84, İlişkililik = 0.88, Mutluluk = 0.88” olarak analiz edilmiştir (Demirci ve Ekşi, 2015; 16). Tablo 3.5'te Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve alt boyutlarının Demirci ve Ekşi (2015) ve bu araştırmadaki *Cronbach's Alpha Değeri* gösterilmektedir.

Tablo 3.5. Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve Alt Boyutlarının Cronbach's Alpha Değeri

Ölçek	Madde Sayısı	Maddeler	Cronbach's Alpha Değeri	
			Demirci ve Ekşi (2015)	Bu Çalışma İçin
Bağlılık	4	5-7-11-12	0.84	0.78
Kararlılık	4	2-9-17-19	0.72	0.77
İyimserlik	4	3-13-15-18	0.84	0.84
İlişkililik	4	1-10-14-16	0.88	0.79
Mutluluk	4	4-6-8-20	0.88	0.87
İyi Oluş	20	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20	0.95	0.92

Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH), 5'li Likert tipte oluşturulmuş olup, 5 boyuttan ve 20 maddeden oluşmaktadır. Verilen cevapların derecelendirilmesi; “1 = Hiçbir zaman, 2 = Bazen, 3 = Sıklıkla ve 4 = Çoğu zaman 5 = Her zaman” şeklindedir. Ölçeğin tersten puanlama yapılacak maddesi yoktur. Ölçeğin cevaplanması sonucunda tamamından en az 20 puan, en yüksek 100 puan; alt boyutları 4 maddeden oluştuğu için her boyuttan en az 4 puan, en yüksek 20 alınabilir. Ölçeğin cevaplanması sonucunda alınan ölçeğin tamamı ve alt boyutuna göre puanın yüksek olması iyi oluş ve alt boyutunun düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Tablo 3.6'da Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve alt boyutlarının aritmetik ortalama aralık değeri gösterilmektedir.

Tablo 3.6. *Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH) ve Alt Boyutlarının Aritmetik Ortalama Aralık Değeri*

Ölçek	En düşük puan	En yüksek puan	Oldukça Düşük Düzeyde	Düşük Düzeyde	Orta Düzeyde	Yüksek Düzeyde	Oldukça Yüksek Düzeyde
Bağlılık	5.00	20.00	5.00-8.00	8.01-11.00	11.01-14.00	14.01-17.00	17.01-20.00
Kararlılık	5.00	20.00	5.00-8.00	8.01-11.00	11.01-14.00	14.01-17.00	17.01-20.00
İyimserlik	5.00	20.00	5.00-8.00	8.01-11.00	11.01-14.00	14.01-17.00	17.01-20.00
İlişkîlilik	5.00	20.00	5.00-8.00	8.01-11.00	11.01-14.00	14.01-17.00	17.01-20.00
Mutluluk	5.00	20.00	5.00-8.00	8.01-11.00	11.01-14.00	14.01-17.00	17.01-20.00
İyi Oluş	20.00	100.00	20.00-36.00	36.01-52.00	52.01-68.00	68.01-84.00	84.01-100.00

3.4. Veri Toplama Çalışmaları

Araştırma için toplanan veriler, 2021-2022 yılı içerisinde toplanmıştır. Araştırma yapmak için seçilmiş olan ölçeklerin izinleri, ölçeği literatüre kazandırmış olan kişilerden e-mail'den iletişim sağlanarak alınmıştır (Ek-5). Kişisel bilgi ve ölçekleri uygulamak için gerekli olan izinler gerekli kişi ve kurumlardan resmi yazı ile talep edilmiş ve alınmıştır (Ek-6). Ayrıca araştırma için gerekli etik kurul kararı ve onay belgesi alınmıştır (Ek-7). Resmi olarak ölçeklerin uygulanabilir izni alındıktan sonra araştırmacı Tavşanlı ilçesindeki ortaokulları dolaşmıştır. Covid-19 salgını nedeniyle uzaktan eğitim yapan ortaokul öğrencilerine ulaşabilmek için veli onayı, kişisel bilgi formu ve ölçekleri "Google Form"a aktarmıştır (Ek-8). Aktarmış olduğu ölçeklerin

linkini; “ <https://forms.gle/uLMAo7imV56VyvoX9> ” okul müdürleri ve derslerine giren öğretmenlerden sosyal medya aracılığıyla paylaşımları istenmiştir.

Araştırmanın uygulanması yapılırken araştırmanın linkine araştırmacı, araştırmanın amacı, kişisel bilgi formu ve ölçekleri cevaplama şekilleri ile ilgili bilgilendirmeler yazılmış ve cevaplayan tarafından okunması istenmiştir. Araştırma için gönderilen linkte araştırmaya katılmak için gönüllü olunması gerektiği, cevapların sadece akademik amaçlarla kullanılacağı belirtilmiştir. Yollanmış olan linkte kesinlikle kimlik bilgilerini yazmalarını gerektirecek herhangi bir bölüm oluşturulmamıştır. Araştırmada 489 öğrenciye; “Kişisel Bilgi Formu, Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8), Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)” uygulaması yapılmış, soruların teker teker cevaplanması ile kullanılan Google Form otomatik olarak verileri toplamıştır.

3.5. Verilerin Analizi ve Kullanılan İstatiksel Yöntemler

Veri analizine başlamadan önce “Google Form” aracılığı ile toplanıp Excell tablosuna depolanan veriler SPSS programına aktarılmıştır. Veri toplarken link ile toplandığı için soru yanıtlamama, birden çok seçenek işaretleme gibi durumlarla karşılaşmamıştır. SPSS programında verilere ait uç değerlerin varlığı incelenmiştir. Tespit edilmiş 8 adet uç değer toplanmış verilerden çıkarılmıştır. Böylece ortaokul öğretmenlerinden toplanan 481 veri SPSS programına aktararak analize alınmıştır.

Araştırmada toplanan verilerin istatistiki çözümü SPSS 18.0 istatistik programı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda toplanan verilerin analizi $\alpha = .05$ yani %95 güvenle yapılmıştır. Analiz sonucu elde edilen bulgular araştırmaya başlamak için ortaya konan amaçlar doğrultusunda tablolastırması yapılmıştır. Toplanan verileri betimsel olarak analiz etmek amacıyla frekansları, aritmetik ortalamaları, standart sapmaları hesap edilmiştir.

Araştırmada toplanan verilerin normal dağıldığını kabul edebilmek için SPSS programında analiz ederken çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerine bakılmıştır. Büyüköztürk (2010: 40)’e göre çarpıklık katsayısının -1 ile +1 arasında değer alması sonucunda verilerin normal dağılım sağladığının söylenebileceğini ifade eder. Şencan (2005: 199) verilerin normal dağılımının olabilmesi için toplanan verilerin 50’nin üzerinde olması ve çarpıklık ve basıklık katsayısının -1 ile +1 arasında

yer alması gerektiğini ifade etmiştir. Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham (2006: 74-76) tarafından çarpıklık ve basıklığın -1 ile +1 arasında olması sonucunda normal dağılım oluştuğunu ifade etmişlerdir. Tablo 3.7’de araştırmada kullanılan ölçeklerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri verilmiştir.

Tablo 3.7. Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)	,915	-,144
UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)	,393	-,628
Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)	-,740	,071
İyi Oluş Alt Boyut: Bağlılık	-,570	-,210
İyi Oluş Alt Boyut: Kararlılık	-,472	-,461
İyi Oluş Alt Boyut: İyimserlik	-,779	-,240
İyi Oluş Alt Boyut: İlişkililik	-1,545	1,829
İyi Oluş Alt Boyut: Mutluluk	-,877	,038

Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelendiğinde -1 ve +1 arasında; “Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8), Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH), İyi Oluş Alt Boyut: Bağlılık, İyi Oluş Alt Boyut: Kararlılık, İyi Oluş Alt Boyut: İyimserlik, İyi Oluş Alt Boyut: Mutluluk” değer aldığı görülmektedir. Bu durum bu ölçeklerin normal dağıldığının göstergesidir. Normal dağılımın kabul edildiği ölçeklerde parametrik testler tercih edilmiştir. Bu nedenle t testi; “ikili ortalama arasında fark anlamlılığı”, ANOVA (tek yönlü varyans) testi ve LSD testi; “ikiden fazla ortalamalar arasında fark anlamlılığı” ve Pearson Kolerasyon Analizi; “iki değişkenin ilişki durumu” için kullanılmıştır.

“İyi Oluş Alt Boyut: İlişkililik”in çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ve +1 arasında yer almadığı görülmektedir. Bu durum bu ölçeğin normal dağılım sağlamadığının göstergesidir. Normal dağılımın sağlanmadığı bu ölçekte

nonparametrik testler tercih edilmiştir. Mann Whitney U testi; “ikili ortalama arasında fark anlamlılığı”, Kruskal Wallis-H testi; “ikiden fazla ortalamalar arasında fark anlamlılığı” için kullanılmıştır.

Kolerasyon analizinde “+” ya da “-“ şeklinde çıkması, iki değişkenin birlikte yönünü ve kuvvetini ifade etmektedir. Kolerasyon analizinde katsayıların mutlak değer içinde değerlendirilmesi; “Yüksek = 1.00 – 0.70, Orta = 0.69 – 0.30, Düşük = 0.29 – 0.01” düzeyde ilişkiyi ve 0.00’da ilişkinin yokluğu şeklinde yorum yapılır (Büyüköztürk, 2005).

Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi modeli bir bağımlı değişken ile birden çok bağımsız değişkenin bir araya gelmesiyle oluşmaktadır (Treiman, 2009). Bu araştırmada kullanılan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizinde; yordayıcı değişken sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığın, yordanan değişken olarak iyi oluşa ait olan varyansın ne kadarını yordama gücüne sahip olduğunu ortaya çıkarmak amacıyla kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde araştırma için belirlenen amaçlar doğrultusunda uygulanan anketlerin istatistiksel analizi sonucu ortaya çıkan bulgulara ve yorumlara yer verilecektir. Araştırmaya katılanların demografik bilgilerin ait analiz yapısı ve sonrasında araştırmanın amaçları doğrultusunda veriler tablolandırılacaktır.

4.1. Demografik Bilgilerin Analizi

Ortaokul öğrencilerinden araştırma için toplanan demografik bilgilerin frekans ve yüzde dağılım yapısı Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Ortaokul Öğrencilerine Ait Demografik Bilgilerin Frekans ve Yüzde Değerlerinin Dağılımı

Demografik Bilgiler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	290	60,3
	Erkek	191	39,7
Yaş	11 yaş ve altı	140	29,1
	12	98	20,4
	13	144	29,9
	14 yaş ve üstü	99	20,6
Sınıf Seviyesi	5.sınıf	132	27,4
	6.sınıf	85	17,7
	7.sınıf	123	25,6
	8.sınıf	141	29,3

Başarı Düzeyi	100 – 80	386	80,3
	79 ve altı	95	19,7
Kardeş Sayısı	2	376	78,2
	3 ve üstü	105	21,8
Anne Eğitim Seviyesi	Okuma – yazma yok.	4	0,8
	İlkokul – ortaöğretim	285	59,3
	Lise	117	24,3
	Üniversite	75	15,6
Baba Eğitim Seviyesi	İlkokul – ortaöğretim	151	31,4
	Lise	207	43,0
	Üniversite	123	25,6
Anne Çalışma Durumu	Evet	113	23,5
	Hayır	368	76,5
Baba Çalışma Durumu	Evet	440	91,5
	Hayır	41	8,5
Anne – Baba Birlikteliği	Birlikte	435	90,4
	Ayrı	35	7,3
	Diğer	11	2,3
Aylık Gelir Düzeyi	1.500 – 3.000	161	33,5
	3.001 – 5.000	191	39,7
	5.001 – 10.000	111	23,1
	10.001 ve üstü	18	3,7

	Her zaman	149	31,0
Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	Bazen	279	58,0
	Katılmam	53	11,0
Toplam		481	100

Tablo 4.1’de yer alan 481 ortaokul öğrencisinin 290’ı (% 60,3) kadın, 191’i (% 39,7) erkektir. 11 yaş ve altında 140 (% 29,1), 12 yaşında 98 (% 20,4), 13 yaşında 144 (% 29,9), 14 yaş ve üstünde 99 (% 20,6) öğrenci vardır. 5.sınıf 132 (% 27,4), 6.sınıf 85 (% 17,7), 7.sınıf 123 (% 25,6), 8.sınıf 141 (29,3) düzeyinde okuyan öğrenci mevcuttur. Öğrencilerin başarı düzeyi 100-80 olanlar 386 (% 80,3), 79 ve altı olanlar 95 (% 19,7), şeklindedir. Kardeş sayısı 2 olanlar 376 (% 78,2), 3 ve üstü olanlar 105 (% 21,8) şeklindedir. Anne eğitim düzeyi; “Okuma – yazma yok.” 4 (% 0,8), “İlkokul – ortaöğretim” 285 (% 59,3), “Lise” 117 (% 24,3), “Üniversite” 75 (% 15,6) olarak ortaya çıkmıştır. Baba eğitim düzeyi; “İlkokul – ortaöğretim” 151 (% 31,4), “Lise” 207 (% 43,0), “Üniversite” 123 (% 25,6) olarak ortaya çıkmıştır. Anne çalışma durumu; “Evet” 113 (% 23,5), “Hayır” 368 (% 76,5) olarak bulunmuştur. Baba çalışma durumu; “Evet” 440 (% 91,5), “Hayır” 41 (% 8,5) olarak bulunmuştur. Anne-baba birlikteliği; “Birlikte” 435 (% 90,4), “Ayrı” 35 (% 7,3) ve “Diğer” 11 (% 2,3) olarak bulunmuştur. Aylık gelir; “ 1.500 – 3.000” 161 (% 33,5), “3.001 – 5.000” 191 (% 39,7), “5.001 – 10.000” 111 (% 23,1) ve “10.001 ve üstü” 18 (% 3,7) olarak ortaya çıkmıştır. Spor ve kültürel faaliyetlere katılım; “Her zaman” 149 (% 31,0), “Bazen” 279 (% 58,0) ve “Katılmam” 53 (% 11,0) olarak bulunmuştur.

4.2. Birinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları

Tablo 4.2. Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık Ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları

Ölçekler	\bar{X}	ss	Minimum	Maksimum
Sosyal Medya Bağımlılığı (ESMBÖ)	14.00	7.63	9.00	38.00
Yalnızlık (UYÖ-KF)	14.00	5.25	7.00	28.00
İyi Oluş (EPOCH)	82.00	14.61	29.00	100.00
İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Bağlılık	16.00	3.55	4.00	20.00

İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Kararlılık	15.00	3.47	5.00	20.00
İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: İyimserlik	16.00	3.92	4.00	20.00
İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: İlişkililik	19.00	3.42	4.00	20.00
İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Mutluluk	17.00	3.91	4.00	20.00

Tablo 4.2’de 481 ortaokul öğrencisinin ölçeklere vermiş oldukları cevaplar doğrultusunda analiz edilmiştir. “Sosyal Medya Bağımlılığı (ESMBÖ)”nın puanlarının ortalaması 14.00, standart sapması 7.63, en düşük alınmış puan 9.00 ve en yüksek alınmış puan ise 38.00 olarak hesap edilmiştir. “Yalnızlık (UYÖ-KF)”ın puanlarının ortalaması 14.00, standart sapması 5.25, en düşük alınmış puan 7.00 ve en yüksek alınmış puan ise 28.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH)”un puanlarının ortalaması 82.00, standart sapması 14.61, en düşük alınmış puan 29.00 ve en yüksek alınmış puan ise 100.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Bağlılık”ın puanlarının ortalaması 16.00, standart sapması 3.55, en düşük alınmış puan 4.00 ve en yüksek alınmış puan ise 20.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Kararlılık”ın puanlarının ortalaması 15.00, standart sapması 3.47, en düşük alınmış puan 5.00 ve en yüksek alınmış puan ise 20.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: İyimserlik”ın puanlarının ortalaması 16.00, standart sapması 3.92, en düşük alınmış puan 4.00 ve en yüksek alınmış puan ise 20.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: İlişkililik”ın puanlarının ortalaması 19.00, standart sapması 3.42, en düşük alınmış puan 4.00 ve en yüksek alınmış puan ise 20.00 olarak hesap edilmiştir. “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: Mutluluk”un puanlarının ortalaması 17.00, standart sapması 3.91, en düşük alınmış puan 4.00 ve en yüksek alınmış puan ise 20.00 olarak hesap edilmiştir. Bu hesaplamalara bakıldığında ortaokul öğrencilerinin “İyi Oluş (EPOCH)” ölçeğinin ortalamasından hareket ederek iyi oluş düzeylerinin iyi olduğu ifade edilebilir. Yine “İyi Oluş (EPOCH) Alt Boyut: İlişkililik” ölçeğinin ortalamasının “İyi Oluş (EPOCH)” ölçeğinin diğer alt boyutlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum sonucunda ilişkililik düzeyinin çok iyi olduğu ifade edilebilir.

4.3. İkinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

Sosyal medya bağımlılığını ölçmek için kullanılan Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (ESMBÖ)'nin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ile +1 arasında değer aldığı için normal dağılım göstermiştir. Bu nedenle sosyal medya bağımlılığını analiz ederken t testi ve ANOVA (tek yönlü varyans) testi kullanılmıştır.

Tablo 4.3. *Sosyal Medya Bağımlılığının Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	Kadın	290	16,88	7,69	0,36	-0,143	479	0,887
	Erkek	191	16,98	7,55	1,11			

*p<.05

Tablo 4.3 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının cinsiyete bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-0,143), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış sosyal medya bağımlılık puanları ortalamaları kadın (\bar{x} =16.88) ve erkek (\bar{x} =16.98) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.4. *Sosyal Medya Bağımlılığının Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Yaş	f, \bar{x} ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	11 yaş ve altı	140	17,07	7,82	G.Arası	343,176	3	114,39	1,974	0,117
	12 yaş	98	16,50	8,46	G.İçi	27638,978	477	57,94		
	13 yaş	144	16,05	6,85	Toplam	27982,154	480			
	14 yaş ve üstü	99	18,39	7,45						
	Toplam	481	16,92	7,63						

p<.05

Tablo 4.4 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 1,974$ $p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.5. Sosyal Medya Bağımlılığının Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	f, \bar{x} ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları					
	Sınıf Seviyesi	N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Sosyal Medya Bağımlılığı	5.sınıf	132	17,31	7,96	G.Arası	623,339	3	207,780	3,623	0,013
	6.sınıf	85	15,10	7,28	G.İçi	27358,815	477	57,356		
	7.sınıf	123	16,20	7,07	Toplam	27982,154	480			
	8.sınıf	141	18,27	7,78						
	Toplam	481	16,92	7,63						

$p < .05$

Tablo 4.5 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 3,623$ $p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.31$) ile 6.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.10$) arasında, 5.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin 6.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyi daha yüksektir. 8.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=18.27$) ile 6.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.10$) ve 7.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.20$) arasında, 8.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 8.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin 6. ve 7.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.6. Sosyal Medya Bağımlılığının Başarı Düzeyi Değişkeni T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Başarı Düzeyi	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	100-80	386	16,41	7,43	0,37	-2,953*	479	0,003
	79 ve altı	95	18,97	8,12	0,83			

*p<.05

Tablo 4.6 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-2,953), p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış sosyal medya bağımlılık puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar (\bar{x} =16,41), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara (\bar{x} =18,97) göre daha düşüktür. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre sosyal medya bağımlılık düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.7. Sosyal Medya Bağımlılığının Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Kardeş Sayısı	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	2	376	16,97	7,70	0,39	0,273	479	0,785
	3 ve üstü	105	16,74	7,42	0,72			

*p<.05

Tablo 4.7 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (0,273), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış sosyal medya bağımlılık puanları ortalamaları 2 kardeşi olan (\bar{x} =16,97) ile 3 ve üstü (\bar{x} =16,74) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.8. Sosyal Medya Bağımlılığının Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Anne Eğitim Seviyesi	<i>N</i>	\bar{x}	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Sosyal Medya Bağımlılığı	Okuma-yazma yok.	4	16,25	5,56	G.Arası	206,648	3	68,883	1,183	0,316
	İlkokul-ortaöğrt.	285	16,48	7,61	G.İçi	27775,506	477	58,230		
	Lise	117	18,05	7,84	Toplam	27982,154	480			
	Üniversite	75	16,88	7,42						
	Toplam	481	16,92	7,63						

$p < .05$

Tablo 4.8 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 1,183 p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.9. Sosyal Medya Bağımlılığının Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Baba Eğitim Seviyesi	<i>N</i>	\bar{x}	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Sosyal Medya Bağımlılığı	İlkokul-ortaöğrt.	151	17,82	8,52	G.Arası	205,960	2	102,980	1,772	0,171
	Lise	207	16,72	7,52	G.İçi	27776,193	478	58,109		
	Üniversite	123	16,14	6,53	Toplam	27982,154	480			
	Toplam	481	16,92	7,63						

$p < .05$

Tablo 4.9 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 1,772 p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.10. Sosyal Medya Bağımlılığının Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Çalışma Durumu	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	113	18,02	8,04	0,75	1,760	479	0,079
	Hayır	368	16,58	7,48	0,39			

*p<.05

Tablo 4.10 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (1,760), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış sosyal medya bağımlılık puanları ortalamaları evet diyenler (\bar{x} =18.02) ile hayır diyenler (\bar{x} =16.58) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.11. Sosyal Medya Bağımlılığının Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Baba Çalışma Durumu	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	p
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	440	17,08	7,66	0,36	1,517	479	0,130
	Hayır	41	15,19	7,14	1,11			

*p<.05

Tablo 4.11 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (1,517), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış sosyal medya bağımlılık puanları ortalamaları evet diyenler (\bar{x} =17.08) ile hayır diyenler (\bar{x} =15.19) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.12. Sosyal Medya Bağımlılığının Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Anne - Baba Birlikteliği	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Sosyal Medya Bağımlılığı	Birlikte	435	16,79	7,43	G.Arası	173,343	2	86,672	1,490	0,226
	Ayrı	35	18,94	9,52	G.İçi	27808,811	478	58,177		
	Diğer	11	15,45	8,73	Toplam	27982,154	480			
	Toplam	481	16,92	7,63						

p<.05

Tablo 4.12 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(2-478) = 1,490 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.13. Sosyal Medya Bağımlılığının Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Aylık Gelir Düzeyi	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Sosyal Medya Bağımlılığı	1.500 – 3.000	161	16,73	7,82	G.Arası	109,796	3	36,599	0,626	0,598
	3.001 – 5.000	191	17,16	7,63	G.İçi	27872,357	477	58,433		
	5.001 – 10.000	111	16,45	7,59	Toplam	27982,154	480			
	10.001 ve üstü	18	18,88	6,13						
	Toplam	481	16,92	7,63						

p<.05

Tablo 4.13 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,626 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.14. Sosyal Medya Bağımlılığının Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		f, \bar{x} ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
Puan	Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Sosyal Medya Bağımlılığı	Her zaman	149	15,63	7,04	G.Arası	379,002	2	189,501	3,282	,038
	Bazen	279	17,61	7,91	G.İçi	27603,151	478	57,747		
	Katılmam	53	16,90	7,40	Toplam	27982,154	480			
	Toplam	481	16,92	7,63						

p<.05

Tablo 4.14 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılık puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 3,282$ p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.63$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.61$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyi daha düşüktür.

4.4. Üçüncü Amaç: Yalnızlığın Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

Yalnızlığı ölçmek için kullanılan UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu (UYÖ-KF, ULS-8)'nin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ile +1 arasında değer aldığı için normal dağılım göstermiştir. Bu nedenle yalnızlığı analiz ederken t testi ve ANOVA (tek yönlü varyans) testi kullanılmıştır.

