

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

**ERGENLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI,
RUHSAL SORUNLAR VE SOSYAL BECERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yusuf CUMA

İstanbul
Eylül - 2020

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

**ERGENLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, RUHSAL
SORUNLAR VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yusuf CUMA

Tez Danışmanı
Doç. Dr. İbrahim TAŞ

İstanbul
Eylül - 2020

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

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

Danışman Doç. Dr. İbrahim TAŞ

.....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE

.....

Üye Doç. Dr. Gazanfer ANLI

.....

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

.....

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım ‘Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ‘ adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Yusuf CUMA

ÖN SÖZ

Bütün bilgi ve tecrübesiyle her zaman destek olan, araştırmamın fikir öncülüğünü yapan ve gelişiminin her aşamasında bana yardımcı olan değerli tez danışmanım Doç. Dr. İbrahim TAŞ'a, yüksek lisans eğitimi boyunca bizleri motive eden çok değerli hocamız Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ'a, eğitim hayatım boyunca desteklerini esirgemeyen aileme, uygulamada yardımını esirgemeyen öğretmen ve öğrencilere teşekkürlerimi sunarım.

Yusuf CUMA

İstanbul - 2020

ÖZET

**ERGENLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, RUHSAL
SORUNLAR VE SOSYAL BECERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yusuf CUMA

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez danışmanı: Doç. Dr. İbrahim TAŞ

Eylül, 2020 - 169 Sayfa

Teknolojinin gelişimiyle hayatımıza hızlı bir giriş yapan internet ülkemizde de kısa sürede yaygınlaşmıştır. İnternet ağının gelişimiyle oluşturulan sosyal platformlar iletişimi hızlandırdığı gibi günlük yaşamda önemli derecede yer etmeye başlamıştır. Sosyal medya, kullanımın yaygınlaşmasıyla birlikte bağımlılık olarak ele alınmış ve sosyal medyanın insan davranışları üzerinde olumsuz sonuçlar ortaya çıkardığı gözlenmiştir.

Çalışmanın amacı; ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın evreni 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul ilinde ortaokul ve liseye devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Esenler ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaokul ve lisede eğitim gören 7-12. sınıf öğrencileri arasından seçilen 400 ergen bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından geliştirilen ‘Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği’, Kocayörük (2000) tarafından geliştirilen ‘Sosyal Beceri Ölçeği’ ve Sahin ve Durak (1994) tarafından Türkçeye uyarlanan ‘Kısa Semptom Envanteri’ ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Değişkenler arasında farklılığı ortaya koyabilmek için ikili karşılaştırmalarda dağılım normal olduğundan t testi, ikiden fazla değişken gruplarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Farklılığın anlamlı bulunması durumunda Tukey (Çoklu Karşılaştırma) testi uygulanmıştır. Sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beceri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki, sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki, ruhsal sorunlar ile sosyal beceri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığının anne tutumu, algılan akademik başarı,

amaçsız internet kullanımı ve sosyal medya kullanım süresine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Ruhsal sorunların cinsiyet, sınıf ve anne baba eğitim düzeyine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Sosyal becerinin cinsiyet, kardeş sayısı, baba tutumu, algılanan akademik başarı, amaçsız internet kullanımı ve sosyal medya kullanım süresine göre farklılaştığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergen, Sosyal Medya, Sosyal Beceri, Ruhsal Sorunlar, Bağımlılık



ABSTRACT

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN
SOCIAL MEDIA ADDICTION, MENTAL PROBLEMS AND
SOCIAL SKILLS IN ADOLESCENTS**

Yusuf CUMA

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis advisor: Assoc. Prof. İbrahim TAŞ

September – 2020, 169 Page

The internet, which has made a rapid entry into our lives with the development of technology, has become widespread in our country in a short time. Social platforms related to the development of the internet network are speeding up and becoming an important part of human life. With the widespread use of social media, it was considered as an addiction and it was observed that it produced negative results on human behavior.

The aim of the study is investigation of the relationship between social media addiction in adolescents, mental problems and social skills. The target population of the study consists of students attending secondary and high schools in İstanbul in 2018-2019 academic year. The research sample consists of 7th – 12th grade 400 adolescents selected among the students attending the Ministry of Education's secondary and high schools in Esenler district. These forms; 'Internet Addiction Scale (İAS) for Adolescents' developed by Özgenel, Canpolat and Ekşi (2019), 'Social Skill Scale' developed by Kocayörük (2000) and 'Short Symptom Inventory' adapted to Turkish by Şahin and Durak (1994) and Personal Information Forms were used for collecting data. In order to reveal the difference between the variables, t test, because of normal distribution, is used in paired comparison. And one-way analysis of Variance (ANOVA) is used in comparison more than two variable groups. If the difference was found meaningful, Tukey (Multiple Comparisons) test was applied. It has been observed that there is a negative and meaningful relationship between social media addiction and social skills, a positive and meaningful relationship between social media addiction and mental problems, a negative and meaningful relationship between mental problems and social skills. It has been observed that there is a difference

between social media addiction and maternal attitude and academic success. And also, it has been observed that there is a relationship between aimless internet using and duration of social media using. It has been determined that social media addiction differs according to maternal attitude, academic success, purposeless internet use and duration of social media use. It has been observed that mental problems differ according to gender, class and education level of parents. Also, social skills differ according to gender, number of siblings, father attitude, academic success, purposeless internet use and duration of social media use.

Keywords: Adolescent, Social Media, Social Skill, Mental Problems, Addiction,



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
TABLO LİSTESİ	xii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xv
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1 Problem	1
1.2. Amaç.....	1
1.2.1. Alt Amaçlar	4
1.3 Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Varsayımlar	5
1.5.Sınırlılıklar.....	6
1.6.Tanımlar	6
İKİNCİ BÖLÜM	8
ERGENLİK, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, RUHSAL SORUNLAR VE SOSYAL BECERİ	8
2.1.Ergenlik.....	8
2.1.1.Ergenlik Döneminin Özellikleri	8
2.1.2. Ergenlik Döneminin Gelişim Özellikleri	9
2.1.2.1.İlk Ergenlik Dönemi	9
2.1.2.2.Son Ergenlik Dönemi.....	9
2.1.3.Ergenlik Döneminde Gelişim Alanlarındaki Değişimler	9
2.1.3.1.Fiziksel Gelişim	9
2.1.3.2.Sosyal Gelişim	10
2.1.3.3.Cinsel Gelişim.....	10
2.1.4.Ergenlerde Psikiyatrik Belirtiler	10
2.1.5.Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri	12
2.2. Sosyal Medya Bağlılığı	13
2.2.1.Sosyal Medya	13

2.2.2.Sosyal Medya ve Özellikleri.....	15
2.2.3.Sosyal Medya Araçları.....	16
2.2.3.1.Bloglar.....	17
2.2.3.2.Mikrobloglar.....	18
2.2.3.3.Sosyal Ağ Siteleri.....	19
2.2.3.4.Medya Paylaşım Siteleri.....	21
2.2.3.5.Lokasyon Bazlı Servisler.....	23
2.2.3.6.Forum ve Haber Grupları.....	23
2.2.3.7.Wikiler.....	24
2.2.4.Bağımlılık.....	24
2.2.5.Davranışsal Bağımlılık.....	25
2.2.6.Sosyal Medya Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri.....	26
2.3.Ruhsal Sorunlar.....	28
2.3.1.Ruhsal Sorunlar Kavramı.....	28
2.3.2.Depresyon.....	29
2.3.3.Anksiyete.....	30
2.3.3.1.Ayrılma Anksiyete Bozukluğu.....	32
2.3.3.2.Panik Atak.....	32
2.3.3.3.Yaygın Anksiyete Bozukluğu.....	33
2.3.3.4.Obsesif Kompulsif Bozukluk.....	33
2.3.3.5.Sosyal Fobi.....	34
2.3.3.6.Özgül Fobi.....	34
2.3.3.7.Post Travmatik Stres Bozukluğu.....	34
2.3.4.Somatizasyon.....	35
2.3.5.Hostalite.....	35
2.3.6.Şizofreni.....	36
2.3.6.1.Şizofreni Alt Tipleri.....	37
2.3.7.Olumsuz Benlik.....	38
2.4.Sosyal Beceri.....	39
2.4.1.Sosyal Beceri Kavramı.....	39
2.4.2.Sosyal Beceri Modelleri.....	41
2.4.2.1.Motor Sosyal Beceri Modeli.....	41
2.4.2.2.İnsan Davranışı Modeli.....	42
2.4.2.3.Üç Sistem Yaklaşımı.....	42