Tablo 4.15. Yalnızlığın Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Yalnızlık	Kadın	290	14,18	5,25	0,30	1,597	479	0,111
	Erkek	191	13,40	5,23	0,37			

*p<.05

Tablo 4.15 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının cinsiyete bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (1,597)$, $p>.05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış yalnızlık puanları ortalamaları kadın ($\bar{x}=14.18$) ve erkek ($\bar{x}=13.40$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.16. Yalnızlığın Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Yaş	f, \bar{x} ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	11 yaş ve altı	140	14,10	5,23	G.Arası	20,696	3	6,899	0,248	0,863
	12 yaş	98	13,51	5,35	G.İçi	13254,310	477	27,787		
	13 yaş	144	13,89	5,13	Toplam	13275,006	480			
	14 yaş ve üstü	99	13,89	5,44						
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.16 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 0,248$ $p>.05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.17. *Yalnızlığın Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Sınıf Seviyesi	f, \bar{x} ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
		N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	5.sınıf	132	14,17	5,19	G.Arası	78,011	3	26,004	0,940	0,421
	6.sınıf	85	13,25	5,19	G.İçi	13196,996	477	27,667		
	7.sınıf	123	13,55	5,05	Toplam	13275,006	480			
	8.sınıf	141	14,26	5,52						
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.17 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,940 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.18. *Yalnızlığın Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Başarı Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Yalnızlık	100-80	386	13,55	5,17	0,26	-2,751*	479	0,006
	79 ve altı	95	15,20	5,42	0,55			

*p<.05

Tablo 4.18 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-2,751), p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış yalnızlık puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar (\bar{x} =13,55), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara (\bar{x} =15.20) göre daha düşüktür. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre yalnızlık düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.19. Yalnızlığın Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Kardeş Sayısı	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Yalnızlık	2	376	13,79	5,24	0,27	-0,643	479	0,520
	3 ve üstü	105	14,17	5,32	0,51			

*p<.05

Tablo 4.19 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-0,643), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış yalnızlık puanları ortalamaları 2 kardeşi olan (\bar{x} =13.79) ile 3 ve üstü (\bar{x} =14.17) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.20. Yalnızlığın Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Eğitim Seviyesi	f, \bar{x} ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	Okuma-yazma yok.	4	14,75	6,39	G.Arası	229,394	3	76,465	2,796	0,040
	İlkokul-ortaöğrt.	285	14,39	5,19	G.İçi	13045,612	477	27,349		
	Lise	117	13,41	5,47	Toplam	13275,006	480			
	Üniversite	75	12,58	4,89						
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.20 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 2,796 p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda anne eğitim seviyesi üniversite olan ortaokul öğrencileri (\bar{x} =12.58) ile anne eğitim seviyesi ilkokul-ortaöğretim olan ortaokul öğrencileri (\bar{x} =14.39) arasında, anne eğitim seviyesi üniversite olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda anne eğitim seviyesi üniversite olan ortaokul öğrencilerinin, anne

eğitim seviyesi ilkokul-ortaöğretim olan ortaokul öğrencilerine göre yalnızlık düzeyi daha düşüktür.

Tablo 4.21. *Yalnızlığın Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Baba Eğitim Seviyesi	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>Ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Yalnızlık	İlkokul-ortaöğrt.	151	14,74	5,43	G.Arası	163,660	2	81,830	2,983	0,052
	Lise	207	13,48	4,88	G.İçi	13111,346	478	27,430		
	Üniversite	123	13,47	5,56	Toplam	13275,006	480			
	Toplam	481	13,87	5,25						

$p < .05$

Tablo 4.21 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 2,983$ $p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.22. *Yalnızlığın Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Anne Çalışma Durumu	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>Ss</i>	<i>Sh \bar{x}</i>	t Testi		
						<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>P</i>
Yalnızlık	Evet	113	14,08	5,06	0,47	0,483	479	0,629
	Hayır	368	13,81	5,32	0,27			

* $p < .05$

Tablo 4.22 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (0,483)$, $p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış yalnızlık puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=14.08$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=13.81$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.23. *Yalnızlığın Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Baba Çalışma Durumu	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Yalnızlık	Evet	440	13,81	5,26	0,25	-0,867	479	0,386
	Hayır	41	14,56	5,20	0,81			

*p<.05

Tablo 4.23 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-0,867), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış yalnızlık puanları ortalamaları evet diyenler (\bar{x} =13.81) ile hayır diyenler (\bar{x} =14.56) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.24. *Yalnızlığın Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	Anne - Baba Birlikteliği	f, \bar{x} ve ss Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	\bar{x}	Ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	Birlikte	435	13,71	5,24	G.Arası	126,301	2	63,151	2,296	0,102
	Ayrı	35	15,28	5,45	G.İçi	13148,705	478	27,508		
	Diğer	11	15,90	4,27	Toplam	13275,006	480			
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.24 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(2-478) = 2,296 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.25. *Yalnızlığın Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	f, \bar{x} ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları				
	Aylık Gelir Düzeyi	N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	1.500 – 3.000	161	14,23	5,46	G.Arası	42,360	3	14,120	0,509	0,676
	3.001 – 5.000	191	13,65	5,14	G.İçi	13232,647	477	27,741		
	5.001 – 10.000	111	13,88	5,18	Toplam	13275,006	480			
	10.001 ve üstü	18	13,05	5,15						
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.25 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,509 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.26. *Yalnızlığın Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu*

Puan	f, \bar{x} ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları				
	Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Yalnızlık	Her zaman	149	13,75	5,45	G.Arası	11,085	2	5,542	0,200	0,819
	Bazen	279	13,87	5,19	G.İçi	13263,922	478	27,749		
	Katılmam	53	14,28	5,09	Toplam	13275,006	480			
	Toplam	481	13,87	5,25						

p<.05

Tablo 4.26 incelendiğinde; yalnızlık puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(2-478) = 0,200 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

4.5. Dördüncü Amaç: İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

İyi oluşu, bağlılığı, kararlılığı, iyimserliği, ilişkililiği ve mutluluğu ölçmek için kullanılan Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)'nin bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ve iyi oluşa (toplam ölçek) ait çarpıklık (skewness) ve

basıklık (kurtosis) değerleri -1 ile +1 arasında değer aldığı için normal dağılım göstermiştir. Bu nedenle bağıllık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) analiz edilirken t testi ve ANOVA (tek yönlü varyans) testi kullanılmıştır.

Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCH)'nin ilişkilige ait çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ile +1 arasında değer almadığı için normal dağılım göstermemiştir. Bu nedenle ilişkililik analiz ederken Mann Whitney-U testi ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Tablo 4.27. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Bağıllık	Kadın	290	14,95	3,58	0,21	-1,849	479	0,065
	Erkek	191	15,56	3,46	0,25			
Kararlılık	Kadın	290	15,22	3,53	0,20	0,132	479	0,895
	Erkek	191	15,17	3,38	0,24			
İyimserlik	Kadın	290	15,15	4,13	0,24	-2,878*	479	0,004
	Erkek	191	16,20	3,51	0,25			
Mutluluk	Kadın	290	15,44	4,14	0,24	-3,096*	479	0,002
	Erkek	191	16,56	3,43	0,24			
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Kadın	290	77,97	15,43	0,90	-2,606*	479	0,009
	Erkek	191	81,50	13,01	0,94			

*p<.05

Tablo 4.27 incelendiğinde; bağıllık puanlarının cinsiyete bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (-1,849), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış bağıllık puanları ortalamaları kadın (\bar{x} =14.95) ve erkek (\bar{x} =15.56) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Kararlılık puanlarının cinsiyete bağılı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (0,132), p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış kararlılık puanları ortalamaları kadın ($\bar{x}=15.22$) ve erkek ($\bar{x}=15.17$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

İyimserlik puanlarının cinsiyete bağılı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (-2,878), p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış iyimserlik puanları ortalamaları erkeklerin ($\bar{x}=16.20$) kadınlara ($\bar{x}=15.15$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda okuyan erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir.

Mutluluk puanlarının cinsiyete bağılı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (-3,096), p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış mutluluk puanları ortalamaları erkeklerin ($\bar{x}=16.56$) kadınlara ($\bar{x}=15.44$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda okuyan erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre mutluluk düzeyi daha yüksektir.

İyi Oluş (toplam ölçek) puanlarının cinsiyete bağılı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (-2,606), p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış iyi oluş puanları ortalamaları erkeklerin ($\bar{x}=81.50$) kadınlara ($\bar{x}=77.97$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda okuyan erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.28. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Yaş Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	f, \bar{x} ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları				
	Yaş	N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Bağılılık	11 yaş ve altı	140	15,67	3,38	G.Arası	66,247	3	22,082	1,759	0,154
	12 yaş	98	15,37	3,41	G.İçi	5987,990	477	12,553		
	13 yaş	144	14,93	3,66	Toplam	6054,237	480			
	14 yaş ve üstü	99	14,72	3,71						
	Toplam	481	15,19	3,55						

Kararlılık	11 yaş ve altı	140	15,31	3,53	G.Arası	32,326	3	10,775	0,894	0,444
	12 yaş	98	15,62	3,49	G.İçi	5751,707	477	12,058		
	13 yaş	144	15,00	3,50	Toplam	5784,033	480			
	14 yaş ve üstü	99	14,92	3,31						
	Toplam	481	15,20	3,47						
İyimserlik	11 yaş ve altı	140	16,47	3,53	G.Arası	180,802	3	60,267	3,978	0,008
	12 yaş	98	15,60	4,10	G.İçi	7226,828	477	15,151		
	13 yaş	144	15,03	4,19	Toplam	7407,630	480			
	14 yaş ve üstü	99	15,06	3,69						
	Toplam	481	15,57	3,92						
Mutluluk	11 yaş ve altı	140	17,16	3,33	G.Arası	360,295	3	120,098	8,200	0,000
	12 yaş	98	15,82	4,12	G.İçi	6986,416	477	14,647		
	13 yaş	144	15,31	3,99	Toplam	7346,711	480			
	14 yaş ve üstü	99	14,95	3,91						
	Toplam	481	15,88	3,91						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	11 yaş ve altı	140	82,82	13,23	G.Arası	3019,757	3	1006,586	4,828	0,003
	12 yaş	98	80,09	14,73	G.İçi	99459,133	477	208,510		
	13 yaş	144	77,43	14,94	Toplam	102478,890	480			
	14 yaş ve üstü	99	76,60	15,01						
	Toplam	481	79,37	14,61						

p<.05

Tablo 4.28 incelendiğinde; bağıllık puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 1,759 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Kararlılık puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,894 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyimserlik puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 3,978$ $p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.47$) ile 13 yaşında olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.03$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 13 yaşında olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.47$) ile 14 yaş ve üstü olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.06$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 14 yaş ve üstünde olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir.

Mutluluk puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 8,200$ $p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.16$) ile 12 yaşında olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.82$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 12 yaşında olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.16$) ile 13 yaşında olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.31$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 13 yaşında olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.16$) ile 14 yaş ve üstü olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.95$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 14 yaş ve üstünde olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir.

İyi Oluş (toplam ölçek) puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 4,828$ $p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=82.82$) ile 13 yaşında olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=77.43$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 13 yaşında olan ortaokul

öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=82.82$) ile 14 yaş ve üstü olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=76.60$) arasında, 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 11 yaş ve altı olan ortaokul öğrencilerinin, 14 yaş ve üstünde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.29. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Sınıf Seviyesi	f, \bar{x} ve ss Değerleri			ANOVA Sonuçları					
		N	\bar{x}	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Bağlılık	5.sınıf	132	15,71	3,41	G.Arası	205,308	3	68,436	5,581	0,001
	6.sınıf	85	15,88	3,28	G.İçi	5848,929	477	12,262		
	7.sınıf	123	15,26	3,15	Toplam	6054,237	480			
	8.sınıf	141	14,24	3,96						
	Toplam	481	15,19	3,55						
Kararlılık	5.sınıf	132	15,31	3,53	G.Arası	170,560	3	56,853	4,831	0,003
	6.sınıf	85	16,24	3,25	G.İçi	5613,473	477	11,768		
	7.sınıf	123	15,20	3,30	Toplam	5784,033	480			
	8.sınıf	141	14,46	3,54						
	Toplam	481	15,20	3,47						
İyimserlik	5.sınıf	132	16,56	3,66	G.Arası	364,984	3	121,661	8,240	0,000
	6.sınıf	85	16,36	3,57	G.İçi	7042,646	477	14,764		
	7.sınıf	123	15,19	4,01	Toplam	7407,630	480			
	8.sınıf	141	14,49	4,00						
	Toplam	481	15,57	3,92						
Mutluluk	5.sınıf	132	17,19	3,40	G.Arası	531,406	3	177,135	12,398	0,000
	6.sınıf	85	16,36	3,86	G.İçi	6815,305	477	14,288		
	7.sınıf	123	15,77	3,73	Toplam	7346,711	480			
	8.sınıf	141	14,46	4,09						
	Toplam	481	15,88	3,91						

İyi Oluş (Toplam Ölçek)	5.sınıf	132	82,94	13,52	G.Arası	6561,855	3	2187,285	10,877	0,000
	6.sınıf	85	83,11	12,90	G.İçi	95917,034	477	201,084		
	7.sınıf	123	78,78	13,61	Toplam	102478,890	480			
	8.sınıf	141	74,29	15,88						
	Toplam	481	79,37	14,61						

p<.05

Tablo 4.29 incelendiğinde; bağıllık puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 5,581 p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.71$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.24$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın oluştuğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre bağıllık düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.88$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.24$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın oluştuğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre bağıllık düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.26$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.24$) arasında, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın oluştuğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 7.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre bağıllık düzeyi daha yüksektir.

Kararlılık puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 4,831 p<.05] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.31$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.46$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın oluştuğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre kararlılık düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.24$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.20$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın oluştuğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul

öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre kararlılık düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 6.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.24$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.46$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre kararlılık düzeyi daha yüksektir.

İyimserlik puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 8,240 p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.56$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.19$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir. 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.56$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.49$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.36$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.19$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.36$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.49$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir.

Mutluluk puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 12,398 p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.19$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.77$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum

sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.19$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.46$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.36$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.46$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.77$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.46$) arasında, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 7.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir.

İyi Oluş (toplam ölçek) puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(3-477) = 10,877 p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=82.94$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=78.78$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. 5.sınıf düzeyindeki ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=82.94$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=74.29$) arasında, 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 5.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=83.11$) ile 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=78.78$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=83.11$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=74.29$) arasında, 6.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu

ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 6.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. Ayrıca 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=78.78$) ile 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=74.29$) arasında, 7.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda 7.sınıf düzeyinde ortaokul öğrencilerinin, 8.sınıf düzeyinde olan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.30. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Başarı Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Bağlılık	100-80	386	15,27	3,48	0,17	0,960	479	0,338
	79 ve altı	95	14,88	3,80	0,39			
Kararlılık	100-80	386	15,50	3,39	0,17	3,826*	479	0,000
	79 ve altı	95	14,00	3,52	0,36			
İyimserlik	100-80	386	15,77	3,86	0,19	2,270*	479	0,024
	79 ve altı	95	14,75	4,09	0,42			
Mutluluk	100-80	386	16,06	3,86	0,19	2,060*	479	0,040
	79 ve altı	95	15,14	4,03	0,41			
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	100-80	386	80,37	14,10	0,71	3,034*	479	0,003
	79 ve altı	95	75,33	15,96	1,63			

*p<.05

Tablo 4.30 incelendiğinde; bağlılık puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (0,960), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış bağlılık puanları ortalamaları

100-80 başarı düzeyine sahip olanlar ($\bar{x}=15.27$) ile 79 ve altı başarı düzeyine sahip olanlar ($\bar{x}=14.88$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Kararlılık puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (3,826)$, $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış kararlılık puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar ($\bar{x}=15,50$), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara ($\bar{x}=14.00$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre kararlılık düzeyi daha düşüktür.

İyimserlik puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (2,270)$, $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış iyimserlik puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar ($\bar{x}=15,77$), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara ($\bar{x}=14.75$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre iyimserlik düzeyi daha düşüktür.

Mutluluk puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (2,060)$, $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış mutluluk puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar ($\bar{x}=16,06$), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara ($\bar{x}=15.14$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre mutluluk düzeyi daha düşüktür.

İyi Oluş (toplam ölçek) puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (3,034)$, $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış iyi oluş puanları ortalamaları 100-80 düzeyinde başarılı olanlar ($\bar{x}=80,37$), 79 ve altı düzeyinde başarılı olanlara ($\bar{x}=75.33$) göre daha yüksektir. Diğer bir ifade ile ortaokulda başarı düzeyi 79 ve altında olan öğrencilerin 100-80 olan öğrencilere göre iyi oluş düzeyi daha düşüktür.

Tablo 4.31. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Kardeş Sayısı	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Bağlılık	2	376	15,19	3,52	0,18	0,023	479	0,982
	3 ve üstü	105	15,19	3,65	0,35			
Kararlılık	2	376	15,22	3,48	0,17	0,235	479	0,814
	3 ve üstü	105	15,13	3,42	0,33			
İyimserlik	2	376	15,58	3,94	0,20	0,119	479	0,905
	3 ve üstü	105	15,53	3,88	0,37			
Mutluluk	2	376	15,96	3,80	0,19	0,874	479	0,382
	3 ve üstü	105	15,59	4,26	0,41			
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	2	376	79,59	14,35	0,74	0,623	479	0,534
	3 ve üstü	105	78,59	15,52	1,51			

*p<.05

Tablo 4.31 incelendiğinde; bağlılık puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (0,023), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış bağlılık puanları ortalamaları 2 kardeşi olan (\bar{x} =15.19) ile 3 ve üstü (\bar{x} =15.19) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Kararlılık puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (0,235), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış kararlılık puanları ortalamaları 2 kardeşi olan (\bar{x} =15.22) ile 3 ve üstü (\bar{x} =15.13) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

İyimserlik puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [t(479) = (0,119), p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul

öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış iyimserlik puanları ortalamaları 2 kardeşi olan ($\bar{x}=15.58$) ile 3 ve üstü ($\bar{x}=15.53$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Mutluluk puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (0,874), p>.05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış mutluluk puanları ortalamaları 2 kardeşi olan ($\bar{x}=15.96$) ile 3 ve üstü ($\bar{x}=15.59$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

İyi Oluş (toplam ölçek) puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$t(479) = (0,623), p>.05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış iyi oluş puanları ortalamaları 2 kardeşi olan ($\bar{x}=79.59$) ile 3 ve üstü ($\bar{x}=78.59$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.32. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>				
Puan	Anne Eğitim Seviyesi	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Bağlılık	Okuma-yazma yok.	4	17,00	3,82	G.Arası	17,852	3	5,951	0,470	0,703
	İlkokul-ortaöğrt.	285	15,24	3,52	G.İçi	6036,385	477	12,655		
	Lise	117	15,00	3,92	Toplam	6054,237	480			
	Üniversite	75	15,21	3,00						
	Toplam	481	15,19	3,55						
Kararlılık	Okuma-yazma yok.	4	16,00	4,83	G.Arası	25,683	3	8,561	0,709	0,547
	İlkokul-ortaöğrt.	285	15,31	3,45	G.İçi	5758,350	477	12,072		
	Lise	117	14,81	3,60	Toplam	5784,033	480			
	Üniversite	75	15,36	3,25						
	Toplam	481	15,20	3,47						

İyimserlik	Okuma-yazma yok.	4	16,50	3,41	G.Arası	4,104	3	1,368	0,088	0,967
	İlkokul-ortaöğrt.	285	15,56	4,06	G.İçi	7403,526	477	15,521		
	Lise	117	15,52	3,90	Toplam	7407,630	480			
	Üniversite	75	15,64	3,47						
	Toplam	481	15,57	3,92						
Mutluluk	Okuma-yazma yok.	4	18,50	1,91	G.Arası	45,673	3	15,224	0,995	0,395
	İlkokul-ortaöğrt.	285	15,75	3,99	G.İçi	7301,038	477	15,306		
	Lise	117	16,20	3,94	Toplam	7346,711	480			
	Üniversite	75	15,73	3,58						
	Toplam	481	15,88	3,91						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Okuma-yazma yok.	4	87,25	14,31	G.Arası	332,208	3	110,736	0,517	0,671
	İlkokul-ortaöğrt.	285	79,02	14,85	G.İçi	102146,681	477	214,144		
	Lise	117	79,43	15,24	Toplam	102478,890	480			
	Üniversite	75	80,18	12,70						
	Toplam	481	79,37	14,61						

p<.05

Tablo 4.32 incelendiğinde; bağlılık puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,470 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Kararlılık puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,709 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyimserlik puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,088 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Mutluluk puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,995 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [F(3-477) = 0,517 p>.05] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.33. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				<i>ANOVA Sonuçları</i>					
Puan	Baba Eğitim Seviyesi	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>	
Bağıllık	İlkokul-ortaöğrt.	151	15,34	3,64	G.Arası	5,068	2	2,534	0,200	0,819	
	Lise	207	15,10	3,50	G.İçi	6049,169	478	12,655			
	Üniversite	123	15,17	3,53	Toplam	6054,237	480				
	Toplam	481	15,19	3,55							
Kararlılık	İlkokul-ortaöğrt.	151	15,11	3,49	G.Arası	1,837	2	0,919	0,076	0,927	
	Lise	207	15,24	3,42	G.İçi	5782,196	478	12,097			
	Üniversite	123	15,25	3,54	Toplam	5784,033	480				
	Toplam	481	15,20	3,47							
İyimserlik	İlkokul-ortaöğrt.	151	15,47	4,07	G.Arası	6,253	2	3,126	0,202	0,817	
	Lise	207	15,53	3,90	G.İçi	7401,377	478	15,484			
	Üniversite	123	15,76	3,81	Toplam	7407,630	480				
	Toplam	481	15,57	3,92							
Mutluluk	İlkokul-ortaöğrt.	151	15,85	3,92	G.Arası	5,044	2	2,522	0,164	0,849	
	Lise	207	15,80	3,90	G.İçi	7341,667	478	15,359			
	Üniversite	123	16,05	3,93	Toplam	7346,711	480				
	Toplam	481	15,88	3,91							

İyi Oluş (Toplam Ölçek)	İlkokul-ortaöğrt.	151	78,89	15,12	G.Arası	98,743	2	49,371	0,231	0,794
	Lise	207	79,30	14,30	G.İçi	102380,147	478	214,184		
	Üniversite	123	80,08	14,57	Toplam	102478,890	480			
	Toplam	481	79,37	14,61						

$p < .05$

Tablo 4.33 incelendiğinde; bağlılık puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,200 \ p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Kararlılık puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,076 \ p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyimserlik puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,202 \ p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Mutluluk puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,164 \ p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,231 \ p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.34. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Çalışma Durumu	N	\bar{x}	ss	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Bağlılık	Evet	113	15,11	3,51	0,33	-0,282	479	0,778
	Hayır	368	15,22	3,56	0,18			
Kararlılık	Evet	113	14,99	3,54	0,33	-0,744	479	0,457
	Hayır	368	15,26	3,45	0,17			

İyimserlik	Evet	113	14,96	4,17	0,39	-1,890	479	0,059
	Hayır	368	15,76	3,83	0,19			
Mutluluk	Evet	113	15,46	4,29	0,40	-1,295	479	0,196
	Hayır	368	16,01	3,78	0,19			
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Evet	113	77,85	15,65	1,47	-1,263	479	0,207
	Hayır	368	79,84	14,26	0,74			

*p<.05

Tablo 4.34 incelendiğinde; bağlılık puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-0,282), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış bağlılık puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15.11$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=15.22$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Kararlılık puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-0,744), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış kararlılık puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=14,99$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=15.26$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

İyimserlik puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-1,890), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış iyimserlik puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=14.96$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=15.76$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Mutluluk puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-1,295), p<.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış mutluluk puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15.46$) hayır diyenlere ($\bar{x}=16.01$) göre daha düşüktür. Diğer bir ifade

ile ortaokuldaki annesi çalışmayan öğrencilerin annesi çalışan öğrencilere göre mutluluk düzeyi daha yüksektir.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-1,263), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış iyi oluş puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=77.85$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=79.84$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.35. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından T Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Baba Çalışma Durumu	N	\bar{x}	SS	Sh \bar{x}	t Testi		
						t	Sd	P
Bağlılık	Evet	440	15,14	3,52	0,16	-1,053	479	0,293
	Hayır	41	15,75	3,84	0,60			
Kararlılık	Evet	440	15,07	3,46	0,16	-2,730*	479	0,007
	Hayır	41	16,60	3,26	0,50			
İyimserlik	Evet	440	15,53	3,89	0,18	-0,643	479	0,521
	Hayır	41	15,95	4,32	0,67			
Mutluluk	Evet	440	15,97	3,81	0,18	1,602	479	0,110
	Hayır	41	14,95	4,82	0,75			
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Evet	440	79,27	14,33	0,68	-0,520	479	0,603
	Hayır	41	80,51	17,45	2,72			

*p<.05

Tablo 4.35 incelendiğinde; bağlılık puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-1,053), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark

bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış bağlılık puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15.14$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=15.75$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Kararlılık puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-2,730), p<.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış kararlılık puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15,07$), hayır diyenlere ($\bar{x}=16.60$) göre daha düşüktür. Diğer bir ifade ile ortaokuldaki babası çalışmayan öğrencilerin babası çalışan öğrencilere göre kararlılık düzeyi daha yüksektir.