2.4.2.4.Kendini Ortaya Koyma Yaklaşımı.....	43
2.4.2.5.Sosyal Öğrenme Modeli.....	43
2.4.3.Kişiler Arası İletişim	44
2.4.4.Sosyal Kaygı	45
2.4.5.Sosyal Beceri Türleri.....	46
2.4.6.Ergenlerde Sosyal Beceri	48
2.5. Literatür İle İlgili Araştırmalar.....	50
2.5.1. Sosyal Medya Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar.....	50
2.5.2. Ruhsal Sorunlar İle İlgili Araştırmalar.....	51
2.5.3. Sosyal Beceri İle İlgili Araştırmalar	53
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	55
YÖNTEM.....	55
3.1.Araştırmanın Modeli	55
3.2.Evren ve Örneklem	55
3.3.Veri Toplama Araçları	58
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu	58
3.3.2.Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	58
3.3.3.Kısa Semptom Envanteri	59
3.3.4.Sosyal Beceri Ölçeği	59
3.4.Verilerin Toplanması ve Analizi.....	60
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	62
BULGULAR VE YORUM.....	62
4.1.Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından farklılıklarına ilişkin bulgular	62
BEŞİNCİ BÖLÜM	88
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	88
5.1.Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Sonuç ve Tartışması.....	88
5.1.1. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması.....	88
5.1.2. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Yaş Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	91
5.1.3. Ergenler Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Sınıf Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	93

5.1.4. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	96
5.1.5. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Anne Baba Tutumu Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması.....	98
5.1.6. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Anne Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	101
5.1.7. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	104
5.1.8. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Amaçsız İnternet Kullanımı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması	106
5.1.9. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması.....	109
5.1.10. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuç ve Tartışması	111
5.2.Öneriler	114
5.2.1.Araştırma Sonucuna Dayalı Öneriler.....	114
5.2.2.Araştırmacılara Öneriler	115
KAYNAKÇA	116
EKLER.....	146
ÖZGEÇMİŞ.....	152

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Çalışma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı	56
Tablo 3.2: Çalışma Grubunun Algılanan Akademik Başarı Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı	56
Tablo 3.3: Çalışma Grubunun Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dağılımı	56
Tablo 3.4: Çalışma Grubunun Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dağılımı	57
Tablo 3.5: Çalışma Grubunun Algılanan Anne Tutumu Değişkenine Göre Dağılımı	57
Tablo 3.6: Çalışma Grubunun Algılanan Baba Tutumu Değişkenine Göre Dağılımı	58
Tablo 3.7: Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar, Sosyal Beceri Puanlarının N, \bar{x} , Ss, Sh \bar{x} , Basıklık ve Çarpıklık Değerleri	61
Tablo 3.8: Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Güvenirlik Geçerlilik Katsayıları.....	61
Tablo 4.1: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları.....	62
Tablo 4.2: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları.....	Error! Bookmark not defined.3
Tablo 4.3: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları	63
Tablo 4.4: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	64
Tablo 4.5: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	64
Tablo 4.6: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	65
Tablo 4.7: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	65
Tablo 4.8: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	66

Tablo 4.9: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	67
Tablo 4.10: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	68
Tablo 4.11: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	68
Tablo 4.12: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	69
Tablo 4.13: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	70
Tablo 4.14: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	70
Tablo 4.15: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	71
Tablo 4.16: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	72
Tablo 4.17: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	72
Tablo 4.18: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	73
Tablo 4.19: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	74
Tablo 4.20: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	75
Tablo 4.21: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	76
Tablo 4.22: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	76
Tablo 4.23: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Algılanan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	77
Tablo 4.24: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	78
Tablo 4.25: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	79

Tablo 4.26: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	79
Tablo 4.27: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	80
Tablo 4.28: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	81
Tablo 4.29: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	82
Tablo 4.30: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	83
Tablo 4.31: Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	84
Tablo 4.32: Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	85
Tablo 4.33: Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	86
Tablo 4.34: Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar Ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular.....	87

KISALTMALAR LİSTESİ

ESMBÖ: Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

KSE: Kısa Semptom Envanteri

SBÖ: Sosyal Beceri Ölçeği

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

SPSS: Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi

Akt: Aktaran

ev: Çeviren

Ed: Editör

sf: Sayfa

vd: Ve Diğerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, önemi, amacı, varsayımları, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılan kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

1.1 Problem

Teknoloji hızla gelişmekte ve en yoğun kullanım alanı bilişim teknolojileri olmaktadır. Bilgisayar ve internetin gelişmesi bilişim teknolojileri alanındaki yaygınlaşmayı hızlandırmıştır. Geçmiş yıllarda çok uzun sürede yapılacak işler bilgisayarın icadıyla çok kısa sürede yapılabilir hale gelmiştir. Bu alanlardaki gelişmeler ile bireylerin sosyal platformları kullanımı hızla artmıştır. Bilişim teknolojileri ve sosyal medya hayatımızı kolaylaştırdığı gibi kullanım süresi açısından hayatımızı olumsuz da etkilemektedir.