İyimserlik puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-0,643), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış iyimserlik puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15.53$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=15.95$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Mutluluk puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (1,602), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış mutluluk puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=15.97$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=14.95$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[t(479) = (-0,520), p>.05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış iyi oluş puanları ortalamaları evet diyenler ($\bar{x}=79.27$) ile hayır diyenler ($\bar{x}=80.51$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.36. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>			<i>ANOVA Sonuçları</i>					
Puan	Anne - Baba Birlikteliği	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Bağlılık	Birlikte	435	15,18	3,49	G.Arası	5,868	2	2,934	0,232	0,793
	Ayrı	35	15,11	4,43	G.İçi	6048,369	478	12,653		
	Diğer	11	15,90	2,80	Toplam	6054,237	480			
	Toplam	481	15,19	3,55						
Kararlılık	Birlikte	435	15,21	3,40	G.Arası	16,186	2	8,093	0,671	0,512
	Ayrı	35	14,74	4,32	G.İçi	5767,848	478	12,067		
	Diğer	11	16,09	3,08	Toplam	5784,033	480			
	Toplam	481	15,20	3,47						
İyimserlik	Birlikte	435	15,60	3,93	G.Arası	14,067	2	7,033	0,455	0,635
	Ayrı	35	15,00	3,91	G.İçi	7393,563	478	15,468		
	Diğer	11	16,00	4,00	Toplam	7407,630	480			
	Toplam	481	15,57	3,92						
Mutluluk	Birlikte	435	15,96	3,88	G.Arası	33,777	2	16,889	1,104	0,332
	Ayrı	35	14,94	4,16	G.İçi	7312,934	478	15,299		
	Diğer	11	15,81	4,19	Toplam	7346,711	480			
	Toplam	481	15,88	3,91						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Birlikte	435	79,60	14,40	G.Arası	563,059	2	281,529	1,320	0,268
	Ayrı	35	75,71	17,33	G.İçi	101915,831	478	213,213		
	Diğer	11	81,90	12,84	Toplam	102478,890	480			
	Toplam	481	79,37	14,61						

$p < .05$

Tablo 4.36 incelendiğinde; bağlılık puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 0,232$ $p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Kararlılık puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 0,671$ $p > .05$] anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyimserlik puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 0,455 p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Mutluluk puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 1,104 p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(2-478) = 1,320 p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.37. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

Puan	<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>				ANOVA Sonuçları					
	Aylık Gelir Düzeyi	<i>N</i>	\bar{x}	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Bağlılık	1.500 – 3.000	161	15,04	3,76	G.Arası	19,852	3	6,617	0,523	0,667
	3.001 – 5.000	191	15,39	3,26	G.İçi	6034,385	477	12,651		
	5.001 – 10.000	111	15,19	3,73	Toplam	6054,237	480			
	10.001 ve üstü	18	14,50	3,43						
	Toplam	481	15,19	3,55						
Kararlılık	1.500 – 3.000	161	15,33	3,66	G.Arası	58,539	3	19,513	1,626	0,183
	3.001 – 5.000	191	14,83	3,29	G.İçi	5725,494	477	12,003		
	5.001 – 10.000	111	15,70	3,45	Toplam	5784,033	480			
	10.001 ve üstü	18	14,88	3,49						
	Toplam	481	15,20	3,47						
İyimserlik	1.500 – 3.000	161	15,47	4,03	G.Arası	30,483	3	10,161	0,657	0,579
	3.001 – 5.000	191	15,51	3,85	G.İçi	7377,147	477	15,466		
	5.001 – 10.000	111	15,94	3,94	Toplam	7407,630	480			
	10.001 ve üstü	18	14,72	3,78						
	Toplam	481	15,57	3,92						

Mutluluk	1.500 – 3.000	161	15,55	3,80	G.Arası	44,305	3	14,768	0,965	0,409
	3.001 – 5.000	191	15,97	3,83	G.İçi	7302,406	477	15,309		
	5.001 – 10.000	111	16,29	4,12	Toplam	7346,711	480			
	10.001 ve üstü	18	15,27	4,40						
	Toplam	481	15,88	3,91						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	1.500 – 3.000	161	78,83	15,06	G.Arası	506,652	3	168,884	0,790	0,500
	3.001 – 5.000	191	79,26	13,81	G.İçi	101972,237	477	213,778		
	5.001 – 10.000	111	80,90	15,03	Toplam	102478,890	480			
	10.001 ve üstü	18	76,05	16,36						
	Toplam	481	79,37	14,61						

$p < .05$

Tablo 4.37 incelendiğinde; bağıllık puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(3-477) = 0,523 \text{ } p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Kararlılık puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(3-477) = 1,626 \text{ } p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyimserlik puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(3-477) = 0,657 \text{ } p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Mutluluk puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(3-477) = 0,965 \text{ } p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre $[F(3-477) = 0,790 \text{ } p > .05]$ anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır.

Tablo 4.38. İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından ANOVA (Tek Yönlü Varyans) Testi İstatistik Bulgusu

		<i>f, \bar{x} ve ss Değerleri</i>			<i>ANOVA Sonuçları</i>					
Puan	Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	<i>N</i>	<i>\bar{x}</i>	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Bağlılık	Her zaman	149	16,29	3,12	G.Arası	272,405	2	136,203	11,260	0,000
	Bazen	279	14,78	3,50	G.İçi	5781,832	478	12,096		
	Katılmam	53	14,26	4,18	Toplam	6054,237	480			
	Toplam	481	15,19	3,55						
Kararlılık	Her zaman	149	16,18	3,24	G.Arası	210,319	2	105,159	9,018	0,000
	Bazen	279	14,78	3,51	G.İçi	5573,714	478	11,660		
	Katılmam	53	14,62	3,34	Toplam	5784,033	480			
	Toplam	481	15,20	3,47						
İyimserlik	Her zaman	149	16,73	3,57	G.Arası	290,736	2	145,368	9,764	0,000
	Bazen	279	15,08	3,99	G.İçi	7116,894	478	14,889		
	Katılmam	53	14,90	3,89	Toplam	7407,630	480			
	Toplam	481	15,57	3,92						
Mutluluk	Her zaman	149	17,24	3,44	G.Arası	403,155	2	201,577	13,877	0,000
	Bazen	279	15,33	3,95	G.İçi	6943,556	478	14,526		
	Katılmam	53	14,96	4,02	Toplam	7346,711	480			
	Toplam	481	15,88	3,91						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Her zaman	149	84,83	13,03	G.Arası	6612,436	2	3306,218	16,485	0,000
	Bazen	279	77,25	14,47	G.İçi	95866,454	478	200,557		
	Katılmam	53	75,20	15,51	Toplam	102478,890	480			
	Toplam	481	79,37	14,61						

$p < .05$

Tablo 4.38 incelendiğinde; bağlılık puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 11,260$ $p < .05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.29$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.78$) arasında, spor ve

kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre bağlılık düzeyi daha yüksektir. Ayrıca spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.29$) ile spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.26$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencilerine göre bağlılık düzeyi daha yüksektir.

Kararlılık puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 9,018$ $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.18$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.78$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre kararlılık düzeyi daha yüksektir. Ayrıca spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.18$) ile spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.62$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencilerine göre kararlılık düzeyi daha yüksektir.

İyimserlik puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 9,764$ $p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.73$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.08$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi

daha yüksektir. Ayrıca spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=16.73$) ile spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.90$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencilerine göre iyimserlik düzeyi daha yüksektir.

Mutluluk puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 13,877 p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.24$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=15.33$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir. Ayrıca spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=17.24$) ile spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=14.96$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencilerine göre mutluluk düzeyi daha yüksektir.

İyi oluş (toplam ölçek) puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$F(2-478) = 16,485 p<.05$] anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Bu farkı bulabilmek için LSD testi yapılmıştır. Bu test sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=84.83$) ile spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=77.25$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere bazen katılan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir. Ayrıca spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=84.83$) ile spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencileri ($\bar{x}=75.20$) arasında, spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencileri lehine anlamlılığın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu

durum sonucunda spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin, spor ve kültürel faaliyetlere katılmayan ortaokul öğrencilerine göre iyi oluş düzeyi daha yüksektir.

Tablo 4.39. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Cinsiyet Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Cinsiyet	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	Kadın	290	232,48	67418,50	25223,500	-1,746	0,081
	Erkek	191	253,94	48502,50			
	Toplam	481					

p<.05

Tablo 4.39 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının cinsiyete bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [U = 25223,500 p>.05] farklılık bulunmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde kadın ($\bar{x}_{sıra}=232,48$) ve erkek ($\bar{x}_{sıra}=253,94$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.40. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Yaş Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Yaş	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkililik	11 yaş ve altı	140	263,53	11,182	3	0,011
	12 yaş	98	256,98			
	13 yaş	144	225,91			
	14 yaş ve üstü	99	215,26			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.40 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 11,182$ p<.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunmuştur. Bulunmuş olan bu farklılığın, hangi gruplarda oluştuğunu bulabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4.41. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Yaş Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Yaş	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
	11 yaş ve altı	140	153,92	221549,00			
	13 yaş	144	131,40	18921,00	8481,000	-2,438	0,015
	Toplam	284					
İlişkililik	11 yaş ve altı	140	130,14	18220,00			
	14 yaş ve üstü	99	105,66	10460,00	5510,000	-2,840	0,005
	Toplam	239					
	12 yaş	98	107,25	10510,50			
	14 yaş ve üstü	99	90,83	8992,50	4042,500	-2,127	0,33
	Toplam	197					

p<.05

Tablo 4.41 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin yaşa göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde 11 yaş ve altı ($\bar{x}_{sıra}=153,92$) ve 13 yaş ($\bar{x}_{sıra}=131,40$) arasında 11 yaş ve altı lehine [U = 8481,000 p<.05]; 11 yaş ve altı ($\bar{x}_{sıra}=130,14$) ve 14 yaş ve üstü ($\bar{x}_{sıra}=105,66$) arasında 11 yaş ve altı lehine [U = 5510,000 p<.05]; 12 yaş ($\bar{x}_{sıra}=107,25$) ve 14 yaş ve üstü ($\bar{x}_{sıra}=90,83$) arasında 12 yaş lehine [U = 4042,500 p<.05] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin 11 yaş ve altı ile 12 yaşında olanlarının ilişkililik düzeyinin 13 yaş ve 14 yaş ve üstünde olanlara göre daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Diğer gruplara ait istatistiksel karşılaştırmalarda farklılığın anlamlı olduğu görülmemiştir (p>.05).

Tablo 4.42. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Sınıf Seviyesi	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkililik	5.sınıf	132	262,70	23,228	3	0,000
	6.sınıf	85	284,68			
	7.sınıf	123	224,39			
	8.sınıf	141	208,84			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.42 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 23,228$ p<.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunmuştur. Bulunmuş olan bu farklılığın, hangi gruplarda oluştuğunu bulabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4.43. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Sınıf Seviyesi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Sınıf Seviyesi	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
	5.sınıf	132	138,22	18245,00	6769,000	-2,410	0,016
	7.sınıf	123	117,03	14395,00			
	Toplam	255					
İlişkililik	5.sınıf	132	152,81	20170,50	7219,500	-3,351	0,001
	8.sınıf	141	122,20	17230,50			
	Toplam	273					
	6.sınıf	85	120,24	10220,50	3889,500	-3,337	0,001
	7.sınıf	123	93,62	11515,50			
	Toplam	208					

6.sınıf	85	134,71	11450,50			
8.sınıf	141	100,71	14200,50	4189,500	-4,003	0,000
Toplam	226					

p<.05

Tablo 4.43 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının sınıf seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin sınıf seviyesine göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde 5.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=138,22$) ve 7.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=117,03$) arasında 5.sınıf lehine [U = 6769,000 p<.05]; 5.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=152,81$) ve 8.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=105,66$) arasında 5.sınıf lehine [U = 7219,500 p<.05]; 6.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=120,24$) ve 7.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=93,62$) arasında 6.sınıf lehine [U = 3889,500 p<.05]; 6.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=134,71$) ve 8.sınıf ($\bar{x}_{sıra}=100,71$) arasında 6.sınıf lehine [U = 4189,500 p<.05] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin sınıf seviyesi 5.sınıf ile 6.sınıf olanlarının ilişkililik düzeyinin sınıf seviyesi 7.sınıf ve 8.sınıf olanlara göre daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Diğer gruplara ait istatistiksel karşılaştırmalarda farklılığın anlamlı olduğu görülmemiştir (p>.05).

Tablo 4.44. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Başarı Düzeyi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Başarı Düzeyi	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	100-80	386	250,83	96819,00			
	79 ve altı	95	201,07	19102,00	14542,000	-3,294	0,001
	Toplam	457					

p<.05

Tablo 4.44 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının başarı düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyine göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde 100-80 ($\bar{x}_{sıra}=250,83$) ve 79-65 ($\bar{x}_{sıra}=201,07$) arasında 100-80 lehine [U = 14542,000 p<.05] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin başarı düzeyi 100-80 olanlarının ilişkililik düzeyinin başarı düzeyi 79 ve altında olanlara göre daha yüksek olduğu ifade edilebilir (p<.05).

Tablo 4.45. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Kardeş Sayısı Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Kardeş Sayısı	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	2	376	245,18	92189,50	18166,500	-1,317	0,188
	3 ve üstü	105	226,01	23731,50			
	Toplam	481					

p<.05

Tablo 4.45 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının kardeş sayısına bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [U = 18166,500 p>.05] farklılık bulunmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısına göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde 2 kardeşi olan ($\bar{x}_{sıra}=245,18$) ve 3 ve üstünde kardeşi olanlar ($\bar{x}_{sıra}=226,01$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.46. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Eğitim Seviyesi	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkililik	Okuma-yazma yok.	4	290,63	8,597	3	0,035
	İlkokul-ortaöğrt.	285	226,61			
	Lise	117	259,29			
	Üniversite	75	264,51			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.46 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 8,597$ p<.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunmuştur. Bulunmuş olan bu farklılığın, hangi gruplarda oluştuğunu bulabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4.47. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Eğitim Seviyesi	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	İlkokul-ortaöğrt.	285	193,62	55182,00	14427,000	-2,227	0,026
	Lise	117	220,69	25821,00			
	Toplam	402					
	İlkokul-ortaöğrt.	285	174,54	49742,50	8987,500	-2,219	0,026
	Üniversite	75	203,17	15237,50			
	Toplam	360					

p<.05

Tablo 4.47 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının anne eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim seviyesine göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde ilkokul-ortaöğretim ($\bar{x}_{sıra}=193,62$) ve lise ($\bar{x}_{sıra}=220,69$) arasında lise lehine [U = 14427,000 p<.05]; ilkokul-ortaöğretim ($\bar{x}_{sıra}=174,54$) ve üniversite ($\bar{x}_{sıra}=203,17$) arasında üniversite lehine [U = 8987,500 p<.05] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim seviyesi ilköğretim-ortaokul olanlarının ilişkililik düzeyinin anne eğitim seviyesi lise ve üniversite düzeyinde olanlara göre daha düşük olduğu ifade edilebilir. Diğer gruplara ait istatistiksel karşılaştırmalarda farklılığın anlamlı olduğu görülmemiştir (p>.05).

Tablo 4.48. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Baba Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Baba Eğitim Seviyesi	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkililik	İlkokul-ortaöğrt.	151	225,16	3,931	2	0,140
	Lise	207	243,39			
	Üniversite	123	256,43			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.48 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının baba eğitim seviyesine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 3,931$ p>.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunamamıştır.

Tablo 4.49. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne Çalışma Durumu	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	Evet	113	233,64	26401,50	19960,500	-0,678	0,498
	Hayır	368	243,26	89519,50			
	Toplam	481					

p<.05

Tablo 4.49 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının anne çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [U = 19960,500 p>.05] farklılık bulunmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde annesi çalışanlar ($\bar{x}_{sıra}=233,64$) ve annesi çalışmayanlar ($\bar{x}_{sıra}=243,26$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.50. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Baba Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Baba Çalışma Durumu	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	Evet	440	240,98	106029,50	9009,50	-0,013	0,990
	Hayır	41	241,26	9891,50			
	Toplam	481					

p<.05

Tablo 4.50 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının baba çalışma durumuna bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [U = 9009,500 p>.05] farklılık bulunmamıştır. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde babası çalışanlar ($\bar{x}_{sıra}=233,64$) ve babası çalışmayanlar ($\bar{x}_{sıra}=243,26$) arasında fark olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.51. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne - Baba Birlikteliği	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkililik	Birlikte	435	245,68	11,620	2	0,003
	Ayrı	35	170,30			
	Diğer	11	281,05			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.51 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 11,620$ p<.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunmuştur. Bulunmuş olan bu farklılığın, hangi gruplarda oluştuğunu bulabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4.52. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Anne-Baba Birlikteliği Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Anne -	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
	Baba Birlikteliği						
	Birlikte	435	240,99	104832,50			
	Ayrı	35	167,21	5852,50	5222,500	-3,254	0,001
	Toplam	470					
İlişkililik	Ayrı	35	21,09	738,00			
	Diğer	11	31,18	343,00	108,000	-2,219	0,026
	Toplam	46					

p<.05

Tablo 4.52 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının anne-baba birlikteliğine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin anne-baba birlikteliğine göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde birlikte ($\bar{x}_{sıra}=240,99$) ve ayrı ($\bar{x}_{sıra}=167,21$) arasında birlikte lehine [U = 5222,500 p<.05]; ayrı ($\bar{x}_{sıra}=21,09$) ve diğer ($\bar{x}_{sıra}=31,18$) arasında diğer lehine [U = 8987,500 p<.05] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin anne-baba birlikteliği birlikte ve diğer şeklinde cevaplayanların ilişkililik düzeyinin ayrı olarak cevaplayanlara göre daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Diğer gruplara ait istatistiksel karşılaştırmalarda farklılığın anlamlı olduğu görülmemiştir (p>.05).

Tablo 4.53. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkiliğin Aylık Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Aylık Gelir Düzeyi	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkili	1.500 – 3.000	161	238,59	1,751	3	0,626
	3.001 – 5.000	191	238,54			
	5.001 – 10.000	111	252,99			
	10.001 ve üstü	18	214,75			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.53 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının aylık gelir düzeyine bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 1,751$ p>.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunamamıştır.

Tablo 4.54. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkiliğin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından Kruskal Wallis-H Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	N	$\bar{x}_{sıra}$	χ^2	sd	P
İlişkili	Her zaman	149	282,58	23,318	2	0,000
	Bazen	279	226,65			
	Katılmam	53	199,68			
	Toplam	481				

p<.05

Tablo 4.54 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre [$\chi^2 = 23,318$ p>.05] gruplar arası sıra ortalamalarında farklılık bulunmuştur. Bulunmuş olan bu farklılığın, hangi gruplarda oluştuğunu bulabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4.55. İyi Oluş Alt Ölçeği: İlişkililiğin Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım Değişkeni Açısından Mann Whitney-U Testi İstatistik Bulgusu

Puan	Spor ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	N	$\bar{x}_{sıra}$	$\sum_{sıra}$	U	z	P
İlişkililik	Her zaman	149	247,23	36838,00			
	Bazen	279	197,02	54968,00	15908,00	-4,240	0,000
	Toplam	428					
	Her zaman	149	110,34	16441,00			
	Katılmam	53	76,64	4062,00	2631,000	-3,941	0,000
	Toplam	202					

$p < .05$

Tablo 4.55 incelendiğinde; ilişkililik puanlarının spor ve kültürel faaliyetlere katılıma bağlı olarak yapılan analiz sonucuna göre farklılık bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre alınmış ilişkililik puanlarına ait sıra ortalamaları incelendiğinde her zaman ($\bar{x}_{sıra}=247,23$) ve bazen ($\bar{x}_{sıra}=197,02$) arasında her zaman lehine [$U = 15908,000$ $p < .05$]; her zaman ($\bar{x}_{sıra}=110,34$) ve katılmam ($\bar{x}_{sıra}=76,64$) arasında her zaman lehine [$U = 2631,000$ $p < .05$] farklılık sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin spor ve kültürel faaliyetlere katılıma her zaman şeklinde cevaplayanların ilişkililik düzeyinin bazen ve katılmam olarak cevaplayanlara göre daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Diğer gruplara ait istatistiksel karşılaştırmalarda farklılığın anlamlı olduğu görülmemiştir ($p > .05$).

4.6. Beşinci Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler

Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlığı, iyi oluşu (toplam ölçek), bağlılığı, kararlılığı, iyimserliği ve mutluluğu ölçen ölçeklere ait verilerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ve +1 arasında değer aldığı görülmüş, dağılım normal olduğu kabul edilmiştir. İki değişken arasındaki ilişki durumunu test etmek amacıyla Pearson Kolerasyon Analizi yapılmıştır. İlişkililiği ölçen ölçek verisinin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri -1 ve +1 arasında değer almaması nedeniyle dağılımı normal kabul edilmemiş ve bundan dolayı kolerasyon analizi yapılmamıştır.

Tablo 4.56. Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler

Ölçekler		Sosyal Medya Bağımlılığı	Yalnızlık	İyi Oluş (Toplam Ölçek)	Bağlılık	Kararlılık	İyimserlik	Mutluluk
	N	481	481	481	481	481	481	481
Sosyal Medya Bağımlılığı	r	1						
	p							
Yalnızlık	r	0,171**	1					
	p	0,000						
İyi Oluş (Toplam Ölçek)	r	-0,312**	-0,264**	1				
	p	0,000	0,000					
Bağlılık	r	-0,115*	-0,091*	0,730**	1			
	p	0,012	0,046	0,000				
Kararlılık	r	-0,433**	-0,134**	0,747**	0,495**	1		
	p	0,000	0,003	0,000	0,000			
İyimserlik	r	-0,276**	-0,211**	0,861**	0,467**	0,585**	1	
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		
Mutluluk	r	-0,249**	-0,299**	0,861**	0,524**	0,477**	0,745**	1
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	

**p<.01 *p<.05

Araştırma sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık, iyi oluş ve alt ölçekleri arasındaki ilişki Pearson Kolerasyon Analizi ile hesap edilmiştir. Tablo 4.57 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılığı; yalnızlık ile düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r=0,171$; $p<01$), iyi oluş (toplam ölçek) ile orta düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r=-0,312$; $p<01$), bağlılık ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r=-0,115$; $p<05$), kararlılık ile orta düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r=-0,433$; $p<01$), iyimserlik ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r=-0,276$; $p<01$), mutluluk ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r=-0,249$; $p<01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

Yalnızlık; iyi oluş (toplam ölçek) ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r = -0,264$; $p < 0,01$), bağıllık ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r = -0,091$; $p < 0,05$), kararlılık ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r = -0,134$; $p < 0,01$), iyimserlik ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r = -0,211$; $p < 0,01$), mutluluk ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ($r = -0,299$; $p < 0,01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

İyi oluş (toplam ölçek); bağıllık ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,730$; $p < 0,01$), kararlılık ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,747$; $p < 0,01$), iyimserlik ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,861$; $p < 0,01$), mutluluk ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,861$; $p < 0,01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

Bağıllık; kararlılık ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,495$; $p < 0,01$), iyimserlik ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,467$; $p < 0,01$), mutluluk ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,524$; $p < 0,01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

Kararlılık; iyimserlik ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,585$; $p < 0,01$), mutluluk ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,477$; $p < 0,01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

İyimserlik; mutluluk ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ($r = 0,745$; $p < 0,01$) ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir.

4.7. Altıncı Amaç: Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın İyi Oluşu Yordaması

Tablo 4.57. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın, İyi Oluşu Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon İstatistik Bulgusu

Bağımsız Değişkenler	B	Standart Hata	β	t	P	İkili r	Kısmi r
Sabit	96,658	2,067	-	46,753	0,000	-	-
Sosyal Medya Bağımlılığı	-0,526	0,082	-0,275	-6,394	0,000	-0,312	-0,281
Yalnızlık	-0,604	0,119	-0,217	-5,058	0,000	-0,264	-0,225

$$R = 0,378 \quad R^2 = 0,143$$

$$F_{(2-478)} = 39,956 \quad p = 0,000$$

Tablo 4.57 incelendiğinde; sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık değişkenleri iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordama gücüne sahiptir ($F(2 - 478) = 39,956$; $p < 0,001$). Başka

bir deyişle sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık ikisi birlikte iyi oluşu yordamaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık iyi oluştaki değişimin %14,3'ünü açıklamaktadır ($R = 0,378$, $R^2 = 0,143$; $p < 0.001$).

Çoklu doğrusal regresyon istatistik bulgusuna göre; sosyal medya bağımlılığı ile iyi oluş arasındaki kolerasyon katsayısı -0,312; diğer değişkenler sabit tutulursa kısmi kolerasyon katsayısı -0,281 olarak ortaya çıkmıştır. Yalnızlık ile iyi oluş arasındaki kolerasyon katsayısı -0,264; diğer değişkenler sabit tutulursa kısmi kolerasyon katsayısı -0,225 olarak bulunmuştur.

İyi oluşa etki eden değişkenlerin görelî önem sırasını oluşturabilmek için standart hale getirilmiş regresyon katsayılarından β incelendiğinde; sosyal medya bağımlılığı ($\beta = -0,275$), yalnızlık ($\beta = -0,217$) olarak karşımıza çıkmaktadır. En önemli görelî yordama etkisi sosyal medya bağımlılığı ($\beta = -0,275$) olarak bulunmuştur.

Yapılan çoklu doğrusal regresyon istatistik bulgusuna göre, iyi oluşu yordayan regresyon denklemi matematiksel olarak ifadesi şu şekildedir;

$$\text{İyi oluş} = 96,658 + (-0,526) \times \text{Sosyal Medya Bağımlılığı} + (-0,604) \times \text{Yalnızlık}$$

Regresyon denklemine göre; sosyal medya bağımlılığında 1 birimlik artış olması halinde iyi oluşta (-0,526) birimlik azalma; yalnızlıkta 1 birimlik artış olması halinde iyi oluşta (-0,604) azalma meydana gelmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde; “Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” tezinin problemlerine ilişkin elde edilen sonuçlar literatür temelinde mevcut sırasına göre tartışılarak, yorumlama yapılmıştır. Bu yorumlar çerçevesinde öneriler ifade edilmiştir.

5.1. Sonuçlar

5.1.1. Birinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Ölçeklerinin Betimsel İstatistik Bulguları

Örneklemimizdeki ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığını ölçen ESMBÖ’den aldıkları puanların genel aritmetik ortalaması ($\bar{X}=14.00$) tablo 3.2’deki aritmetik ortalama aralık değerine göre incelendiğinde oldukça düşük seviyede olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer bir ifade ile araştırmamıza katılan ortaokul öğrencilerinin genelinde sosyal medya bağımlılığı bulunmamıştır. Literatürde araştırma sonucumuzu destekleyen ya da desteklemeyen farklı araştırma sonuçlarının varlığı görülmüştür. Çolak (2020: 89) tez çalışmasında lise öğrencilerinin çoğunluğunun sosyal medya bağımlısı olmadığını ifade etmiştir. Güney ve Taştepe (2020: 185) lise öğrencileriyle yapmış olduğu araştırmada sosyal medya bağımlılığının orta düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Aktan (2018: 414) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada az düzeyde bağımlı olduğunu ifade etmiştir. Tutgun-Ünal (2015: 157-158) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu tez çalışmasında duygu-durum düzenleme, tekrarlama alt ölçekleri ve sosyal medya bağımlılığına ait toplam ölçek puanları az seviyede bağımlı, meşguliyet alt ölçeği puanları orta seviyede bağımlı ve çatışma alt ölçeği puanları da sosyal medya bağımlılığının olmadığı şeklinde ifade edilmiştir.

Örnekleminizdeki ortaokul öğrencilerinin yalnızlığını ölçen UYÖ-KF'den aldıkları puanların genel aritmetik ortalaması ($\bar{X}=14.00$) tablo 3.4'teki aritmetik ortalama aralık değerlerine göre incelendiğinde düşük seviyede olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer bir ifade ile ortaokul öğrencilerinin genelinde yalnızlığı düşüktür. Literatürde araştırma sonucumuzu destekleyen ya da desteklemeyen farklı araştırma sonuçlarının varlığı görülmüştür. Taymaz (2019: 62) ergenler üzerine yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların genelinde yalnızlığın orta düzeyde olduğunu ifade etmiştir. Alabucak (2019: 82) yetişkinler üzerinde yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların genelinde yalnızlığın düşük seviyede olduğunu ifade etmiştir. Çakır ve Oğuz (2017: 422) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların genelinde yalnızlığın orta seviyede olduğunu ifade etmişlerdir. Kara, Kelecek ve Aşçı (2014: 60) sporcu eşleri üzerinde yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların genelinde yalnızlığın yüksek seviyede olduğunu ifade etmişlerdir. Kale (2019: 57) lise öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılanların genelinde yalnızlığın düşük seviyede olduğunu ifade etmiştir.

Örnekleminizdeki ortaokul öğrencilerinin iyi oluş ve alt boyutlarını ölçen EPOCH'den aldıkları puanların genel aritmetik ortalaması sırasıyla; bağlılık ($\bar{X}=16.00$), kararlılık ($\bar{X}=15.00$), iyimserlik ($\bar{X}=16.00$), ilişkililik ($\bar{X}=19.00$), mutluluk ($\bar{X}=17.00$), iyi oluş (toplam ölçek) ($\bar{X}=82.00$) tablo 3.6'daki aritmetik ortalama aralık değerlerine göre incelendiğinde; bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk, iyi oluş (toplam ölçek) yüksek seviyede, ilişkililik ise oldukça yüksek düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer bir ifade ile ortaokul öğrencilerinin genelinde bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) seviyeleri yüksek, ilişkililik seviyesi ise oldukça yüksektir. Literatür incelendiğinde iyi oluş modeline ait EPOCH ölçeği ile ilgili farklı çalışmalarda betimsel istatistik değerlerine ait araştırmaya katılanlara ait aritmetik ortalama hesaplarına denk gelinmiştir. Bu araştırmalarda katılanların genel aritmetik ortalaması araştırmacı tarafından araştırmanın genelindeki seviyesi yorumlanmamıştır. Bu çalışmalarını, kendi çalışmamıza ait aritmetik ortalamalarla karşılaştırabiliriz. Tuncer (2019: 43) ergenler üzerine yapmış olduğu çalışmada iyi oluş ve alt boyutlarına ait aritmetik ortalamalar, bizim çalışmamıza göre düşük aritmetik ortalamaya sahiptir. Uyanık (2019: 52) ortaöğretim öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada iyi oluş ve alt boyutlarına ait aritmetik ortalamalar, bizim çalışmamıza göre düşük aritmetik ortalamaya sahiptir. Koca (2019: 69) üstün yetenekli

ergenlerle yapmış olduğu çalışmada iyi oluş ve alt boyutlarına ait aritmetik ortalamalar, bizim çalışmamıza göre düşük aritmetik ortalamaya sahiptir.

5.1.2. İkinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

Cinsiyete göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda kadın ve erkek öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu durum ile ilgili çalışmalara ait analizlerin farklı sonuçlarının varlığı mevcuttur. Bazı çalışmalarda kadınların sosyal medya bağımlılığının olduğu ifade edilmektedir (İnce ve Koçak 2017: 747; Yayman, 2019: 64). Bazı çalışmalarda erkeklerin sosyal medya bağımlılığının olduğu ifade edilmiştir (Güleryüz, Esentaş, Yıldız ve Güzel, 2020: 40, Özdemir 2019: 102). Bazı çalışmalarda ise, bizim araştırma sonucumuza benzer şekilde kadınlara ve erkeklere ait sosyal medya bağımlılığı farklılık göstermemiştir (Akdemir-Altınsoy, 2021: 180, Cuma, 2020: 88, Çolak, 2020: 89, Göksu, 2019: 66, Koçak, 2021: 71).

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde örneklem olarak alınan ortaokul öğrencilerinin ilçede yaşamaları sonucunda iletişim kuracağı insanların yakınında olması etkili olduğu düşünülebilir. Bunun yanında ailelerin sosyal medyayı karşı tutumlarının da etkili olabileceği düşünülmektedir.

Yaşa göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 11 yaş ve altı, 12 yaş, 13 yaş ile 14 yaş ve üstü öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Baz (2018: 289) üniversite öğrencilerinin yaş aralıklarına bağlı olarak sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermediğini ifade etmiştir. Yayman (2019: 65) ortaokul öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada yaşa bağlı olarak sosyal medya bağımlılığı farklılık göstermemiştir. Çolak (2020: 89) ise yapmış olduğu çalışmada 17 yaşındaki öğrencilerin sosyal medya bağımlılığının diğer yaşlara göre farklılık gösterdiğini ifade etmiştir. Demir-Türkdoğan (2019: 87) çalışmasında sosyal medya bağımlılığının yaş değişkenine göre farklılık gösterdiğini ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin yaşına göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya

bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde ortaokul öğrencilerinin aileleri yanında ve onların gözetimi altında yaşamlarına devam etmeleri ve birey olarak kimlik oluşumlarını henüz başlamamasının etkili olabileceği düşünülmektedir.

Sınıf seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 5., 6., 7. ve 8.sınıf öğrenciler arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılık 5.sınıf ile 6.sınıf; 6.sınıf ve 7.sınıf ile 8.sınıfta okuyan ortaokul öğrencileri arasında ortaya çıkmıştır. 5.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi, 6.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinden daha yüksektir. 8.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi, 6.sınıfta ve 7.sınıfta okuyan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinden daha yüksektir. Deniz ve Gürültü (2018: 365) çalışmasında lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve alt ölçeklerinin sınıf seviyesine göre farklılaşmadığını ifade etmiştir. Durdu (2019: 93) ortaokul 7. ve 8.sınıf öğrencilerine yaptığı çalışmada sınıf seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının değişmediğini belirtmiştir. Doğrusever (2021: 31) çalışmasında sınıf seviyelerine göre sosyal medya bağımlılık puanlarının farklılaşmadığını belirtmiştir. Çiftçi (2018: 431) çalışmasında meslek yüksekokulu öğrencilerinin sınıf seviyesi yüksek olanların sosyal medya bağımlılık düzeylerini yüksek ve sosyal medya ile daha ilgili olduklarını ifade etmiştir.

Araştırma sonucumuza bakıldığında 5.sınıf öğrencilerinin 6.sınıf öğrencilerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyinin daha fazla olduğu görülmüştür. 8.sınıf öğrencilerinin 6.sınıf ve 7.sınıf öğrencilerine göre daha sosyal medya bağımlılık düzeyinin daha fazla olduğu görülmüştür. 2020 senesinin başında başlayan Covid-19 salgını sebebi ile Milli Eğitim Bakanlığı'nın dersleri uzaktan yapma kararını nedeniyle 5.sınıf ve 8.sınıf öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinin artmış olabileceği düşünülmektedir. 5.sınıf öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyinin yüksek olmasının sebebi uzaktan eğitim kararı sonucu eğitimin isteğe bağlı devam etmesi sonucunda öğrencilerin bu durumu tatil olarak değerlendirmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. 8.sınıfların sosyal medya bağımlılık düzeyinin yüksek olmasının sebebi ise lise sınavına girecek olan öğrencilerin ders eksiklerini kapatabilmeleri için youtube, whatsapp, vb... sosyal medya haberleşme platformlarını yoğun olarak hem öğretmen hem öğrencilerin kullandıkları bilinmektedir.

Başarı düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “100-80 ile 79 ve altı” başarısı olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Başarı

düzeyi 79 ve altı olanların sosyal medya bağımlılık düzeyi, 100-80 arasında başarı düzeyine sahip olanlara göre yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Çolak (2020: 89) çalışmasında akademik başarı durumunun sosyal medya bağımlılığını etkilemediğini ifade etmiştir. Al-Meyanes (2015: 86-94) çalışmasında akademik başarının düşmesine neden olarak sosyal medya bağımlılığının artmasını göstermektedir. Leung ve Lee (2012: 403-418) araştırmasında sosyal medya üzerinde kullanım zamanının fazlalığının akademik başarıyı düşürdüğünü ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, sosyal medyanın öğrencilerin başarılarını etkilediği ifade edilebilir. Başarı düzeyi yüksek öğrencilerin sosyal medya ile daha az ilgilendikleri, başarı düzeyi düşük öğrencilerin sosyal medya ile daha çok ilgilendikleri ifade edilebilir. Dolayısıyla literatüre benzer şekilde sosyal medya bağımlılığının öğrencilerin başarı düzeyini etkilediğini ifade edebiliriz.

Kardeş sayısına göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “2 ile 3 ve üstü” kardeşe sahip öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Araştırma sonucumuz literatürdeki çalışmaların sonuçlarına benzer şekilde ortaya çıkmıştır (Atlı, Buğa, Mammadli, ve Yıldırım Atlı, 2021: 72, Cavga, 2019: 132, Cuma, 2020: 96).

Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısına göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tamamında en az iki kardeşin varlığı ve kardeşler arasındaki sosyal ilişkiler aracılığıyla sağlayabileceği düşünülebilir.

Anne eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “okuma yazması yok, ilkökul-ortaöğretim, lise ve üniversite” eğitime sahip annesi olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Durdu (2019: 77) ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerine yaptığı çalışmada annenin almış olduğu eğitimin sosyal medya bağımlılığını etkilemediğini belirtmiştir. Teyfur, Akpunar, Safalı ve Ercengiz (2017: 634) öğretmen adayları ile yapmış olduğu çalışmasında anne eğitimi seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin eğitim seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, eğitim düzeyi fark etmeksizin

bütün annelerin sosyal medya bağımlılığı konusunda benzer bilinç düzeyinde olduğu ve sosyal-duygusal açıdan çocuklarına gereken ilgiyi gösterdikleri düşünülebilir.

Baba eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “ilkokul-ortaöğretim, lise ve üniversite” eğitime sahip babası olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Coşar ve Gedik (2019: 58) öğretmen adayları üzerinde yapmış oldukları araştırmalarında baba eğitim düzeyinin yüksek lisans olanlarının ön lisans mezunlarına göre sosyal medya bağımlılığının farklılık oluşturduğunu ifade etmiştir. Çolak (2020: 89) ise çalışmasında baba eğitim seviyesinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde farklılık oluşturmadığını belirtmiştir. Teyfur, Akpunar, Safalı ve Ercengiz (2017: 639) öğretmen adayları ile yapmış olduğu çalışmasında baba eğitimi seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, eğitim düzeyi fark etmeksizin bütün babaların sosyal medya bağımlılığı konusunda benzer bilinç seviyesinde olduğu ve çocukları ile ilgilenen bir baba yapısı oluşturdukları düşünülebilir.

Anne çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Ataman-Bor ve Bağcı-Taylan (2021: 222) Covid-19 salgını sürecinde yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin annesi çalışan ile çalışmayan arasında sosyal medya bağımlılıkları arasında fark olmadığını ifade etmiştir. Altıntaş ve Öztapak (2016: 118) ise çalışmasında ortaokul öğrencilerinin problemlili internet kullanımının annesi çalışan ya da çalışmaya göre değişiklik göstermediğini ifade etmiştir. Öner (2015: 108) annesi çalışan ergenlerin internet bağımlılığının çalışmayanlara göre farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Doğan (2013: 79) yapmış olduğu çalışmada annesi çalışan ergenlerin annesi çalışmayanlara göre internet bağımlılığı yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin çalışma durumuna göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, çalışan veya çalışmayan annelerin

benzer bilinçte olduğu ve çocuklarının gelişimi gerekli olan sosyal-duygusal ihtiyaçları dikkate aldıkları şeklinde yorumlanabilir.

Baba çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Ataman-Bor ve Bağcı-Taylan (2021: 222) Covid-19 salgını sürecinde yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin babası çalışan ile çalışmayan arasında sosyal medya bağımlılıkları arasında fark olmadığını ifade etmiştir. Doğan (2013: 79) yapmış olduğu çalışmada babası çalışan ergenlerin babası çalışmayanlara göre internet bağımlılığı arasında farklılık olmadığını ifade edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının çalışma durumuna göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, çalışan veya çalışmayan bütün babaların aile yaşamına önem vererek, iş ve aile yaşamını ayrı tutukları ve bunun sonucunda da çocuklarına karşı ilgili oldukları şeklinde yorumlanmaktadır.

Anne-baba birlikteliğine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “birlikte, ayrı ve diğer” cevabını veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Koçak (2021: 72) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada anne ile babası ayrılmış öğrencilerin sosyal medya bağımlılığının anne ile babası birlikte olanlara göre daha fazla olduğunu belirtmiştir. Cavga (2019: 132) lise öğrencilerinin üzerinde yapmış olduğu çalışmada anne-babası birlikte veya ayrı olan öğrenciler arasında sosyal medya kullanım bozukluğunun farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne-babalarının birlikteliğine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, anne-babası ayrı ya da diğer cevabını veren çocukların, birlikte cevabını veren çocuklar kadar sosyal-duygusal gelişime ait yeterliklerini karşıladığı düşünülebilir. Bunun yanında araştırmanın yapılmış olduğu Tavşanlı ilçesindeki akrabalık ve sosyal ilişkilerin sürdürülebilir olması ile alaklı olduğu düşünülebilir.

Aylık gelir düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “1.500-3.000, 3.001-5.000, 5.001-10.000 ile 10.001 ve üstü” aylık gelire sahip olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Çolak (2020: 89) çalışmasında

algılanan ekonomik duruma göre farklılık olmadığını ifade etmiştir. Durdu (2019: 77) ortaokul 7. ve 8.sınıf öğrencilerine yaptığı çalışmada gelir durumuna göre sosyal medya bağımlılığının değişmediğini belirtmiştir. Teyfur, Akpunar, Safalı ve Ercengiz (2017: 633) öğretmen adayları ile yapmış olduğu çalışmasında ailenin gelir durumu seviyesine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir düzeyine göre sosyal medya bağımlılığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya bağımlılığının oldukça düşük olması çerçevesinde, ailenin gelir düzeyinin teknoloji, internet vb. imkânlarla ulaşmasında benzerlik göstermesinden kaynaklandığı şeklinde yorumlanmaktadır.

Spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “her zaman, bazen ve katılmam” cevabını veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılık spor ve kültürel faaliyetler her zaman katılım sağlayan ortaokul öğrencileri ile bazen katılım sağlayan ortaokul öğrencileri arasında ortaya çıkmıştır. Spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyi, bazen katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyinden daha düşüktür. Can, Hazar, ve Kurt (2021: 30) yapmış olduğu çalışmada düzenli spor yapanların sosyal medya bağımlılık düzeyinin düzenli olarak spor yapanların, yapmayanlara göre daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Kılıçman (2020: 89) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada spor yapanların sosyal medya bağımlılık düzeyinin, yapmayanlara göre farklılık gösterdiğini ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna bakıldığında spor ve kültürel etkinliklere katılıma her zaman ile bazen cevabı verenler arasında farklılık olduğu görülmüştür. Her zaman spor ve kültürel etkinliklere katılım sağlayan öğrenciler, bazen sağlayanlara göre sosyal medya bağımlılık düzeyi daha düşüktür. Öğrencilerin dışarıda spor ve kültürel etkinliklere katılım sağlamasının boş zamanlarını verimli kullanması, yüz yüze sosyal ilişki kurabileceği bir çevre oluşturması, kullandığı zaman dili ve kurduğu arkadaşlıklardan zevk aldığı şeklinde yorumlanabilir.

5.1.3. Üçüncü Amaca Yönelik Sonuçlar: Yalnızlığın Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

Cinsiyete göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda kadın ve erkek öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu durum ile ilgili

çalışmalara ait analizlerin farklı sonuçlarının varlığı mevcuttur. Bazı çalışmalarda kadınların yalnızlığının olduğu ifade edilmektedir (Rokach, 2001: 3-17, Seginer ve Lilach, 2004: 625-643, Taymaz, 2019: 73). Bazı çalışmalarda erkeklerin yalnızlığının olduğu ifade edilmiştir (Cramer ve Neyedley, 1998: 650, Demir, 1990: 55, Sarıçam, 2011: 64). Bazı çalışmalarda ise, bizim araştırma sonucumuza benzer şekilde kadınlara ve erkeklere ait yalnızlık farklılık göstermemiştir (Buluş, 1997: 88, Pamuk, Atlı ve Kış, 2015: 1406, Pür, 2020: 90).

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetine göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve yalnızlığın genel olarak düşük olması çerçevesinde örneklem olarak alınan ortaokul öğrencilerinin ilçede yaşamaları sonucunda benzer kültürel yapıya sahip olmalarının etkili olacağı düşünülebilir. Bunun yanında Kızılgeçit (2015: 138) cinsiyetin yalnızlığı dolaylı etkilediğini belirtmiştir.

Yaşa göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 11 yaş ve altı, 12 yaş, 13 yaş ile 14 yaş ve üstü öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Quay (2002: 97-110) okulöncesi dönemde olan çocukların yalnızlığın yaşa bağlı olarak arttığını ifade etmiştir. Rokach (2001: 3-17) çalışmasında yalnızlığın yaşa bağlı olarak arttığını belirtmiştir. Kozaklı (2006: 77) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin yaş büyüdükçe azaldığını ifade etmiştir. Le Roux, ve Connors (2001: 46-52) üniversite öğrencilerinin yalnızlığının yaşa göre farklılık göstermediğini belirtmiştir. Yılmaz ve Karaca (2008: 71-79) üniversite öğrencilerinin yalnızlığının yaşa göre farklılık göstermediğini ifade etmişlerdir. Benzer bir sonuç ise Pür (2020: 91) ve Taymaz (2019: 73) ait çalışmalarda karşımıza çıkmaktadır.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin yaşına göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığın düşük olması çerçevesinde ortaokul öğrencilerinin aileleri yanında olmasına bağlı olarak farklı ve geniş sosyal çevrelere katılma durumunun olmaması şeklinde düşünülmektedir.

Sınıf seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 5., 6., 7. ve 8.sınıfta okuyan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Buluş (1997: 87) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, birinci sınıf öğrencilerde yalnızlığın yüksek olduğunu ifade etmiştir. Sarıçam (2011: 80) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin sınıf düzeyi azaldıkça arttığını, sınıf düzeyi

yükseldikçe azaldığını ifade etmiştir. Kozaklı (2006: 80) üniversite öğrencileri arasında yalnızlık düzeyinin öğrencinin öğrenim gördüğü sınıf seviyesine göre farklılık göstermemiştir. Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz (2009: 23), Yılmaz ve Karaca (2008: 71-79) ve Yüksel (2019: 107) da çalışmalarında benzer bir şekilde sınıf seviyesine göre yalnızlığın değişiklik göstermediğini ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf seviyesine göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığın düşük olması çerçevesinde ortaokul öğrencilerinin diğer bireylerle sosyal ilişki kurma yeterlilik sahibi oldukları düşünülmektedir.

Başarı düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “100-80 ile 79 ve altı” başarısı olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Başarı düzeyi 79 ve altı olanların yalnızlık düzeyi, 100-80 arasında başarı düzeyine sahip olanlara göre yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Körler (2012: 71) ilköğretim ikinci kademedeki okuyan öğrenciler üzerinde yapmış olduğu çalışmada akademik başarı artmasına paralel olarak yalnızlık düzeyinin düştüğünü ifade etmiştir. Yüksel ve Demirkıran (2019: 20) hemşirelik öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada akademik yönden başarılı öğrencilerin orta ve kötü durumdaki öğrencilere göre daha az yalnızlık yaşadığını ifade etmiştir. Cheng ve Furnham (2002: 327-339) ise okuldaki başarı düzeyinin artmasıyla yalnızlığın azaldığını ifade etmektedir. Duyan ve arkadaşları (2008: 39) lise öğrencileriyle yapmış oldukları çalışmada yalnızlık seviyesi yüksek çıkan öğrencilerin çok düşük ve çok yüksek nota sahip olanlar olduğunu ifade etmiştir.

Araştırma sonucumuz literatürle benzerlik taşımaktadır. Bu sonuca göre, öğrencilerin başarısının yalnızlığı etkilediği ifade edilebilir. Başarı düzeyi yüksek öğrencilerin daha az yalnızlaştığı, başarı düzeyi düşük öğrencilerin daha çok yalnızlaştığı ifade edilebilir. Bunun nedeni olarak yüksek not olan öğrencilerin derslerine çalışmasına bağlı olarak sınıfta bulunan diğer arkadaşları, dersine giren öğretmenler tarafından takdir edilmesi ve popülerleştirilmesi olarak düşünülmektedir.

Kardeş sayısına göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “2 ile 3 ve üstü” kardeşe sahip öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Yüksel (2019: 111), Demir (1990) ve Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz (2009: 23) üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmalarda kardeş sayısının yalnızlığı etkilemediğini ifade etmişlerdir. Körler (2011: 82) ilköğretim ikinci kademedeki yapmış olduğu

çalışmada öğrencilerin kardeş sayısı artmasıyla birlikte yalnızlaştığını ifade etmiştir. Duyan ve arkadaşları (2008: 39) lise öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada yalnızlığı arttıran nedenler arasında aile içinde kardeş sayısının artmasının olduğunu ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısına göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığın düşük olması çerçevesinde, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tamamında en az iki kardeşin varlığı ve kardeşler arasındaki sosyal ilişkiler aracılığıyla sağlayabileceği düşünülebilir.

Anne eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “okuma yazması yok, ilköğretim, lise ve üniversite” eğitime sahip annesi olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılık anne eğitim seviyesi ilköğretim-ortaokul ile üniversite arasında çıkmıştır. Buna göre annenin eğitim düzeyinin yükselmesi yalnızlığı azaltmaktadır. Sarıçam (2011: 70) üniversite öğrencileri üzerindeki araştırmasında annenin eğitim seviyesinin artmasının yalnızlığı azaltmakta, annenin eğitim seviyesinin azalmasının yalnızlığı arttırmakta olduğunu ifade etmiştir. Duyan ve arkadaşları (2008: 36) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada yalnızlığın annesi; okur-yazar olmayan öğrencilerde yüksek seviyede, üniversite mezuniyeti olan öğrencilerde düşük seviyede olduğu ifade edilmiştir. Körler (2011: 75) ilköğretim ikinci kademedeki öğrencilerle yapmış olduğu çalışmada anne eğitim düzeyinin artmasının yalnızlığı azalttığını ifade etmiştir.

Araştırma sonucumuz alandaki çalışmalara ait sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Bu sonuca göre, öğrencilerin annelerinin eğitim seviyesinin yalnızlığı etkilediği ifade edilebilir. Annenin eğitim seviyesi ne kadar yüksekse öğrencilerin daha az yalnızlaştığı, annenin eğitim seviyesi ne kadar düşükse öğrencilerin daha çok yalnızlaştığı ifade edilebilir. Bunun nedeni olarak psikososyal gelişim kuramcısı Erikson’un bebekliğin ilk yıllarındaki güven ile başlayan arkasından gelen gelişim süreçlerinin annenin çocuğa katkı sağlamasıyla ilgilidir (Plotnik, 2009: 393). Annenin eğitim seviyesinin yüksek olması çocuğun gelişim sürecini olumlu yönde etkileyerek, bilinçli bir çocuk yetiştirme ve çocuğun sosyal çevresindeki ilişkilerin bu temele bağlı devamlılık sağladığı düşünülmektedir.

Baba eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “ilköğretim, lise ve üniversite” eğitime sahip babası olan öğrenciler

arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Sariçam (2011: 76) ve Duyan ve arkadaşları (2008: 36) baba eğitim seviyesinin yüksek olmasına bağlı olarak yalnızlığın düştüğünü ifade etmiştir. Kozaklı (2006: 106) ve Yılmaz ve Karaca (2008: 78) baba eğitim durumunun yalnızlık üzerinde farklılık oluşturmadığını ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim seviyesine göre yalnızlığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığın oldukça düşük olması çerçevesinde, eğitim düzeyi fark etmeksizin bütün babaların çocukları ile kurmuş oldukları iletişimin ve çocuk yetiştirme tarzının benzerlik gösterebilir.

Anne çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Şahin (2019: 49) 60-72 aylık çocuklarla yapmış olduğu çalışmada annenin çalışma durumuna göre yalnızlık duygusunun farklılık göstermediğini ifade etmiştir. Kaçan-Softa ve arkadaşları (2015: 240) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada annenin mesleğinin yalnızlığa etkisinin olmadığını ifade etmiştir. Köse (2009: 52) lise öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada annenin çalışmasının yalnızlığa etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin çalışma durumuna göre yalnızlığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığının oldukça düşük olması çerçevesinde, çalışan veya çalışmayan annelerin benzer bilinç düzeyine sahip olan ve çocuklarının sosyal ilişki, iletişim ihtiyaçlarının farkında olan bireyler şeklinde yorumlanabilir. Bunun yanında çalışan annelerin çocuklarıyla kısıtlı olan zamanlarını daha nitelikli ve kaliteli geçirmeleri yalnızlık düzeyinde çalışmayan annelerle farklılık oluşmamasına neden olabileceği yorumu yapılabilir.

Baba çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Körler (2011: 79) ilköğretim ikinci kademedeki öğrencilerle yapmış olduğu çalışmada babası çalışan öğrencilerin yalnızlık düzeyi fazla olduğu görülmüştür. Köse (2009: 54) lise öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada babası çalışan öğrencilerin yalnızlık düzeyi düşük bulunmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının çalışma durumuna göre yalnızlığının farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde sosyal medya yalnızlığının oldukça düşük olması çerçevesinde, çalışan veya çalışmayan bütün babaların aile hayatını iş

hayatından ayrı tutarak, çocuklarıyla ilgilendikleri düşünülmektedir. Bunun yanında çalışan babaların çocuklarıyla kısıtlı olan zamanlarını daha nitelikli ve kaliteli geçirmeleri yalnızlık düzeyinde çalışmayan babalarla farklılık oluşmamasına neden olabileceği yorumu yapılabilir.

Anne-baba birlikteliğine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “birlikte, ayrı ve diğer” cevabını veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Körler (2011: 85) ilköğretim ikinci kademedeki öğrencilerle yapmış olduğu çalışmada anne-babanın birlikteliğinin yalnızlık düzeyini etki etmediğini ifade etmiştir. Köse (2009: 40) lise öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada anne-babası birlikte olan öğrencilerin, anne-babası ayrı olan öğrencilere göre yalnızlık düzeyi düşük bulunmuştur. Garnefski ve Diekstra (1997: 201-208) ergenlerle yapmış olduğu çalışmada, ailesi birlikte olan ergenlerin, tek ya da üvey ebeveyne sahip ergenlere göre yalnızlık düzeyi düşük olarak ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne-babalarının birlikteliğine göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığın oldukça düşük olması çerçevesinde, anne-babası birlikte, ayrı ya da diğer cevabını veren ortaokul öğrencilerinin ailelerindeki sosyal ilişkilerin iyi düzeyde olması ile alakalı olduğu düşünülmektedir. Ebeveynler ayrı olsalar bile çocuklarına aralarındaki sosyal ilişki kopukluğu göstermedikleri söylenebilir. Bunun yanında araştırmanın yapılmış olduğu Tavşanlı ilçesindeki akrabalık ve sosyal ilişkilerin sürdürülebilir olması ile alakalı olduğu düşünülebilir.

Aylık gelir düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “1.500-3.000, 3.001-5.000, 5.001-10.000 ile 10.001 ve üstü” aylık gelire sahip olan öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Yılmaz ve Altınok (2009: 462) okul yöneticilerinin gelir düzeyinin farklılığının yalnızlık düzeyini etkilemediğini ifade etmiştir. Certel, Yakut, Yakut, ve Gülsün (2016: 3078) ortaokul öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada gelir düzeyine göre yalnızlığın farklılık göstermediğini ifade etmiştir. Sarıçam (2011: 90) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada, aile gelir düzeyinin artması sonucunda yalnızlık düzeyinin azaldığını ifade etmiştir. Pür (2020: 93) yapmış olduğu çalışmada ise yalnızlık düzeyinin gelir seviyesi düşük olanlarda yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir düzeyine göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığının oldukça düşük olması çerçevesinde, her türden gelir düzeyine sahip olan ailelerin çevredeki sosyal şartlara ulaşmada benzerlik göstermesiyle alakalı olduğu düşünülmektedir.

Spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “her zaman, bazen ve katılmam” cevabını veren öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Şar, Koç ve Soyer (2018: 452-453) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada, spor yapan öğrenciler ile yapmayan öğrencilerin yalnızlığının değişmediğini belirtmişlerdir. Uçar (2018: 32) çalışmasında rekreasyon faaliyetlerine katılan bireyler ile katılmayan bireyler arasında yalnızlık düzeyinin farklılık göstermediğini ifade etmiştir. Serdar, Harmandar-Demirel, ve Demirel, (2018: 1406) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada spor yapan öğrencilerin, spor yapmayan öğrencilere göre yalnızlık düzeyinin düşük olduğunu ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre yalnızlığın farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde yalnızlığının oldukça düşük olması çerçevesinde, katılırim, bazen ve katılmam cevabını veren öğrencilerin çevreleriyle olan iletişim kurma becerilerinin benzer düzeyde olduğu düşünülmektedir.

5.1.4. Dördüncü Amaca Yönelik Sonuçlar: İyi Oluş ve Alt Ölçeklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İstatistik Bulguları

Cinsiyete göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda kadın ve erkek öğrenciler arasında iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık ve ilişkililik ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) erkeklerin lehine anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Buradan erkeklerin iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş düzeylerinin kadınlara göre yüksek olduğu bulunmuştur.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar cinsiyet değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Erkek öğrencilerin iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yazar (2019: 96) ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş, Tuncer (2019: 63) iyi oluş, Uyanık (2019: 108) iyimserlik, Koca (2019: 82) ilişkililik, Aslan (2019: 49) iyi oluş seviyeleri kadınlara göre yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Kadın

öğrencilerin iyi oluş ve alt ölçeklerine göre Uyanık (2019: 108) ilişkililik seviyesinin erkeklere göre yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Cinsiyete göre farklılığın oluşmadığı iyi oluş ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yarar (2019: 96) bağlılık, kararlılık, iyimserlik, Uyanık (2019: 108) bağlılık, kararlılık, mutluluk ve iyi oluş, Koca (2019: 82) bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş, Bildik (2019: 46) iyi oluş, Gök (2019: 55) öznel iyi oluş, Erdem (2019: 128) iyi oluş ve alt ölçeklerinin şeklinde belirtilmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağlılığın, kararlılığın ve ilişkililiğin farklılık göstermemesi ve bağlılığın, kararlılığın ve ilişkililiğin genel olarak yüksek olması çerçevesinde örneklem olarak alınan ortaokul öğrencilerinin benzer kültür ve aile yapısı ile alakalı olduğu düşünülmektedir. İyimserliğin, mutluluğun ve iyi oluşun kadınların erkeklere göre düşük olmasının sebebi olarak kadın öğrencilerin daha duyarlı ve duygusal yapıya sahip olmaları sonucunda en küçük olaydan etkilendikleri ve bu etkilenmeyi uzun süre devam ettirmelerine bağlı olduğu düşünülmektedir.

Yaşa göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 11 yaş ve altı, 12 yaş, 13 yaş ile 14 yaş ve üstü öğrenciler arasında iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde yaşı küçük olanların iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluşlarının yüksek olduğu sonucu çıkarılabilir.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar yaş değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Yaş göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Erdem (2019: 133) yapmış olduğu çalışmada yaşın artmasıyla birlikte iyi oluş ve iyi oluşa bağlı olan alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik ve mutluluk düzeylerinin yaşın artmasına bağlı olarak azaldığını ifade etmiştir. Uyanık (2019: 110) çalışmasında yaşa göre bağlılık, ilişkililik ve iyi oluş düzeyinin değişmediğini; iyimserlik, kararlılık ve mutluluk düzeylerinin ise yaşı küçük olanlarda yüksek olduğunu ifade etmiştir. Koca (2019: 83) çalışmasında iyi oluşun alt ölçeklerini kullanmadan toplam iyi oluş ölçeği ile yapmış olduğu analizde yaşın artmasına bağlı olarak iyi oluş düzeyinin azaldığını ifade etmiştir. Aslan (2019: 50) çalışmasında ise

öznel iyi oluş düzeyinin yaşı büyük olanın öznel iyi oluşunun yüksek olduğunu ifade etmiştir. Bildik (2019: 47) ise çalışmasında iyi oluş düzeylerinin yaşa göre farklılık oluşturmadığını tablosunda göstermiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin yaşına göre hayata bağlılık ve kararlılık farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde hayata bağlılık ve kararlılığın yüksek olması çerçevesinde ortaokul öğrencilerinin ailelerinin ve öğretmenlerinin çizmiş olduğu sınırlar çerçevesinde hareket ederek, kişilik olarak henüz ayrılmamalarından kaynaklı oldukları düşünülmektedir. 11 yaş ve altındaki öğrencilerin iyimserlik, mutluluk ve iyi oluş düzeylerinin yüksek olması bu yaş çocukların ergenlik dönemine bağlı olarak Erikson'un ifade ettiği kimlik arayışına başlamamasıyla ve cinsiyet hormonlarının salınımının henüz başlamaması ile ilişkili olabilir (Plotnik, 2009). 13 ve üstü yaşındaki ortaokul öğrencilerinin liseye geçiş sınavı dolayısıyla yoğun kaygı hallerinin iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş seviyelerinin düşmesini sağladığı yönünde yorumlanabilir.

Sınıf seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda 5., 6., 7. ve 8.sınıfta okuyan öğrenciler arasında iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde sınıf seviyesi düşük olanların bağlılık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluşlarının yüksek olduğu sonucu çıkarılabilir.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar sınıf seviyesi değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Sınıf seviyesine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yazar (2019: 97) çalışmasında iyi oluş ve alt ölçeklerinin sınıf düzeyine göre farklılık göstermediğini ifade etmiştir. Uyanık (2019: 110) çalışmasında sınıf düzeyi açısından iyi oluş ve alt ölçekleri bağlılık, kararlılık, ilişkililik, mutluluk düzeyinin değişmediği; iyimserliğin düzeyinin 9.sınıfların 10 sınıflara göre yüksek olduğunu ifade etmiştir. Aslan (2019: 51) çalışmasında öznel iyi oluş puanının 9.sınıfların 8.sınıfta okuyan öğrencilere göre yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf seviyesine göre iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın sınıf seviyesinin

artmasına bağlı olarak iyi oluş ve alt ölçeklerine ait düzeylerin düştüğü görülmüştür. Bu durumun nedenini olarak sınıf seviyesi artmasına bağlı olarak ders yoğunluğu ve liseye geçişte yapılan sınav ile ilgili kaygı duymasđ ile alakalı olduğu dşnlmektedir.

Başarı düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “100-80 ile 79 ve altđ” başarısı olan öğrenciler arasında iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık ölçeğinde anlamlđ farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluş (toplam ölçek) anlamlđ farklılık olduğu bulunmuştur. Bu farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde başarı düzeyi 100-80 olanların kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluşlarının yüksek olduğu sonucu çıkarılabilir.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar başarı düzeyi değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Başarı düzeyine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yazar (2019: 99) alışmasında iyi oluş ve alt leklerinin algılanan başarı düzeyi arttıca artmakta olduğunu ifade etmiştir. Tuncer (2019: 64) alışmasında iyi oluş düzeyinin öğrencinin algılamış olduğu başarı düzeyinin artmasına bağlı olarak arttığını ifade etmiştir. Uyanık (2019: 115) alışmasında öğrencilerin algıladıkları başarı düzeyinin yüksek olması iyi oluş ve alt leklerinin düzeylerinin yüksek olmasını sağladığını ifade etmektedir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin başarı düzeyine göre iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık ölçeğinde anlamlđ farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk, ve iyi oluş (toplam ölçek) anlamlđ farklılık olduğu bulunmuştur. Bağlılığın başarı düzeyine göre öğrencilerde farklılık göstermemesinin nedeni olarak sosyal ilişkilerin kaynaklandığı düşülmektedir. Bunun yanında kararlılık, iyimserlik, ilişkililik, mutluluk ve iyi oluşun başarı düzeyi ile artmasında bağlı olarak öğrencilerin başarmaktan aldığı hazdan kaynaklandığı dşnlmektedir. Başarılı ğrenciler kararlı ve özgüveni yerinde olup, çevresindeki olaylara karşı iyimser bakabilen, sosyal ilişkilerine önem vererek kendini mutluluğu sağlayan bireyler olarak ifade edilebilir.

Kardeş sayısına göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “2 ile 3 ve üstü” kardeşe sahip öğrenciler arasında iyi oluşa ve alt ölçeklerinde anlamlđ farklılık bulunamamıştır.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar kardeş sayısı değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Kardeş sayısına göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Gök (2019: 60) çalışmasında öznel iyi oluşun kardeş sayısına göre değişiklik göstermediğini ifade etmiştir. Uyanık (2019: 112) çalışmasında iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk düzeylerinin kardeş sayısına göre değişmediğini; ilişkililik düzeyinin ise tek çocukların 4 ve üstü kardeşe sahip olanlara göre yüksek olduğu görülmüştür. Koca (2019: 83), Aslan (2019: 53) ve Bildik (2019: 50) çalışmalarında iyi oluş düzeyinin kardeş sayısına göre değişmediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayısına göre iyi oluş ve alt ölçeklerinin farklılık göstermemesi ve öğrencilerin genelinde iyi oluş ve alt ölçeklerinin yüksek olması çerçevesinde, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tamamında en az iki kardeşin varlığı ve kardeşler arasındaki sosyal ilişkiler aracılığıyla sağlandığı düşünülebilir.

Anne eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “okuma yazması yok, ilkokul-ortaöğretim, lise ve üniversite” eğitimine sahip annesi olan öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ölçeklerine ait anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında ilişkililik ölçeğinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. İlişkililiğe ait farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde anne eğitim seviyesi ilkokul-ortaokul olan öğrencilerin ilişkililik düzeyi düşük olduğu sonucu çıkarılabilir.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar anne eğitim seviyesi değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Anne eğitim seviyesine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yarar (2019: 101) çalışmasında iyi oluş ve alt ölçeklerinin annenin öğrenim durumuna göre değişiklik göstermediği bulunmuştur. Gök (2019: 59) çalışmasında öznel iyi oluşun anne eğitim düzeyine göre değişiklik göstermediği bulunmuştur. Uyanık (2019: 121) çalışmasında anne eğitim seviyesine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağlılık, kararlılık ve iyimserlik ve mutluluk ölçeklerinin değişmediği; ilişkililiğin ise ortaokul, lise ve üniversiteye giden annelerin çocukları ile okula gitmeyen annelerin çocukları arasında farklılık gösterdiği bulunmuştur. Koca (2019: 83) iyi oluş düzeyinin anne eğitim seviyesine göre öğrencilerde farklılık göstermediğini belirtmiştir. Bildik (2019: 48) iyi oluş düzeyinin

anne eğitim seviyesine göre ortaokul, lise ve üniversiteye giden anneye sahip olanlar, ilkokula giden anneye sahip olanlara göre yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim seviyesine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağıllık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında ilişkililik anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Alandaki çalışmalardan da hareket ederek iyi oluş ve alt ölçeklerinin anne eğitim seviyesinden bağımsız bir kavramlar olduğu ve bu eğitim seviyesinin yüksek ya da düşük olmasının bu kavramları etkilemediği düşünülmektedir.

Baba eğitim seviyesine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “ilkokul-ortaöğretim, lise ve üniversite” eğitime sahip babası olan öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunamamıştır.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar baba eğitim seviyesi değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Baba eğitim seviyesine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yazar (2019: 100) çalışmasında iyi oluş ve alt boyutlarının öğrencilerin baba eğitim seviyesine göre değişiklik göstermemektedir. Gök (2019: 59) çalışmasında baba eğitim seviyesi ortaokul olan öğrencilerin, ön lisans ve lisans olanlara göre öznel iyi oluşu yüksek çıkmıştır. Uyanık (2019: 121) çalışmasında baba eğitim seviyesine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağıllık, kararlılık ve iyimserlik ve mutluluk ölçeklerinin değişmediği; ilişkililiğin ise liseye giden babaların çocukları ile ilkokula giden babaların çocukları arasında farklılık gösterdiği bulunmuştur. Koca (2019: 83) ve Bildik (2019: 49) çalışmalarında iyi oluş düzeyinin baba eğitim seviyesine göre öğrencilerde farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin baba eğitim seviyesine göre iyi oluş ve alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Alandaki çalışmalardan da hareket ederek iyi oluş ve alt ölçeklerinin baba eğitim seviyesinden bağımsız bir kavramlar olduğu ve bu eğitim seviyesinin yüksek ya da düşük olmasının bu kavramları etkilemediği düşünülmektedir.

Anne çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağıllık, kararlılık, iyimserlik, ilişkililik ölçeklerine ait anlamlı farklılık

bulunamamıştır. Bunun yanında mutluluk ölçeğinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Mutluluğa ait farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde anne çalışma durumuna hayır diyen öğrenciler, evet diyen öğrencilere göre daha mutludur.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar anne çalışma durumu değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Anne çalışma durumuna göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yarar (2019: 102) iyi oluş ve alt boyutlarının annenin çalışma durumuna göre değişim göstermediğini belirtmiştir. Alan incelendiğinde bunun dışında anne çalışma durumu değişken olarak ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Anne çalışma durumunu gelir durumu ile ele alan çalışmalar ön plana çıkarılmaktadır. Annenin çalışma haline gelir açısından bakmak değişkenin durumunu eksik kavratmakta olduğu düşünülmektedir. Anne çalışma hali gelir yanında boş zaman, eğitim, ilgi, duygusallık vb... durumlarını da içinde dolaylı olarak barındırdığı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin çalışma durumuna göre iyi oluş ve alt ölçeklerin bağıllık, kararlılık, iyimserlik ve ilişkililik düzeylerinde değişim görülmezken; mutluluk düzeyi annesi çalışmayan öğrencilerin, annesi çalışan öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu durumun oluşmasında annesi çalışmayan öğrencilerin annelerinden daha çok ilgi görmeleri ve ihtiyaçlarının anneleri tarafından giderilmesiyle ilgili olduğu düşünülmektedir.

Baba çalışma durumuna göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “evet ve hayır” cevabı veren öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağıllık, iyimserlik, ilişkililik ve mutluluk ölçeklerine ait anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında Kararlılık ölçeğinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Kararlılık ait farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde baba çalışma durumuna hayır diyen öğrenciler, evet diyen öğrencilere göre daha karardır.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar baba çalışma durumu değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Baba çalışma durumuna göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yarar (2019: 102) iyi oluş ve alt boyutlarının bağıllık dışında kalanların hepsi babanın çalışma durumuna göre değişim göstermediğini belirtmiştir. Bağıllık düzeyindeki farklılığın babası çalışan

öğrencilerin çalışmayan öğrencilere göre yüksek olduğunu belirtmiştir. Alan incelendiğinde bunun dışında baba çalışma durumu değişken olarak ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Baba çalışma durumunu gelir durumu ile ele alan çalışmalar ön plana çıkarılmaktadır. Babanın çalışma haline gelir açısından bakmak değişkenin durumunu eksik kavratmakta olduğu düşünülmektedir. Babanın çalışma hali gelir yanında boş zaman, eğitim, ilgi, otorite vb... durumlarını da içinde dolaylı olarak barındırdığı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının çalışma durumuna göre iyi oluş ve alt ölçeklerin bağlılık, kararlılık, iyimserlik ve ilişkililik düzeylerinde değişim görülmezken; kararlılık düzeyi babası çalışmayan öğrencilerin, babası çalışan öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu durumun oluşmasında babası çalışmayan öğrencilerin hem aile hem de okul hayatlarında karşılaşmış olduğu zorluklara karşında pes etmeden çabalamalarının bir sonucu olduğu düşünülmektedir.

Anne-baba birlikteliğine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “birlikte, ayrı ve diğer” cevabını veren öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerden bağlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk ölçeklerine ait anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bunun yanında ilişkililik ölçeğinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. İlişkililiğe ait farklılığın tabloların altındaki istatistik sonuçları incelendiğinde anne-baba birlikteliğine birlikte ve diğer cevabını veren öğrencilerin ilişkililik düzeyi, ayrı cevabını verenlere göre anlamlı farklılık bulunmuştur.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar anne-baba birlikteliği değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Anne-baba birlikteliğine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Yarar (2019: 104) iyi oluş ve alt ölçeklerinden kararlılık, iyimserlik ve mutluluk düzeyinin anne-babası birlikte olanlarda yüksek olduğunu; bağlılık ve ilişkililik düzeylerinin ise değişiklik göstermediğini belirtmiştir. Tuncer (2019: 65) çalışmasında iyi oluş düzeylerinin anne-babanın birlikteliğine göre değişiklik göstermediğini ifade etmiştir. Uyanık (2019: 118) çalışmasında iyi oluş düzeyindeki farklılık gruplar arasında bulunamazken, alt ölçeklerinden mutluluk düzeyinde farklılık anne-babası birlikte diye cevaplayanların boşandı ve diğer diye cevaplayanlara göre yüksek bulunmuştur. Uyanık (2019: 118) çalışmasında iyi oluşa ait diğer alt ölçeklerle ilgili bir farklılık bulamadığını ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin anne-baba birlikteliğine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinden bağlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun yanında ilişkililik anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. İlişkililik düzeyindeki anne-babası birlikte ve diğer cevabını verenlerin ayrı cevabını verenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Normalde anne-babanın birlikte bir aile olarak yaşaması ve çocuklarını böyle bir ortamda yetiştirmesinin çocuğun gelişimini etkilediği bilinmektedir. Bu durumun oluşmasında anne-babanın birliktelik durumunun ayrı ve diğer cevabını verenlerin az sayıda öğrenci kitlesinden oluşmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bunun yanında anne-babasının ayrı olmasının durumunu çocuklar sağlıklı bir biçimde atlatacak yaşamlarını düzene koymaları ile alakalı olduğu düşünülebilir. İlişkililik düzeyinin anne-babası ayrı olan çocuklarda düşük çıkmasının nedeni olarak çocuğun anne ve baba ayrılmasıyla iki farklı hayatın şartlarına uyum göstermesindeki zorluktan, ebeveynlerin gerilim halindeki tutumlarının çocuklarını yetiştirmeyi etkilediği şeklinde düşünülmektedir.

Aylık gelir düzeyine göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “1.500-3.000, 3.001-5.000, 5.001-10.000 ile 10.001 ve üstü” aylık gelire sahip olan öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunamamıştır.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar aylık gelir düzeyi değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Aylık gelir düzeyine göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Tuncer (2019: 65) algılanan gelir düzeyine göre iyi oluş düzeyi farklılaşmakta ve algılanan gelir düzeyi arttıkça iyi oluş düzeyi de artmakta olduğunu belirtmiştir. Uyanık (2019: 116) iyi oluş ve alt boyutu olan ilişkililik ve mutluluk düzeyinin farklılaştığını bu farklılığın gelir seviyesi yükseldikçe iyi oluş, ilişkililik ve mutluluk düzeyinin yükseldiğini ifade etmiştir. Uyanık (2019: 117) iyi oluşa ait diğer alt boyutlarda bir farklılık olmadığını ifade etmiştir. Koca (2019: 84) çalışmasında algılanan gelir düzeyinin yüksek cevabını verenlerin iyi oluş düzeyinin orta ve düşük cevabını verenlere göre yüksek olduğunu ifade etmiştir. Aslan (2019: 52) gelir düzeyine göre iyi oluş düzeylerinin değişmediğini ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre, araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir düzeyine göre iyi oluş ve alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Alandaki çalışmalardan da hareket ederek iyi oluş ve alt ölçeklerinin gelir seviyesinin yüksek ya

da düşük olmasına göre değişmesi beklenmektedir. Çünkü gelir düzeyinin yüksek olması ya da düşük olması öğrencilerin ihtiyaçlarının karşılanabilme oranını göstereceği düşünölmektedir. Bu çalışmada gelir düzeyine göre iyi oluş ve alt ölçeklerinin farklılık göstermemesinin nedeni olarak başta aile olmak üzere öğrencilerin ihtiyaçlarının karşılandığı şeklinde düşünölmektedir.

Spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre; ortaokul öğrencilerden alınan verilerin analizi sonucunda “her zaman, bazen ve katılmam” cevabını veren öğrenciler arasında iyi oluş ve iyi oluşa ait alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılık iyi oluş ve alt ölçeklerindeki düzeylerin tamamında spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılırim cevabını veren öğrencilerin, bazen ve katılmam cevabı verenlere göre daha yüksek olarak bulunmuştur.

EPOCH modeli ölçeğini kullanan araştırmacılar spor ve kültürel faaliyetlere katılım değişkeni ile ilgili farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre iyi oluş düzeyleri ve alt ölçeklerine göre çalışmalarda; Karaoğlu, Hatır, Çiftçi, Akça ve Kutlu (2021: 211) çalışmasında spor yapan ergenlerin iyi oluş ve iyimserlik düzeylerinin yapmayanlara göre yüksek olduğunu; bağlılık, kararlılık, ilişkililik, mutluluk düzeylerine ait bir farklılık olmadığını ifade etmişlerdir. Alan incelendiğinde bu çalışma dışında spor, kültürel faaliyet ya da hobi adı altında EPOCH iyi oluş modeli ölçeği ile yapılmış başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin spor ve kültürel faaliyetlere katılıma göre iyi oluş ve alt ölçeklerin tamamında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu sonuca göre spor ve kültürel faaliyetlere her zaman katılan öğrencilerin iyi oluş ve alt ölçeklerinin tamamında bazen ya da katılmam cevabını verenlere göre yüksektir. Bu durumun nedeni olarak insanların spor ve kültürel faaliyetlere katılmasının eğlenmeye bağlı olarak serotonin hormonlarının salgılanmasını arttırmasına bağlı olarak mutluluk seviyesini arttırdığı, çevreleri ile sosyal ilişkiye girmesi sonucunda farklı gruplara dahil olma ve yeni kişiler tanıyabilmesinin ilişkililik ve kararlılığını arttırdığını düşünölmektedir. Bunun yanında edinilmiş ve edinilecek olan arkadaşlık ilişkilerini sürdürmesi kararlılık ve iyimserlik düzeylerini arttırdığı düşünölmektedir. Tüm bu durumlara ait düzeylerin artması sonucunda da iyi oluş düzeyinin yükselmesi kaçınılmaz olduğu düşünölmektedir.

5.1.5. Beşinci Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, İyi Oluş ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler

Sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler içinde olduğu analiz edilmiştir. Diğer bir ifade ediliş şekliyle sosyal medya bağımlılığının ile yalnızlık birlikte artış sağlamaktadır. Yalnızlık sosyal medya bağımlılığının nedenlerinden biriyken, sosyal medya bağımlılığı da yalnızlığın nedenlerinden biri olarak ifade edilebilir. Kılıç (2021: 144), Yukay-Yüksel, Çini ve Yasak (2020: 77) çalışmalarında sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif ilişkinin varlığını belirtmiştir. Türkel ve Dilmaç (2019: 64) çalışmasında yalnızlık ve sosyal medya kullanımı arasında doğrusal olarak pozitif yönde yordama durumu tespit etmişlerdir. Yüksel (2019: 183) çalışmasında sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık arasında bu çalışmalardan farklı olarak negatif bir ilişkinin varlığı ifade edilmiştir.

Sosyal medya bağımlılığı ile iyi oluş (toplam ölçek) ve kararlılık arasında orta düzeyde negatif; bağımlılık, iyimserlik ve mutluluk arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler içinde olduğu analiz edilmiştir. Diğer bir şekilde; sosyal medya bağımlılık düzeyi artarken iyi oluş, bağımlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk düzeyleri azalmakta, sosyal medya bağımlılık düzeyi azalırken iyi oluş, bağımlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk düzeyleri artmakta olduğu ifade edilebilir. Buradaki çalışmalar EPOCH ölçeği ile sosyal medya bağımlılığına ait ilişkilerin bulunduğu araştırmalardır. Karaoğlu ve arkadaşları (2021: 208) çalışmasında iyi oluş ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönde zayıf ilişki olduğu ifade edilmiştir. Ümmet, Alkan, Batal ve Kaya (2019: 261) sosyal medya bağımlılığı ile iyi oluş ve alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bunun yanında sosyal medya bağımlılığının ile iyi oluşun alt ölçeklerinden; “sanal tolerans ve kararlık” ve “sanal problem ve kararlılık” arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Sosyal medya bağımlılığının genel hali olan internet bağımlılığı ve iyi oluş arasında Kağnıcı (2020: 87) tarafından yapılmış çalışmada negatif yönde ilişki bulunmuştur. Alanda iyi oluşun türleri olan psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluşa ait ilişkilerin varolduğu yerli ve yabancı çalışmalar mevcuttur.

Yalnızlık ile iyi oluş (toplam ölçek), bağımlılık, kararlılık, iyimserlik, mutluluk arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki içinde olduğu analiz edilmiştir. Diğer bir

şekilde; yalnızlık düzeyi artarken iyi oluş, bağlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk düzeyleri azalmakta, yalnızlık düzeyi azalırken iyi oluş, bağlılık, kararlılık, iyimserlik ve mutluluk düzeyleri artmakta olduğu ifade edilebilir. Alanda EPOCH ölçeği ile yalnızlığa ait ilişkilerin bulunduğu tek bir araştırmaya rastlanmıştır. Bu araştırma Uyanık (2019: 122) tarafından yapılmış olup, çalışmada yalnızlık ile iyi oluş, mutluluk ve ilişkililik arasında orta; kararlılık ve iyimserlik arasında zayıf seviyede negatif ilişkinin var olduğunu ve bağlılık da arasında ilişkinin olmadığını ifade etmiştir. Alanda iyi oluşun türleri olan psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluşa ait ilişkilerin var olduğu yerli ve yabancı çalışmalar mevcuttur.

5.1.6. Altıncı Amaca Yönelik Sonuçlar: Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlığın İyi Oluşu Yordaması

Çoklu doğrusal regresyon istatistik sonucunda sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığın iyi oluşu anlamlı olarak yordama gücüne sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Buradan sosyal medya bağımlılığının ve yalnızlığın iyi oluşu belirlemede etkili olduğu ifade edilebilir. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık değişkenlerinin ikisi birlikte ortaokul öğrencilerinin iyi oluş düzeylerindeki değişimin %14,3'ünü açıklamaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık düşük seviyede de olsa iyi oluş üzerinde anlamlı yordama gücünün olduğu ortaya çıkmıştır.

İyi oluşu yordama gücüne sosyal medya bağımlılığı en yüksek etkiyi yapmaktadır. Dolayısıyla iyi oluşun yordama gücünün önem sırası sosyal medya bağımlılığı ve sonrasında yalnızlık olarak ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya ile olan ilişkisi seviyesi gerçek dünya ile ters yönde ilişki oluşmasına neden olmaktadır. Yine öğrencilerde iletişim kurma ve sürdürme, sosyal uyum sağlama, sevgi ve saygı ihtiyaçlarını karşılanma, gruba ait olma vb... durumlar yalnızlıkla ilişkisini belirlemektedir. Bu iki değişkenin oluşuma etki eden durumlar bireyin psikolojik yapısını etkileyerek iyi oluş seviyesinin düşmesine neden olduğu düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

Bu bölümde gelecekte yapılacak araştırmalar için öneriler sunulmuştur. Bu önerilerin alana eksiklikleri gidererek yeni araştırma alanları oluşturması temenni edilmektedir. Kullanmış olduğumuz sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluşun yer aldığı

alandaki çalışmalar genel anlamda lise ve üniversite öğrencileri üzerine yapılmış olduğu görülmüştür.

Bu önerileri şunlardır;

1. Araştırmada örneklem olarak Kütahya'nın Tavşanlı ilçesindeki özel ve devlet okullarında okuyan 481 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Bu konuya ait benzerlik gösterecek araştırma konularının farklı şehir, örneklem sayısı ile kapsamlı olarak yapılması fayda sağlayabilir.
2. Genellikle rastlanan çalışmalar lise ve üniversite düzeyinde mevcuttur. Ortaokul öğrencilerine ait araştırma konularına ağırlık sağlanabilir.
3. Değişken olarak seçilen sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş kavramları alandaki farklı ölçek türleri ile araştırılabilir.
4. Değişken olarak seçilen sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş kavramlarının her biri farklı değişkenlerle ilişkileri araştırılabilir.
5. Alandaki EPOCH iyi oluş modeli ölçeği ile yapılan araştırma sayısı arttırılabilir. Sadece toplam ölçek puanı olan iyi oluş değil, bu ölçeğin alt ölçeklerine ilişkin araştırmalar da farklı değişkenlerle incelenerek, araştırma sayısı arttırılmalıdır.
6. Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş düzeylerinin insanlardaki gelişime bağlı olarak ilişki yapısını daha detaylı inceleyebilmek amacıyla boylamsal nitelikte araştırmalar yapılabilir.
7. Demografik değişkenlere öğrencilerin okul türü (özel-devlet), yaşadığı yer (köy-kasaba-ilçe-il) vb... nitelikte demografik değişkenler katılabilir.
8. "Spor ve kültürel faaliyetlere katılım" demografik değişkeni ile ilgili sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluş düzeyleri ile ilgili daha fazla araştırma yapılabilir.
9. Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili çalışmalarda ortaokul 5. ve 8.sınıf öğrencilerine öncelik verilmeli, bu yönde rehberlik programları düzenlenmeli ve öğrencilerin velileri bu yönde bilgilendirilebilir.
10. Sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığı önlemek için öğrenciye yönelik verimli ders çalışma ile ilgili çalışmalar yaptırarak başarı düzeyinin artması sağlanabilir. Düşük not alan öğrencilere öncelikle ulaşılmalıdır.

11. Sosyal medya bağımlılığını önlemek amacıyla yapılan rehberlik programlarında sporsal ve kültürel faaliyetlerden destek alınmalı ve bu yönde araştırmalar yapılarak sonuçları yayınlanmalıdır.
12. Öğrencilerin yalnızlığını önleyebilmek için kız çocuklarının eğitim seviyesi yükseltilmelidir.
13. Annelerin çocuklarıyla kaliteli zaman geçirmesi için çalışmalar yapılmalıdır.
14. Ortaokul 8.sınıf öğrencilerinin birey olarak kendini farketmesini sağlayacak etkinliklere yönlendirmeli ve aktif olması sağlanmalıdır.
15. Kariyer rehberliği yapılırken; “kadın, 13 yaş ve üstü, 7. ve 8.sınıf, başarısı düşük, spor ve kültürel faaliyetlere bazen veya katılmayan” öğrenciler kritik önem taşımaktadır.
16. Öğrencilerin sosyalleşmesi için yapılan rehberlik faaliyetlerinde; “13 yaş ve üstü, 7. ve 8.sınıf, başarısı düşük, anne-baba ayrı yaşayan, spor ve kültürel faaliyetlere bazen veya katılmayan” öğrencilere öncelik verilmelidir.
17. Öğrencilerin iyi oluşlarını artırmak amacıyla rehberlik çalışmalarında; “kadın, 13 yaş ve üstü, 7. ve 8.sınıf, başarı düzeyi düşük, spor ve kültürel faaliyetlere bazen veya katılmayan” öğrencilere öncelik verilmelidir.
18. Sosyal medya bağımlılığı yüksek, yalnızlık yüksek ve iyi oluşu düşük öğrenciler belirlenerek bu öğrencilere yönelik grupla psikolojik danışma ya da bireyle psikolojik danışma programları oluşturularak, programların ne kadar etkili olduğu araştırılabilir.
19. Okullarda sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluşa ait gerek öğrenci, gerek okul personeli, gerekse velilere yönelik seminer, sosyal aktivite vb... çalışmalar yapılabilir.
20. Çalışmamızdan elde edilen bulguların alanda çalışan akademisyen, psikolog, psikolojik danışman ve rehberlik vb... uzmanlara fayda sağlayacağı düşünülmektedir.
21. Ortaokul öğrencilerine yönelik sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve iyi oluşa ait çalışmaların yapılmasına bağlı olarak öğrencilerin psikolojik, sosyal ve eğitimsel yaşamlarına katkısı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abbasi, I. S. (2019). Social media addiction in romantic relationships: Does user's age influence vulnerability to social media infidelity?. *Personality and Individual Differences*, 139, 277-280.
- Akdemir-Aksoy, M. (2021). *Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ve mutluluk düzeylerinin sorumluluk duygusu ve davranışı ile sosyal ve duygusal öğrenmeye göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421.
- Al-Menayes, J. J. (2015). Social media use, engagement and addiction as predictors of academic performance. *International Journal of Psychological Studies*, 7(4), 86-94.
- Alabucak, E. (2019). *Beliren yetişkinlerin psikolojik iyi oluşlarını açıklamada yalnızlık, sosyal destek, kardeş ilişkileri ve bazı demografik değişkenlerin rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Albayrak, E. S. (2017). *Hedonik ve faydacı tüketim bağlamında internet üzerinden alışveriş alışkanlıkları: Bir uygulama örneği*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Alican, C. (2013). Ortaokul ve lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin tutumları: Ürgüp örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(35), 1-14.
- Alper, A. (2012). *Sosyal Ağlar*. Ankara: Pelikan Yayıncılık.
- Altıntaş, S. ve Öztapak, M. (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemleri internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve insani bilimler dergisi: Teori ve uygulama*, 7(13), 109-128.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.

- Altunışık, R. ve Çallı, L. (2004). Plansız alışveriş (impulse buying) ve hazcı tüketim davranışları üzerine bir araştırma: satın alma karar sürecinde bilgi kullanımı, *3. Ulusal Bilgi, Ekonomi ve Yönetim Kongresi*, 231-240.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E. ve Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, *30*(2), 252.
- Andreassen, C. S., ve Pallesen, S. (2014). Social network site addiction-an overview. *Current Pharmaceutical Design*, *20*(25), 4053-4061.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S. ve Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, *110*(2), 501-517.
- Argüden, Y. (2003). *İtibar Yönetimi*. İstanbul: Arge Danışmanlık Yayınları.
- Arnold, M. J. ve Reynolds, K. E. (2003). Hedonic shopping motivations. *Journal of Retailing*, *79*(2), 77- 95.
- Arslan, A. ve Bardakçı, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, *8*(20), 36-70.
- Aslan, M. F. (2020). *Ergenlerde iyi oluş sosyal kaygı ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aslan S. (2011). *Akademisyenlerde internet bağımlılık düzeyleri ve buna bağlı oluşabilecek sağlık sorunları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Ataman-Bor, N. ve Bağcı-Taylan, Ş. (2021). Covid-19 salgını önleme nedeni ile evde kalma süreleri artan üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımı. *Online International Conference of Covid-19 (Concovid)*, 218-231.
- Atlı, F., Buğa, A., Mammadli, T. ve Yıldırım Atlı, A. (2021). Türkiye’de üniversite öğrenimi gören öğrencilerin öz-anlayışları ile sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi*, *6*(1), 59-77.
- Ayas, T., Çakır, Ö. ve Horzum, M. B. (2011). Ergenler için Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *19*(2), 439-448

- Ayas, T. ve Horzum, M. (2013). Relation between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education, 133*(3), 283-290.
- Babacan, M. (2001). Hedonik tüketim ve özel günler alışverişlerine yansımaları. *6.Ulusal Pazarlama Kongresi, 97-106*.
- Baban, E. (2012). Mc Luhan ve Baudrillard'ın Penceresinden Sosyal Medyanın Etkisi: İfadenin Esareti, Gözetlenen Toplum ve Kayıp Kimlik Sendromu. Kara T. ve Özgen E. (Edt.) *Sosyal Medya Akademi, İstanbul: Beta Yayınevi, 57- 79*.
- Bal, Z., Kantar, E. C. ve Uçar, T. (2021). Lohusalarda yalnızlık hissinin sosyal destek, emzirme ve maternal bağlanma ile ilişkisi. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi, 3*(1) , 21-28.
- Balacrishnan, J. ve Griffiths, M. D. (2017). Social media addiction: What is the role of content in YouTube?. *Journal of behavioral addictions, 6*(3), 364-377.
- Balcı, N. (2018). *Lise çağındaki çocukların çağındaki çocukların düzeyi ile internet çağındaki eğitimin incelenme süreci*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bannink, F. (2017). *201 Positive Psychology Applications: Promoting Well-Being in Individuals and Communities*. WW Norton & Company.
- Baruah, T. D. (2012). Effectiveness of Social Media as a Tool of Communication and Its Potential for Technology Enabled Connections: A Micro-level Study. *International Journal of Scientific and Research Publications, 5*(2), 2250-3153.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L. ve Garbinsky, E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The journal of positive psychology, 8*(6), 505-516.
- Baz, F. Ç. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine çalışma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 9*(16), 276-295.
- Beard, K. W. ve Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior, 4*(3), 377-383.
- Bektaş, N. (2018). *Çalışan kadınların internet ve sosyal medya bağımlılığının sosyal kaygı ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bernard, S. (2013). *Loneliness and Social Isolation: Among Older People in North Yorkshire*. Social Policy Research Unit, University of York. Working Paper No. WP 2565.

- Betts, L. R. ve Bicknell, A. S. A. (2011). Experiencing loneliness in childhood: Consequences for psychosocial adjustment, school adjustment, and academic performance. In Bevinn, S. J. (Ed.), *Psychology of loneliness*, (pp. 1-27). New York: Nova Science Publishers.
- Bildik, Ç. (2019). *Sosyal destek ve aile ilişkilerinin ergenlerin mental sağlıklarındaki rollerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3): 237-247.
- Boyd, D. (2008). *American Teen Sociality in Networked Publics*. Unpublished Doktoral Thesis, University of Berkeley.
- Boyd, D. M. ve Ellison, N. B. (2007). Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal Of Computer Mediated Communication*, 13(1): 210-230.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90.
- Butler, J. ve Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3) 1-48.
- Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A. C., Niang, M., Stepchenkova, S., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J. K., Atallah, M. and Blanton, M. (2009). Internet Addicton: Metasynthesis of 1996-2006 Quantitative Reserach. *CyberPsychology & Behavior*, 12 (2), 203-207.
- Cabral, J. (2011). Is generation Y addicted to social media. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 2(1), 1-10.
- Can, B., Hazar, Z. ve Kurt, S. (2021). Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Karma model araştırması) . *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1) , 15-39.

- Cangöz, İ. (2012). İletişim Sosyolojisi. H. Tüfekçioğlu (Edt.) *İletişim Sosyolojisinde Tanımlar ve Kavramlar*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 2-29.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of communication*, 55(4), 721-736.
- Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji*. (Çev. Ümit Şendilek). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cassidy, J. ve Asher, S. R. (1992). Loneliness and peer relations in young children. *Child development*, 63(2), 350-365.
- Castells, M. (2005). *Enformasyon Çağı: Ekonomi, Toplum ve Kültür, Cilt 1, Ağ Toplumunun Yükselişi*. (Çev. Ebru Kılıç). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Certel, H., Yakut, S., Yakut, İ. ve Gülsün, B. (2016). Öğrencilerde yalnızlık problemi. *İtobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 5(8) 3069-3084.
- Cheng, H. ve Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of adolescence*, 25(3), 327-339.
- Chou, C., Condon, L. ve Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational psychology review*, 17(4), 363-388.
- Clark, M. ve Calleja, K. (2008). Shopping addiction: A preliminary investigation among Maltese university students. *Addiction Research & Theory*, 16(6), 633-649.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A. ve Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Çev. Tuncay Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.

- Coşar, H. A. ve Gedik, H. (2019). Öğretmen adaylarının sosyal medya bağımlılığı ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bayterek Uluslararası Akademik Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 32-65.
- Cramer, K. M. ve Neyedley, K. A. (1998). Sex differences in loneliness: The role of masculinity and femininity. *Sex roles*, 38(7), 645-653.
- Craparo, G. (2011). Internet addiction, dissociation, and alexithymia. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051 – 1056.
- Csikszentmihalyi, M. ve Seligman, M. E. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Cuma, Y. (2020). *Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Çağlak, U. (2019). Whatsapp, whatsapp grupları ve kullanım alışkanlıkları: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of International Social Research* 12(66).
- Çakır, S. Y. (2017). Sosyal medya dijital aktivist hareketler üzerine kurumsal bir inceleme. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 5(2), 753-783.
- Çakır, Ö. ve Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429.
- Çakmak, V. (2014). *İletişim kaygısının sosyal medya kullanımı üzerine olan etkisi: üniversite öğrencileri üzerine örnek olay incelemesi*. (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çayırılı, E. (2017). *Sosyal medya kullanım özelliklerinin kişilik yapılanmaları, yaşam doyumu ve depresyon açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetinkaya-Dağlı, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinde problemlı internet kullanımının psikolojik iyi oluş ve yalnızlık ilişkisinde aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Çetinkaya-Dağlı, M. ve Gündüz, B. (2017). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisinde problemlı internet kullanımının aracı rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 339-357.

- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-434.
- Çolak, Ç. H. (2020). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve duygu düzenleme becerilerinin kişilik özelliklerine ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Çömlekçi, M. F. ve Başol, O. (2019). Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173- 188.
- D'Souza, Q. (2006). *Web 2.0 ideas for educators a guide to rss and more, version 2.0*. <http://www.teachinghacks.com/audio/100ideasWeb2educators.pdf> (Erişim Tarihi: 06.04.2020).
- Dalbudak, E. ve Evren, C. (2014). The relation ship of internet addiction severity with attention deficit hyperactivity disorder symptoms in turkish university students; impact of personality traits, depression and anxiety. *Comprehensive Psychiatry*, 55, 497-503.
- Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Alaedini, Z., Ahmadabadi, H. B., Kuss, D. J. ve Ramayah, T. (2021). Social Media Addiction and Empathy: Moderating impact of personality traits among high school students. *Telematics and Informatics*, 57, 101516.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (1), 119-128.
- Deci, E. L. (1972). The effects of contingent and noncontingent rewards and controls on intrinsic motivation. *Organizational behavior and human performance*, 8(2), 217-229.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182-185.
- Demir, A. (1990). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Demir-Türkdoğan, R. (2019). *Sosyal medya bağımlılığı ve gençlik: Cumhuriyet Üniversitesi örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Demirbaş, B. ve Haşit, G. (2016). İş yerinde yalnızlık ve işten ayrılma niyetine etkisi: Akademisyenler üzerine bir uygulama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 137-158.
- Demirci, İ. ve Ekşi, F. (2015). Ergenler için beş boyutlu iyi oluş modeli: EPOCH Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 9-30.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D. ve Kardaş, S. (2017). Beş boyutlu iyi oluş modeli: PERMA Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 60-77.
- Deniz, L. ve Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(2), 355-367.
- Deniz, M. E., Hamarta, E. ve Arı, 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.
- Deniz, M. E. ve Uzun, A. E. (2019). Ergenlerde empatik eğilimin yordayıcıları olarak yalnızlık ve duygusal özerklik. *Elementary Education Online*, 18(3).
- Deveci, A. (2020). Davranışsal Bağımlılıklar Temel Başvuru Kitabı. C. Evren (Edt.) *Davranışsal Bağımlılıklara Giriş*, Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, 1-13.
- DiClemente, C. C. (2016). *Bağımlılık ve Değişim* (Çev. Muzaffer Şahin). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K. ve Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *International journal of environmental research and public health*, 15(9), 1865.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.

- Dinç M. (2014). *Teknolojiyi bilinçli kullanıyorum*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Doğan, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı*. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Doğan, U. ve Karakaş, Y. (2016). Lise öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanımının yordayıcısı olarak yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 57-71.
- Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42.
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.
- Durdu, A. (2019). *Ortaokul 7. ve 8.sınıf öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Duyan, V., Çamur-Duyan, G., Gökçearslan-Çiftçi, E., Sevin, Ç., Erbay, E. ve İkizoğlu, M. (2008). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 28-41.
- Echeburúa, E. ve De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.
- Ekşi, H., Turgut, T. ve Sevim, E. (2019). Üniversite öğrencilerinde öz kontrol ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisinde genel erteleme davranışlarının aracı rolü. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 717-745.
- Elhai, J. D., Yang, H., Fang, J., Bai, X. ve Hall, B. J. (2020). Depression and anxiety symptoms are related to problematic smartphone use severity in Chinese young adults: Fear of missing out as a mediator. *Addictive Behaviors*, 101, 105962.
- Erbaş, M. M., Karahan, T. F. ve Uzun, T. (2020). Sokakta çalışan çocukların yalnızlık ve depresyon düzeylerinin ebeveyn durumları açısından incelenmesi: İstanbul örneği. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 233-249.
- Erdem, Ş. (2019). *Üstün yeteneklilerin iyi oluşunda bilgelik, değerler ve benlik kavramının rolü*. (Doktora Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.

- Erdoğan, İ. (2013). Medya Sosyolojisi. İ. Erdoğan (Edt.) *Yeni Teknolojilerle Aracılanmış İletişim*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 206-235.
- Ernst, J. M. ve Cacioppo, J. T. (1999). Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness. *Applied and preventive psychology*, 8(1), 1-22.
- Eroğlu, N. (2013). *Psikolojik iyi olma ile topluluk hissi arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Evren, C. (2016). Davranışsal bağımlılıklar. *Türkiye Psikiyatri Derneği Sürekli Eğitim / Sürekli Mesleki Gelişim Dergisi*, 6(3), III.
- Eyüboğlu, B. R. (2017). *Dol Karabakır Dol: Bütün Şiirleri*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Fava, G. A. ve Ruini, C. (2003). Development and characteristics of a well-being enhancing psychotherapeutic strategy: Well-being therapy. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 34(1), 45-63.
- Feng, X., Lu, X., Li, Z., Zhang, M., Li, J. ve Zhang, D. (2020). Investigating the physiological correlates of daily well-being: A PERMA Model-Based study. *The Open Psychology Journal*, 13(1).
- Fleuret, S. ve Atkinson, S. (2007). Wellbeing, health and geography: A critical review and research agenda. *New Zealand Geographer*, 63(2), 106-118.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 1-53.
- Freeman, B. ve Chapman, S. (2007). Is Youtube Telling Or Selling You Something? Tobacco Content On The Youtube Video-Sharing Website. *Tobacco Control*, 16(3): 207-210.
- Fromm, E. (1996). *Özgürlükten kaçış*. (Çev. Şemsa Yeğın). İstanbul: Payel Yayınları.
- Fromm, E. (2003) 'To Have or To Be' (Çev. Aydın Arıtan) İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- Garnefski, N. ve Diekstra, R. F. (1997). Adolescents from one parent, stepparent and intact families: Emotional problems and suicide attempts. *Journal of adolescence*, 20(2), 201-208.
- Geçtan, E. (1994). *İnsan Olmak*. (14. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (2004). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (2016). *Varoluş ve Psikiyatri*. İstanbul: Metis Yayınları.

- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Sezen-Gultekin, G. ve Ayas, T. (2018). The relationship between nomophobia and loneliness among turkish adolescents. *International Journal of Research in Education and Science*, 4(2), 358-374.
- Gitomer, J. (2011). *Social boom. How to master business Social media*. New Jersey: Financial Times Press.
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Griffiths, M. D. (2013). Social Networking Addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5), e188.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R. ve Griffiths, M. D. (2007). Excessive Computer Game Playing: Evidence For Addiction And Aggression?. *Cyberpsychology & Behavior*, 10(2): 290-292.
- Goldberg, I. (1996). Internet Addiction Disorder.
- Golbeck, J. (2015). *Introduction to Social Media Investigation: A Hands on Approach*. USA: Syngress Media.
- Göcen, G. (2012). *Şükür ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişki üzerine bir alan araştırması*. (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gök, E. (2019). *Öznel iyi oluşun yordanmasında psikolojik ihtiyaçların karşılanması, aile aidiyeti ve ebeveyn algısı rolünün incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). On Sekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Gök, T. (2016). The effects of social networking sites on students" studying and habits. *International Journal of Research in Education and Science*, 2(1)
- Gökalp, E. (2011). İnsan ve Toplum. N. Suğur (Edt.) *Medya, Kitle İletişimi ve Toplum*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 24-56.
- Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E. ve Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 52-59.
- Göksu, H. (2019). *Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarıyla ilişkisi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Güleryüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K. ve Güzel, P. (2020). Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım

- amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Focuss Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 31-45.
- Güney, M. ve Taştepe, T. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 183-190.
- Gürsakal, N. (2009). *Sosyal Ağ Analizi*. Bursa: Dora Yayıncılık.
- Hafner, K. ve Matkew, I. (2000). *İnternet Tarihi* (Çev. Sinem Yazıcıoğlu). İstanbul: Güncel Yayınları.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L. (2006). *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, New Jersey: Prentice hall.
- Haliloğlu, S. (2008). *Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, bağlanma biçimleri ve işlevsel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Malatya ili örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Hawi, N. ve Samaha, M. (2019). Identifying commonalities and differences in personality characteristics of Internet and social media addiction profiles: traits, self-esteem, and self-construal. *Behaviour & Information Technology*, 38(2), 110-119.
- Hazar, Ç. M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (32), 151-175.
- Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. United Kingdom: McGraw-Hill Education.
- Heinrich, L. M. ve Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- Holden, C. (2001). Behavioral addictions: Do they exist? *Science*, 294 (5544), 980-982.
- Horney, K. (1998). *Çağımızın Nevrotik Kişiliği*. (Çev. Selçuk Budak). Ankara: Öteki Yayınevi.
- Horzum, M. B., Ayas, T. ve Çakır Balta, Ö. (2008). Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Hu, Y., Manikonda, L. ve Kambhampati, S. (2014). What We Instagram: A First Analysis Of Instagram Photo Content And User Types. *In Icwsn*.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.

- İnce, M. ve Koçak, M. C. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 736-749.
- Jones, W. H., Freemon, J. E. ve Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49(1), 27-48.
- Jorgensen, I. S. ve Nafstad, H. E. (2004). Positive psychology: Historical, philosophical, and epistemological perspectives. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (s. 15–34). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Kaçan-Softa, H., Karahmetoğlu, G.U., Demirci, U., Kılınç, E., Kandemir, A. ve Durak, B. (2015). Üniversite son sınıf öğrencilerinin benlik saygısı, yalnızlık düzeyleri ve ekileyen faktörlerin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 227-243.
- Kağnıcı, E. (2020). *Ergenlerde internet bağımlılığı ile algılanan duygusal istismar ve iyi oluş arasındaki yordayıcı ilişkiler*. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayıncılık.
- Kale, H. (2019). *Lise öğrencilerinde sosyal medya kullanım amacı ile yalnızlık, zaman yönetimi, iletişim becerisi ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Kamiloğlu, F. ve Yurttaş, Ö.U. (2014). Sosyal medyanın bilgi edinme ve kişisel gelişim sürecine katkısı ve lise öğrencileri üzerine bir alan çalışması. *İletişim Dergisi*, 21, 129-150.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & behavior*, 1(1), 11-17.
- Kaplan, A. M., ve Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68.
- Kara, F. M., Kelecek, S. ve Aşçı, F. H. (2014). Sporcu eşlerinin yaşam doyumu ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Spor bilimleri dergisi*, 25(2), 56-66.
- Kara, T. (2013). *Sosyal Medya Endüstrisi*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Karaman, M. ve Önder, M. (2017). Yurttaş gazeteciliğinin ana akım medyaya etkisi: Whatsapp ihbar hatları örneği. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(2), 164-180.

- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. ve Deniz, M. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.
- Karaoğlu, N., Hatır, A.E., Çiftçi, S.E., Akça, Ö.F. ve Kutlu, R. (2021). Ergenlerde mutluluk durumu, iyilik hali, kendini ifade edebilme ve sosyal medya bağımlılığının ilişkisi. *Genel Tıp Dergisi*, 31(3), 208-215.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaşıkçı, F., Denli, Ö. S. ve Karaman, N. G. (2021). Gençlerde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal dışlanma: Öz-kontrolün aracılık rolünün değerlendirilmesi. *Başkent University Journal of Education*, 8(1), 147-159.
- Kaya, O. K. A. ve Sağbaş, İ. (2020). Sosyal medyada vergi algısı. *Maliye Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 20-34.
- Kayış, C. (2017). Sosyal medyada kriz yönetimi ve karşılaştırmalı örnek olay incelemesi. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 131-160.
- Kern, M. L., Benson, L., Steinberg, E. A. ve Steinberg, L. (2016). The EPOCH measure of adolescent well-being. *Psychological assessment*, 28(5), 586-597.
- Khaw, D. ve Kern, M. (2014). A cross-cultural comparison of the PERMA model of well-being. *Undergraduate Journal of Psychology at Berkeley, University of California*, 8(1), 10-23.
- Kılıç, C. (2021). *Lise öğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ile yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki, Malatya Örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Kılıç, S. (2018). *Üniversite öğrencilerinde pozitif şemaların iyi oluş ve psikolojik belirtileri yordaması*. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kılıçman, İ. (2020). *Rekreasyon farkındalığı ve sosyal medya bağımlılığının yaşam doyumu üzerine etkilerinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Kızılgeçit, M. (2015). *Yalnızlık, Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine: Psiko-sosyal Bir Çalışma*. Ankara: Gece Kitaplığı Yayınları.

- Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P. ve Silvestre B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Journal of Business Horizons*, 54(3): 241–251.
- Killeen, C. (1998). Loneliness: an epidemic in modern society. *Journal of advanced nursing*, 28(4), 762-770.
- Koca, D. (2019). *Üstün yetenekli ergenlerde öz yeterlik ve iyi oluş: duygu düzenlemenin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Koca, D. ve Ekşi, H. (2021). Fen lisesi öğrencilerinde öz yeterlik ve iyi oluş: duygu düzenlemenin aracı rolü. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 10(3), 1047-1065.
- Koçak, M. (2021). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler*. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Koçer, M. (2012). Erciyes üniversitesi öğrencilerinin internet ve sosyal medya kullanım alışkanlıkları. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (18), 70-85.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Körler, Y. (2012). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Köroğlu, A. ve Yıldız, S. (2021). Sosyal medya ve hedonik tüketimin tüketici tutumu ve tatmin üzerindeki etkisi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(2), 1106-1123.
- Köse, E. (2009). *Yurttan kalan ve ailesiyle birlikte yaşayan lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Krey, N., Chuah, S. H. W., Ramayah, T. ve Rauschnabel, P. A. (2019). How functional and emotional ads drive smartwatch adoption. *Internet Research*, 29(3): 578-602.

- Kubovy, M. (1999). On the pleasures of the mind. In D. Kahneman, E. Diener, and N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 134-154). New York, NY, US: Russell Sage Foundation.
- Kulaksızoğlu, A. (2006). *Ergenlik Psikolojisi* (8. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction-A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 8(9), 3528-3552.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 14(3), 311.
- Küçükvardar, M. ve Tıngöy, Ö. (2018). Teknoloji bağımlılığının semptomlar temelinde incelenmesi. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 9(35), 111-123.
- Kwak, H., Lee, C., Park, H. ve Moon, S. (2010, April). What Is Twitter, A Social Network Or A News Media?. In *Proceedings Of The 19th International Conference On World Wide Web*: 591-600.
- LaRose, R., Lin, C. A. ve Eastin, M.S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation?. *Media Psychology*, 5(3), 225-253.
- Le Roux, A. ve Connors, J. (2001). A cross-cultural study into loneliness amongst university students. *South African Journal of Psychology*, 31(2), 46-52.
- Ledford, L. J. (2009). *Search Engine Optimization Bible* (2nd ed)., Indianapolis, USA: Wiley Publication.
- Leiderman, P. H. (1980). Pathological Loneliness: A Psychodynamic Interpretation. In J. Hartog, J. R. Audy & Y. A. Cohen (Eds.), *The anatomy of loneliness* (s. 377-393). New York: International Universities Press.
- Lerman, K. (2007). Social Information Processing in News Aggregation. *IEEE Internet Computing*, 11 (6).
- Leung, L. ve Lee, P. S. (2012). Impact of internet literacy, internet addiction symptoms, and internet activities on academic performance. *Social Science Computer Review*, 30(4), 403-418.
- Levin, I. ve Stokes, J. P. (1986). An examination of the relation of individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality*, 54(4), 717-733.
- Liu, C. ve Ma, J. (2018). Development and validation of the Chinese social media addiction scale. *Personality and Individual Differences*, 134, 55-59.

- Longstreet, P. ve Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society* (50), 73-77.
- Lovett, N. ve Lovett, T. (2016). Wellbeing in education: Staff matter. *International Journal of Social Science and Humanity*, 6(2), 107-112.
- Luchetti, M., Lee, J. H., Aschwanden, D., Sesker, A., Strickhouser, J. E., Terracciano, A. ve Sutin, A. R. (2020). The trajectory of loneliness in response to COVID-19. *American Psychologist*, 75(7), 897-908.
- Lunardo, R. ve Mbengue, A. (2009). Perceived control and shopping behavior: The moderating role of the level of utilitarian motivational orientation. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 16(6), 434-441.
- Mahmood, S. ve Farooq, U. (2014). Facebook addiction: A study of big-five factors and academic performance amongst students of IUB. *Global Journal of Management and Business Research*, 14(5),55-71.
- Mayfield, A. (2008). *What is Social Media*. https://indianstrategicknowledgeonline.com/web/mayfield_strat_for_soc_med_ia.pdf (Erişim Tarihi: 06.07.2021).
- McQuaid, R. J., Cox, S. M., Ogunlana, A. ve Jaworska, N. (2021). The burden of loneliness: Implications of the social determinants of health during COVID-19. *Psychiatry Research*, 296, 113648.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(4), 357-364.
- Meral, D. ve Bahar, H. H. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde problemlı internet kullanımının yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Journal of Education Faculty*, 18(2), 1117-1134.
- Meshi, D., Tamir, D. I. ve Heekeren, H. R. (2015). The emerging neuroscience of social media. *Trends in cognitive sciences*, 19(12), 771-782.
- Meydan, B. ve Tunca, M. Z. (2018). Sosyal medyanın hedonik satın alma davranışlarına etkileri üzerine bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(26), 832-854.
- Michela, J. L., Peplau, L. A. ve Weeks, D. G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 43(5), 929.
- Midgley, J. (1996). Challenges facing social security. *Challenges to social security: An international exploration*, 1-18.

- Modahl, M. (2001). *Now or Never: How companies must change today to win the battle for internet consumer*. 1st. Ed. New York: Harper Collins Publishers.
- Moeller, R. W. ve Seehuus, M. (2019). Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *Journal of adolescence*, 73, 1-13.
- Moore, J. A. (1974). Relationship between loneliness and interpersonal relationships. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 8(2), 84-89.
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10-19.
- Nakamura, J. ve Csikszentmihalyi, M. (2009). Flow theory and research. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (s. 62-73). New York, NY: Oxford University Press.
- Odabaşı, Y. (2006). *Satışta ve Pazarlamada Müşteri İlişkileri Yönetimi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Odabaşı, Y. (2009). *Tüketim Kültürü: Yetinen Toplamdan Tüketen Topluma*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Okada, E. M. (2005). Justification effects on consumer choice of hedonic and utilitarian goods. *Journal of Marketing Research*, XLII, 43-53.
- Orford, J. (1985). *Excessive appetites: A psychological view of the addictions*. Chichester, England: Wiley.
- Otrar, M. ve Argın, F. S. (2015). Öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. *Journal of Research in Education and Teaching*, 4(1), 391-403.
- Ögel, K. (2015). *Bağımlı aileleri için rehber kitap alkol, uyuşturucu, bilgisayar, sigara ve diğer bağımlılıkları olanların yakınlarına bilgiler* (2. Bs.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ögel, K. (2017). *İnternet bağımlılığı, internetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öner, K. (2015). *Lise öğrencisi ergenlerde depresyon, internet bağımlılığı ve ilişkili faktörler*. (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.

- Özdemir S. S., Özdemir M., Polat E. ve Aksoy R. (2014). Sosyal Medya Kavramı Ve Sosyal Ağ Sitelerinde Yer Alan Online Reklam Uygulamalarının İncelenmesi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4, 58-64.
- Özdemir, Z. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(2), 91-105.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö. ve Ekşi, H. (2019). Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 631-664.
- Pamuk, M., Atlı, A. ve Kış, A. (2015). Türkiye’de yalnızlık üzerine yapılan tezlerin cinsiyet bağlamında incelenmesi: Meta-analitik bir çalışma. *Journal of Theory and Practice in Education*, 11(4), 1392-1414.
- Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(10), 652-657.
- Pelling, E. L. ve White, K. M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *Cyberpsychology & behavior*, 12(6), 755-759.
- Peltekoğlu, F. (2012). Sosyal Medya Sosyal Değişim. Kara T. ve Özgen E. (Edt.) *Sosyal Medya Akademi*, İstanbul: Beta Yayınevi, 3-8.
- Peplau, L. A. ve Perlman, D.(1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s.1-118). New York: Wiley.
- Perlman, D. ve Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In S. Duck & R. Gilmour (Eds.) *Personal relationship 3: Personal relationship in disorder* (s.31-56). London: Academic Press.
- Perlman, D. ve Peplau, L. A. (1984). Loneliness Research: A Survey of Empirical Findings. In L. A. Peplau & S. Goldston (Eds.), *Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness* (s. 13-46). U. S. Government Printing Office.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye Giriş* (Çev. Tamer Geniş). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Prasath, P. R., Mather, P. C., Bhat, C. S. ve James, J. K. (2021). University student well-being during COVID-19: The role of psychological capital and coping strategies. *Professional Counselor*, 11(1), 46-60.

- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. ve Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Polatcı, S. (2011). *Psikolojik sermayenin performans üzerine etkisinde iş aile yayılımı ve psikolojik iyi oluşun rolü*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Kayseri.
- Pür, İ. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinde dini hayat ile kaygı ve yalnızlık arasındaki ilişki üzerine bir araştırma (Mersin Örneği)*. (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Qualter, P. (2003). Loneliness in children and adolescents: what do schools and teachers need to know and how can they help?. *Pastoral Care in Education*, 21(2), 10-18.
- Quay, L. C. (2002). Personal and family effects on loneliness. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 13.1, 97-110.
- Robertson, T. W., Yan, Z. ve Rapoza, K. (2018). Is resilience a protective factor of internet addiction? *Computers in Human Behavior* (78), 255-260.
- Rogers, C. (2003). *Etkileşim Grupları*. (Çev. Hamdullah Erbil). İstanbul: Doruk Yayıncılık.
- Rokach, A. (1989). Antecedents of loneliness: A factorial analysis. *The Journal of Psychology*, 123(4), 369-384.
- Rokach, A. (2001). Strategies of coping with loneliness throughout the lifespan. *Current Psychology*, 20(1), 3-17.
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current Psychology*, 23(1), 24-40.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J. ve Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(6), 1313-1321.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of personality and social psychology*, 39(3), 472-480.
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everthing, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13-39.
- Ryff, C. D., Singer, B. H. ve Dienberg Love, G. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1383-1394.
- Samman, E. (2007). Psychological and subjective well-being: A proposal for internationally comparable indicators. *Oxford Development Studies*, 35(4), 459-486.
- Sandstrom, G. M. ve Dunn, E. W. (2014). Social interactions and well-being: The surprising power of weak ties. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(7), 910-922
- Sanlav, Ü. (2014). *Sosyal Medya Savaşları*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin (SMBÖ) üniversite öğrencilerindeki ilk psikometrik değerleri. *IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi*, 571-581.
- Sarıçam, H., Tarhan, D. ve Soyuçok, E. (2015). The examination of the relations between social anxiety, loneliness, Facebook addiction and depression with

- multiple regression analysis. *In Third International Instructional Technologies & Teacher Education Symposium, Trabzon, Turkey. doi* (Vol. 10).
- Savcı, M. ve Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağlılık: internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağlılığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* 30, 202-216.
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Koller, S. H. ve Santos, M. A. D. (2013). From authentic happiness to well-being: The flourishing of positive psychology. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 663-670.
- Seginer, R. ve Lilach, E. (2004). How adolescents construct their future: the effect of loneliness on future orientation. *Journal of Adolescence*, 27(6), 625-643.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In Snyder, C.R. & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (s. 3-9). New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. (2010). Flourish: Positive psychology and positive interventions. *The Tanner lectures on human values*, 31(4), 299-243.
- Seligman, M. E. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being (1st Free Press hardcover ed.). New York, NY: Free Press.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N. ve Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410.
- Serdar, E., Harmandar-Demirel, D. ve Demirel, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin Facebook kullanımı ile yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of International Social Research*, 11(60) 1402-1409.
- Shaffer, H. J. (1999). On the nature and meaning of addiction. *National Forum*, 79(4), 9- 14.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. ve Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*, 17(4), 207-216.
- Shaw, M. ve Black, D. W. (2008). Internet addiction. *CNS drugs*, 22(5), 353-365.
- Söner, O. ve Yılmaz, O. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(13), 59-73.

- Starcevic, V. ve Aboujaoude, E. (2017). Internet addiction: Reappraisal of an increasingly inadequate concept. *CNS Spectrums*, 22(1), 7-13.
- Steger, M. F. (2012). Experiencing Meaning in Life: Optimal Functioning at the Nexus of Well Being, Psychopathology, and Spirituality. In P.T.P. Wong (Eds.), *The Human Quest for Meaning: Theories, Research and Applications* (s.165-184). New York, NY: Taylor & Francis Group.
- Suler, J. (1999). Healthy and pathological Internet use Cyberpsychology and Behavior. *To get what you need*, 385-394.
- Sütçüoğlu, İ. (2016). *Sosyal Medya ve Toplumsal Dönüşüm*. İstanbul: Artikel Yayıncılık.
- Şahin, H. G. (2019). *60-72 aylık çocukların bağlanma durumları ile yalnızlık ve memnuniyetsizlik duyguları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Şar, N. Ş., Koç, M. ve Soyer, F. (2018). Spor yapma durumu ve spor yapma süresine göre yalnızlık, mobil telefon, internet ve oyun bağımlılığının incelenmesi. *ERPA 2018 International Congresses on Education*, 451-454.
- Şeker, M. (2014). *İnsan kaynakları yönetiminde sosyal medyanın kullanımı üzerine bir araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Şencan, H. (2005). *Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenirlik ve Geçerlilik*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Şişman-Eren, E. (2014). Sosyal medya kullanım amaçları ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı kişisel değişkenlere göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(4), 230-243.
- Taş, İ. (2017). Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği kısa formunun (smbö-kf) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 4(1), 27-40.
- Taymaz, A. H. (2019). *Ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile yalnızlık düzeyinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tekvar, S. O. (2012). *Yeni medya ve halkla ilişkilerde dönüşüm: Farklı kurumsal yapılarda halkla ilişkiler algısı ve sosyal paylaşım ağları*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Teyfur, M., Akpunar, B., Safalı, S. ve Ercengiz, M. (2017). Eğitim fakültesi öğrencilerin akademik erteleme davranışları ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 12(33), 625-640.
- Tomaka, J., Thompson, S. ve Palacios, R. (2006). The relation of social isolation, loneliness, and social support to disease outcomes among the elderly. *Journal of aging and health*, 18(3), 359-384.
- Treiman, D. J. (2009). *Quantitative Data Analysis Doing Social Reserach To Test Ideas*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Tuncer, E. (2019). *Ergenlerin erken dönem uyumsuz şemaları ile iyi oluşlarının ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Turel, O. ve Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512-528.
- Tutgun-Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tüfekçi, B. (2018). *Bir iş yeri çalışanlarında yalnızlık, depresyon ve tükenmişliğin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Türkel, Z. ve Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.
- Türkkan, T. ve Odacı, H. (2019). Lise öğrencilerinin çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile bilişsel çarpıtma ve yalnızlık eğilimleri arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 93-103.
- Uçar, I. (2018). *Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerde yalnızlık ve sosyal anksiyete düzeyinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

- Uluç, G. ve Yarcı, A. (2017). Sosyal medya kültürü. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (52), 88-102.
- Ulutaş, E. ve Gökçen, A. (2019). Toplum tipleri ve yalnızlık halleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 1809-1835.
- Ulutaş, Z. (2021). *Bağımlılık alanındaki sivil toplum kuruluşlarından hizmet alan aile üyelerinin deneyimlerine yönelik nitel bir çalışma*. (Yüksek Lisans Tezi). Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Konya.
- Uyanık, B. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri ile sosyo- demografik özellikler ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Uzday, İ. T. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 21- 22: 5-15.
- Ümmet, D., Alkan, H., Batal, Ö. ve Kaya, A. (2019). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak iyi oluş ve duygusal özerklik. *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 258-264.
- Valtorta, N. K., Kanaan, M., Gilbody, S. ve Hanratty, B. (2018). Loneliness, social isolation and risk of cardiovascular disease in the English Longitudinal Study of Ageing. *European journal of preventive cardiology*, 25(13), 1387-1396.
- Van Agteren, J., Iasiello, M. ve Lo, L. (2018). Improving the wellbeing and resilience of health services staff via psychological skills training. *BMC research notes*, 11(1), 1-5.
- Van den Eijnden, R.J.J.M., Lemmens, J.S. ve Valkenburg, P.M. (2016). The social media disorder scale. *Computer in Human Behavior*, 61, 478-487
- Vanderstoep, S. W. ve Johnston, D. D. (2009). *Research Methods For Everyday Life*. New Jersey: John Willey & Sons Inc.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions in happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudiamonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691.
- We Are Social (2015). *Digital, Social & Mobile In 2015*. <https://www.slideshare.net/wearesocialsg/digital-social-mobile-in-2015> (Erişim Tarihi: 23.04.2020).

- We Are Social (2016). *Digital In 2016*.
<https://www.slideshare.net/wearesocialsg/digital-in-2016> (Erişim Tarihi: 23.04.2020).
- We Are Social (2017). *Digital In 2017 :Western Asia*.
<https://www.slideshare.net/wearesocialsg/digital-in-2017-western-asia>
(Erişim Tarihi: 23.04.2020).
- We Are Social (2018). *2018 Digital Yearbook*.
<https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018> (Erişim Tarihi: 23.04.2020).
- We Are Social (2019). *Digital 2019 Turkey*.
<https://www.slideshare.net/DataReportal/digital-2019-turkey-january-2019-v01> (Erişim Tarihi: 23.04.2020).
- We Are Social (2020a). *Digital 2020 April Global Statshot Report*.
<https://wearesocial.com/blog/2020/04/digital-around-the-world-in-april-2020>
(Erişim Tarihi: 29.04.2020).
- We Are Social (2020b). *Digital 2020 Turkey*.
<https://www.slideshare.net/DataReportal/digital-2020-turkey-january-2020-v01?qid> (Erişim Tarihi: 23.04.2020).
- We Are Social (2021a). *Digital 2021 Global Overview Report*.
<https://wearesocial.com/digital-2021> (Erişim Tarihi: 13.07.2021).
- We Are Social (2021b). *Digital 2021 Turkey*. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey> (Erişim Tarihi: 13.07.2021).
- Weinberg, T. (2009). *The New Community Rules: Marketing On The Social Rules*. O'Reilly Media, USA.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wikipedia (2021). *Facebook Messenger*.
https://tr.wikipedia.org/wiki/Facebook_Messenger (Erişim Tarihi: 14.07.2021).
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report*. Geneva: World Health Organization.
- Wright, S. L. (2005). *Loneliness in the Workplace*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). New Zealand: University of Canterbury.

- Wright, T. A. ve Hobfoll, S. E. (2004). Commitment, psychological well-being and job performance: An examination of conservation of resources (COR) theory and job burnout. *Journal of Business & Management*, 9(4), 389-406.
- Yahyaoğlu, R. (2011). *Yalnızlık Psikolojisi*. (7.Baskı). İstanbul: Nesil Yayınları.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*. (Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit) İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yanar, E. (2015). *Ergenlerin sosyal medya tutumlarının kişisel gelişimleri üzerine etkileri*. (Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yarar, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri ile siber zorbalık siber mağduriyetleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yayman, E. (2019). *Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve aile işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yazgan, T. (1992). *İktisatçılar için Sosyal Güvenlik Ders Notları*. İstanbul: İktisadi Araştırmalar Vakfı Yayını.
- Yıldırım, N. H. (2019). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile evliliğe yükledikleri anlam ve eş seçme kriterleri arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, S. ve Kışioğlu, A.N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi. *SDÜ Tıp Fak Dergisi*, 25(4), 473-480.
- Yıldız, M. A. ve Duy, B. (2014). Adaptation of the short-form of the UCLA loneliness scale (Uls-8) to Turkish for the adolescents. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 27(3), 194-203. doi: 10.5350/DAJPN2014270302
- Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 59(59), 451-470.
- Yılmaz, E. ve Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79.

- Young, J. E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 379-406). New York: Wiley
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1 (3), 237-244.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: A source book*, 17 (17), 351-352.
- Young, K. (2007). Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *CyberPsychology and Behavior*. 10 (5): 671- 679.
- Yukay-Yüksel, M., Çini, A. ve Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 66-85
- Yüksel, B. Ö. (2019). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak aleksitimi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yüksel, E. (2019). *Sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve kendini gizleme arasındaki ilişki: Konya örneğinde bir saha araştırması*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yüksel-Şahin, F. ve Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 363-377.
- Yüksel, R. ve Demirkıran, F. (2019). Hemşirelik öğrencilerinde yalnızlık ve etkileyen faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 2(2), 18-23.
- Zafarmand, N. (2010). *Halkla ilişkiler alanında yeni mecra ve uygulamaların yeri ve önemi: Sosyal medya ve Pr2.0*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Zastrow, C. (2015). *Sosyal hizmete giriş* (Çev. Durdu Baran Çiftçi). Ankara: Nika Yayınevi
- Zenelaj B. (2014). *Pazarlama stratejisi olarak sosyal medya iletişimi ile kurumsal itibarı oluşturmak: İletişim sektöründe bir araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Zeng, G., Chen, X., Cheung, H. Y., & Peng, K. (2019). Teachers' growth mindset and work engagement in the Chinese educational context: Well-being and perseverance of effort as mediators. *Frontiers in psychology*, 10, 839. Teachers'

growth mindset and work engagement in the Chinese educational context: Well-being and perseverance of effort as mediators. *Frontiers in psychology*, 10, 839.

Zhao, L. (2021). The impact of social media use types and social media addiction on subjective well-being of college students: A comparative analysis of addicted and non-addicted students. *Computers in Human Behavior Reports*, 100122.



EKLER

EK - 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Veliler ve ortaokul öğrencileri,

Bu ölçek formları; "Ortaokul öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" amacıyla BİLİMSEL BİR ARAŞTIRMA olarak YÜKSEK LİSANS TEZİNDE kullanılacaktır. Bilimsel araştırma olduğu için KİMLİK BİLGİSİ GİZLİLİĞİ'ne dikkat edilmekte ve KİMLİK BİLGİSİNE dair bir bölüm yoktur. Cevaplayacağınız sorular genel nitelikteki sorulardır. 4 bölümden ve 48 sorudan oluşmaktadır. Gönüllük esasına bağlı olarak "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİ"nin cevaplama süresi en fazla 10 dakika sürecektir. Bölümlerdeki açıklamaları lütfen okuyun, size en uygun gelen seçeneği işaretleyiniz. Yanıtlarınızı samimiyet ile vermeniz BİLİME katkı sağlayacaktır. Verdiğiniz yanıtlar araştırmacı dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Nusret ERDEMİR

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi

PDR Yüksek Lisans Öğrencisi

Erdemir_n@hotmail.com

Velisi olduğum ortaokul öğrencisinin bilime katkı sağlaması için yapılan bu araştırmaya katılmasına izin veriyorum.

Evet

Kişisel Bilgi Formu

Burada sorulan sorular genel sorular olup, hiçbir özel soru bulunmamaktadır.

1.Cinsiyet:

A)Kız B)Erkek

2.Yaşınız (Sayı ile Yazınız):

.....

3.Sınıf Düzeyiniz:

A)5.Sınıf B)6.Sınıf C)7.Sınıf D)8.Sınıf

4.Başarı Düzeyiniz (Genel Olarak Sınavlardan Aldığınız Puan Düzeyi) :

A)100-80 B)79-65 C)64-50 D)49 ve altı

5.Kardeş Sayısı:

A)Kardeşim yok. B)1 C)2 D)3 ve Üstü

6.Annenizin En Son Mezun Olduğu Eğitim Düzeyi Nedir?:

A)Okuma-yazma yok B)İlkokul - Ortaöğretim C)Lise D) Üniversite

7.Babanızın En Son Mezun Olduğu Eğitim Düzeyi Nedir?:

A)Okuma-yazma yok B)İlkokul - Ortaöğretim C)Lise D) Üniversite

8.Anneniz çalışıyor mu?

A)Evet B)Hayır

9.Babanız çalışıyor mu?

A)Evet B)Hayır

10.Anne-Baba Birlikteliği:

A)Birlikte B)Ayrı C)Diğer

11.Ailenin aylık geliri (Verilen aralıklardan uygun olanı seçiniz.)

A)1500-3000 B)3001-5000 C)5001-10.000 D)10.001 ve üstü

12.Okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılır mısınız?

A)Her zaman B)Bazen C)Katılmam

**EK - 2: ERGENLER İÇİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ
(ESMBÖ)**

(Örnek maddeler sunulmaktadır.)

Saygıdeğer katılımcı, aşağıda verilen ifadeleri son 1 yıldaki sosyal medya(MySpace, Facebook, Bebo, LinkedIn, Tumblr, Bloglar, Instagram, WhatsApp, Viber, Line, Tango, Snapchat, Wikipedia, Podcast Apple iTunes, Forumlar, YouTube, Twitter, vb.) kullanımınızı düşünerek işaretleyiniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her Zaman
1) Sosyal medyayı kullanmadığımda sinirli, endişeli veya üzgün olurum.					
4) Sosyal medyada gezinirken “biraz daha” diyerek süreyi uzatırım.					
6) Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
8) Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim.					

EK - 3: UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ KISA FORMU (UYÖ-KF, ULS-8)

(Örnek maddeler sunulmaktadır.)

	Aşağıdaki ölçekte kendinize ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Bu ifadelerde yer alan durumu ne sıklıkta hissettiğinizi ve yaşadığınızı gösteren cevaplardan hangisi size daha çok uyuyorsa o durumun altında yer alan parantezin içine bir çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen her soru için tek bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.	Hiç	Nadiren	Bazen	Her zaman
1	Arkadaşım yok.				
2				
3	Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.				
4				
5*				
6	Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.				
7				

EK - 4: ERGENLER İÇİN BEŞ BOYUTLU İYİ OLUŞ MODELİ ÖLÇEĞİ (EPOCH)

(Örnek maddeler sunulmaktadır.)

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarınız için teşekkürler.					
1= Hiçbir zaman 2= Bazen 3= Sıklıkla 4= Çoğu zaman 5= Her zaman anlamına gelmektedir.					
1.					
2. Başladığım işi bitiririm.					
3. Geleceğim hakkında iyimserim.					
4. Mutlu hissederim.					
5.					
6. Çok eğlenirim.					
7. Kendimi yaptığım işe tamamen kaptırırım.					
8. Hayatı severim.					
9. Ödevlerimi bitirene kadar başka bir şeyle ilgilenmem.					
10.					
11.					
12.					
13. Belirsizlik durumlarında en iyisini umarım.					
14.					
15. İyi şeyler yaşayacağımı düşünürüm.					
16. Gerçekten önemsendiğim arkadaşlarım var.					
17. Bir şey için plan yaptığımda o plana uyarırım.					
18.					
19. Çalışkan bir insanım.					
20. Neşeli bir insanım.					

EK - 5: ÖLÇEK İZİNLERİ

← Re: Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)'nün Yüksek Lisans Tezinde Kullanım İzni Ricası


MÖ Mustafa ÖZGENEL <...>
7.02.2020 Cum 22:58
Kime: Siz

Değerli Nusret merhaba
Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz.
Ölçek maddelerini makalenin sonunda bulabilirsiniz.
Çalışmanızda kolaylıklar dilerim

[IOS için Outlook uygulamasını edinin](#)

← Ynt: UCLA Yalnızlık Ölçeği Yüksek Lisansda Kullanım İzni

☯ Mehme
9.02.2020
Kime: Siz

 UCLA KISA FORM UYGUL...
17 KB

Sayın Erdemir,
Ölçeğimizi çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçek ekte yer almaktadır. İyi çalışmalar dilerim.

Mehmet Ali Yıldız (Doç.Dr.)
Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD
Merkez: Adıyaman, TÜRKİYE
Telefon:+90 416 223 38 00-1049

Mehmet Ali Yıldız (Ph.D.)
Adıyaman University, Faculty of Education
Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counseling Program
Adıyaman, TURKEY
Phone:+90 416 223 38 00 (Office Phone Number: 1049)

← Fwd: Yasal izin isteme

id İbrahim DEM
2.12.2019 Paz 01:
Kime: Siz

Merhaba
EPOCH İyi Oluş Ölçeğini kullanabilirsiniz. Ölçeğin maddeleri ve puanlaması hakkında bilgilere linkten ulaşabilirsiniz.
<https://toad.halileksi.net/olek/epoch-olcge>

EPOCH Ölçeği | TOAD

Ölçeğin bağ boyutlu modelinin uyumunu belirlemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur ($\chi^2 = 381.29$, $sd = 160$, $RMSEA = .074$, $NFI = .96$, $NNFI = .98$, $CFI = .98$, $IFI = .98$, $RFI = .96$ ve $SRMR = .052$). Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .37 ile .84 arasında değişmektedir.

toad.halileksi.net

Saygılarımla,
İyi çalışmalar dilerim.

Dr. İbrahim DEMİRÇİ
Sinop Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

[Yanıtla](#) | [İlet](#)

EK - 6: RESMİ İZİNLER

İZU Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 27.05.2021 - 2723



T.C.
KÜTAHYA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-53490996-44-25460219
Konu : Araştırma İzni

24.05.2021

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi : a)20.05.2021 tarihli ve 6654 sayılı yazınız.
b)21.05.2021 tarihli ve E-53490996-44-25399777 sayılı onay.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Nusret ERDEMİR' in "*Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*" konulu tez çalışması kapsamındaki araştırma çalışması için Valilik Makamından alınan ilgi (b) onay ekte gönderilmiştir.

İlgili anket çalışmasının tamamlandıktan sonra bir örneğinin Müdürlüğümüz Ar-Ge birimine gönderilmesini arz ederim.

Hasan BAŞYİĞİT
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek: İlgi (b) onay (1 sayfa)

Mevcut Elektronik İmzalar

Adres : İMŞE Sığın Mektebi KÜTAYDA

Tel/Fax No : 0 (274) 280 41 94

E-Posta : arge@izuh.gov.tr

Kay Adresi : mahmuti@izuh.gov.tr

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : İMŞE Sığın Mektebi KÜTAYDA

Tel/Fax No : 0 (274) 280 41 94

E-Posta : arge@izuh.gov.tr

Kay Adresi : mahmuti@izuh.gov.tr

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.muh.gov.tr/mdb-efya>

Bilgi için: F.İ. ÖRNEK YIKI

Ünvan : Vardiye Hizmetleri ve Kontrol İşletmeni

İletişim Adresi: kutahya@meb.gov.tr Faks: 2742804398

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrak.muh.gov.tr> adresinden: 33a5-9688-5b8c-8947-72d8 kodu ile teyit edilebilir.

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.İnEvrak sorgulaması (VALUF



T.C.
KÜTAHYA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-53490996-44-25399777
Konu : Araştırma İzni

21/05/2021

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2020/02 nolu Genelgesi.
b) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğünün 20.05.2021 tarihli ve E-34555043-050.01.04-6654 sayılı yazısı.

İlgi (a) genelge doğrultusunda, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Nusret ERDEMİR'in "*Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Yatmazlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*" konulu tez çalışması kapsamındaki uygulama ölçeğini ilimiz Tavşanlı ilçesinde bulunan resmi ve özel ortaokullarda öğrenim gören öğrencilere online olarak uygulamak istediği belirtilmektedir.

İl Millî Eğitim Şube Müdürü Mustafa TOPUZ'un başkanlığında toplanan değerlendirme komisyonu yapmış olduğu inceleme sonucunda söz konusu uygulama çalışmasının okullarda online olarak uygulanabilir olduğuna karar vermiş olup, eğitim - öğretimi aksatmadan, konunun dışına çıkmamaları, bütün sorumluluğun ilgililere ve okul müdürlüğüne ait olmak üzere yukarıda belirtilen uygulama çalışmasının tamamlandıktan sonra bir örneğinin Müdürlüğümüze verilmek üzere yapılmasını; Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Hasan BAŞYİĞİT
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
Dr. H.İbrahim ERTEKİN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Adres : İl Millî Eğitim Müdürlüğü KÜTAHYA

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.meb.gov.tr/meb-elys>

Tel/Fax No : 0 (274) 280 43 94
E-Posta: sege43@meb.gov.tr
Kap Adresi : meb@hbt1.kap.tr

Belge No: F.İ.İ.Ö.082021.01001
Ünvan : Vali İhazatına ve Kontrol İşlemine
İnternet Adresi: kutahya@meb.gov.tr Faks: 2742804398

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://www.meb.gov.tr> adresinden: **11C8-586e-31b8-a7e7-209a** kodu ile teyit edilebilir.

EK – 7: ETİK KURUL KARARI VE ONAYI

Evrak Tarih ve Sayısı: 15.06.2021-E.8051



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı :E-20292139-050.01.04-8051
Konu : Etik Kural Kararları

Sayın Nusret ERDEMİR
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

"Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 28.05.2021 tarihli ve 2021/05 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU
Kurul Başkanı

Ek:36-Nusret Erdemir Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Mevcut Elektronik İmzalar

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanı) - Kurul Başkanı 15.06.2021 17:55

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: *86E388F95E* Pın Kodu: 45812

Adres: İktisadi Caddesi No: 281 Kağıthane/İstanbul

Tel: 444 97 98 Faks: +90 (212) 693 82 29

e-Posta: bilgi@isa.edu.tr Web: www.isa.edu.tr

Kapı Adresi: isa@b691.kap.tr

Belge Takip Adresi: <https://ibys.isa.edu.tr/en/Visyon/Dogrula/ONG>

Bilgi için: Zeynep Fındık TEZ

Ünvanı: Yürürlük Kurul

Tel No: 2126926686





T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	28.05.2021
Sayı	2021/05
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Nusret ERDEMİR
Diğer Araştırmacılar/Danışman Adı Soyadı	Prof. Dr. Tuncay AYAS
Karar	UYGUNDUR

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacıyla taşımaktadır.)

Prof. Dr. Nasuh USLU
Başkan

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ
Başkan V.

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Üye

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK
Üye

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU
Üye

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâhibi

Zeynep Funda TEZ

EK - 8: GOOGLE FORM

Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Sayın Veliler ve ortaokul öğrencileri ,

Bu ölçek formları; "Ortaokul öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" amacıyla BİLİMSEL BİR ARAŞTIRMA olarak YÜKSEK LİSANS TEZİNDE kullanılacaktır. Bilimsel araştırma olduğu için KİMLİK BİLGİSİ GİZLİLİĞİ'ne dikkat edilmekte ve KİMLİK BİLGİSİNE dair bir bölüm yoktur. Cevaplayacağınız sorular genel nitelikteki sorulardır. 4 bölümden ve 48 sorudan oluşmaktadır. Gönüllük esasına bağlı olarak "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİ"nin cevaplaması en fazla 10 dakika sürecektir. Bölümlerdeki açıklamaları lütfen okuyun, size en uygun gelen seçeneği işaretleyiniz.Yanıtlarınızı samimiyet ile vermeniz BİLİME katkı sağlayacaktır.Verdiğiniz yanıtlar araştırmacı dışında kimse ile paylaşılmayacaktır.Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Nusret ERDEMİR

Velisi olduğum ortaokul öğrencisinin bilime katkı sağlaması için yapılan bu araştırmaya katılmasına izin veriyorum. *

EVET

Kişisel Bilgi Formu

Burada sorulan sorular genel sorular olup, hiçbir özel soru bulunmamaktadır.

1) Cinsiyetiniz *

- Kadın
 Erkek

2) Yaşınız (Sayı ile yazınız.) *

Yanıtınız _____

3) Sınıf Düzeyiniz *

- 5.sınıf
 6.sınıf
 7.sınıf
 8.sınıf

4) Başarı Düzeyiniz (Genel olarak sınavlardan aldığınız puan düzeyi) *

- 100-80
 79-65
 64-50
 49 ve altı

5) Kaç kardeşisiniz? *

- Kardeşim yok.
- 1
- 2
- 3 ve Üstü

6) Annenizin en son mezun olduğu eğitim seviyesi nedir? *

- Okuma-yazma yok.
- İlkokul-ortaokul
- Lise
- Üniversite

7) Babanızın en son mezun olduğu eğitim seviyesi nedir? *

- Okuma-yazma yok.
- İlkokul-ortaokul
- Lise
- Üniversite

8) Anneniz çalışıyor mu? *

- Evet
- Hayır

9) Babanız çalışıyor mu? *

- Evet
- Hayır

10) Anne-baba birlikteliği *

- Birlikte
- Ayrı
- Diğer

11) Ailenin aylık geliri (Verilen aralıklardan uygun olanı seçiniz.) *

- 1.500 TL - 3.000 TL arasında
- 3.001 TL - 5.000 TL arasında
- 5.001 TL - 10.000 TL arasında
- 10.001 TL ve Üstü

12) Okuldaki spor ve kültürel faaliyetlere katılır mısınız? *

- Her zaman
- Bazen
- Katılmam

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Lütfen son 1 yıldaki sosyal medya kullanımınızı (MySpace, Facebook, Bebo, LinkedIn, Tumblr, Bloglar, Instagram, WhatsApp, Viber, Line, Tango, Snapchat, Wikipedia, Podcast Apple iTunes, Forumlar, YouTube, Twitter, vb.) düşünerek cevaplayınız. Doğru ya da yanlış cevap YOKTUR. 9 sorudan ve 5 seçenektен oluşmaktadır. Seçenekler; *Hiçbir zaman = 1, Nadiren = 2, Bazen = 3, Çoğunlukla = 4, Her zaman = 5* şeklindedir. Size uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

1)Sosyal medyayı kullanmadığımda sınırlı, endişeli veya üzgün olurum. *

Hiçbir Zaman 1 2 3 4 5 Her Zaman

4)Sosyal medyada gezinirken "biraz daha" diyerek süreyi uzatırım. *

Hiçbir Zaman 1 2 3 4 5 Her Zaman

6)Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum. *

Hiçbir Zaman 1 2 3 4 5 Her Zaman

8)Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim. *

Hiçbir Zaman 1 2 3 4 5 Her Zaman

Yalnızlık Ölçeği

Bu ölçekte kendinize ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Bu ifadelerde yer alan durumu ne sıklıkta hissettiğinizi ve yaşadığınızı gösteren cevaplardan hangisi size daha çok uyuyorsa o durumu seçiniz. Doğru ya da yanlış cevap YOKTUR. 7 sorudan 4 seçenektен oluşmaktadır. Seçenekler; *1 = Hiç, 2 = Nadiren, 3 = Bazen ve 4 = Her zaman* şeklindedir. Size uygun olanı seçiniz.

1)Arkadaşım yok. *

Hiç 1 2 3 4 Her Zaman

3)Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum. *

Hiç 1 2 3 4 Her Zaman

6)Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum. *

Hiç 1 2 3 4 Her Zaman

İyi Olma Ölçeği

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanızdır. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. 20 sorudan ve 5 seçenekten oluşmaktadır. Seçenekler; "1= Hiçbir zaman 2= Bazen 3=Sıklıkla 4=Çoğu zaman 5=Her zaman" anlamına gelmektedir.

2.Başladığım işi bitiririm. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

3.Geleceğim hakkında iyimserim. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

4.Mutlu hissederim. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

6.Çok eğlenirim. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

7.Kendimi yaptığım işe tamamen kaptırıyorum. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

8.Hayatı severim. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

9.Ödevlerimi bitirene kadar başka bir şeyle ilgilenmem. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

13.Belirsizlik durumlarında en iyisini umarım. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

15.İyi şeyler yaşayacağımı düşünürüm. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

16.Gerçekten önemseydiğim arkadaşlarım var. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

17.Bir şey için plan yaptığımda o plana uyarım. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

19.Çalışkan bir insanım. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

20.Neşeli bir insanım. *

	1	2	3	4	5	
Hiçbir Zaman	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Her Zaman

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Nusret ERDEMİR

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2021, İstanbul.

Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2019, İstanbul.

Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Üstün Zekalı Öğretmenliği Bölümü, 2019, İstanbul.

Lisans: Anadolu Üniversitesi, Açıköğretim Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, 2017, Eskişehir.

Lisans: Dumlupınar Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Sınıf Öğretmenliği Bölümü, 2015, Kütahya.

Lise: Emirdağ Anadolu Öğretmen Lisesi, 2011, Afyon.

B. MESLEKİ DENEYİM

2021 – 2022 Tavşanlı Özel Eğitim Uygulama Okulu I.Kademe Özel Eğitim Öğretmeni

2020 – 2021 Tavşanlı Özel Eğitim Uygulama Okulu I.Kademe Özel Eğitim Öğretmeni

2019 – 2020 Tüccarlar ve Sanayiciler Derneği İlkokulu Sınıf Öğretmeni

2019 – 2019 İkitelli Ortaokulu Matematik Öğretmeni

C. YAYINLARI

1. Ulusal hakemli dergilerde yayımlanan makaleler

Erdemir, N. (2019) Ortaokul Öğrencilerinin Okul Tükenmişliğinin Eğitim Stresi ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Humanistic Perspective*, 1(1), 44-55.

2. Uluslararası konferanslarda yayımlanan bildiriler

Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). “**Üniversite Öğrencilerinin Motivasyon Düzenleme Düzeylerinin Belirlenmesi: Bir Ölçek Uyarlama Çalışması (The Brief Regulation of Motivation Scale in Turkish University Students: A Preliminary Scale Adaptation Study).**” *IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi Bildiri Tam Metin Kitabı içinde*, 233-241. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). “**Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin (SMBÖ) üniversite öğrencilerindeki ilk psikometrik değerleri.**” *IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi Bildiri Tam Metin Kitabı içinde*, 571-581. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). “**Şefkat-Merhamet Ölçeği’nin ilk psikometrik bulguları.**” *3. Uluslararası Eğitim ve Değerler Sempozyumu-ISOEVA (3rd International Symposium of Education and Values) Bildiri tam metinleri Sempozyum E-kitabı*, 152-163.

Sarıçam, H. ve Erdemir, N. (2019). “**Kernis-Goldman Özgünlük (Otantiklik) Ölçeği-Kısa Formu’na ait ilk psikometrik bulgular.**” *3. Uluslararası Eğitim ve Değerler Sempozyumu-ISOEVA (3rd International Symposium of Education and Values) Bildiri tam metinleri Sempozyum E-kitabı*, 164-175.