Alan yazın incelendiğinde bilişim teknolojileri kullanımı ile ilgili farklı görüşler ortaya çıkmaktadır. Küçük yaştan itibaren bilişim teknolojilerinin kullanımının yoğunlaşmasına karşı çıkan görüşler, gelişimsel etkinliklerin yerini aldığı için tehlikeli olduğunu belirtmektedir. Sanal ortamda geçirilen zamanın bireyleri gerçeklikten kopararak daha fazla uyaranla karşı karşıya bıraktığı görülmektedir. Gerçeklikten uzaklaşan bireyler sanal dünyanın etkisini fazlasıyla içselleştirmekte ve ayırım yapamaz hale gelmektedir. Bütün bunlar bir araya geldiğinde yaratıcılık ve farkındalık da zaman içerisinde kaybolmaktadır (Akbulut, 2013).

Teknolojik gelişmelere uyum sağlamak artık daha da kolaylaşmaktadır. Bu noktada ilk başvuru alanı internet ortamıdır. İnternet ortamında aranılan bütün bilgilere hızlı bir şekilde ulaşılırken bazen de sosyal medyaya vaktin büyük kısmı ayrılmaktadır. Bu noktada harcanacak vakti ayarlayacak olan kullanıcılarıdır. Ulaşım engeli olmayan platformlara her yaş gurubu rahatlıkla ulaşabilmektedir. Sosyal medya kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte kişiler arası iletişim ve sosyallik azalmaya başlamış, zaman planlaması yapılamadığı için de günlük işleri aksatacak duruma gelmiştir (Yalçın, 2015:1).

İnternet bilgiye ulaşımı hızlandırmak amacıyla ortaya çıkmışken sosyal medya bağlantılarıyla birlikte kullanım alanı farklı boyutlara taşınmıştır. Kullanım süresine

göre de bir bağımlılık türü olarak ele alınmıştır. İnternet bağımlılığı ile sosyal medya bağımlılığı da gelişmiş ve ergenlik dönemindeki bireyler için de büyük bir problem haline gelmiştir (Öztürk vd., 2007).

İletişim kanallarının farklılaşması bireylere ürettiklerini paylaşabilecekleri yeni alanlar yaratmıştır. Sosyal ağlar da bu alanda toplulukları bir araya getirerek iletişime geçmelerine olanak sağlamıştır. Araştırmalar her geçen gün insanların gerçeklikten koparak bu sanal ortamda kendilerine yeni bir dünya yarattıklarını ve yaşamsal ihtiyaçlarını karşılamaya çalıştıklarını göstermektedir. Kullanım devam ettikçe gerçekle sanal arasındaki çizginin yavaş yavaş ortadan kaybolduğu görülmektedir. Genç nüfus arasında bu sanal ortamın kullanımı her geçen gün artmakta ve günümüz medyasının yerini de almaya başlamaktadır (Vural ve Bat, 2010: 3349).

Sosyal medya, ergenlerin sosyalleşme aracı olarak çok sık kullandığı bir platform haline gelmiştir. Sosyal ağ sayısı her geçen gün artmakta ve kullanımlarında yapılan değişiklikler sayesinde dikkat çekici bir hal aldığı için her yaşta insanın kullanımı cazip hale getirilmektedir. Yoğun kullanım sonucunda psikososyal gelişim olumsuz yönde etkilenmiştir. Bireyler; okul, aile ve arkadaş çevresi ile karşılıklı yapması gereken etkileşimi sanal ortamda yapmaktadır. Böyle bir durumda da kişiler arası ilişki kurmak ve bu ilişkiyi devam ettirmek zorlaşmakta, sosyal beceri gelişimi alanı olumsuz etkilenmektedir. Bu yüzden de sosyal medya platformlarının aşırı kullanılmasıyla yalnızlık, depresyon ve sosyal performans arasında doğrusal bir ilişki vardır. (Caplan, 2002: 553-575).

Dünya genelindeki yoğun kullanım, sosyal medya bağımlılığı kavramını ortaya çıkarmıştır. Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalar bu platformun genişlemesiyle birlikte hız kazanmıştır. Bu artışın nedeni ise sosyal medyanın özellikle ergenler üzerinde olumsuz etkilerinin oldukça fazla olması gösterilmektedir. Bir toplumun geleceği gençleridir ve bu durum göz önüne alınca onlar için en iyisini amaçlamak araştırmacıların sosyal medya bağımlılığı alanına yönelmesini gerektirmiştir. Kumar veya alkol bağımlılığında görülen davranış türlerine benzer davranışların sosyal medya bağımlılığında da görüldüğü yapılan araştırmalarda ortaya çıkmaktadır (Karaca, 2007). Ergenler yetişkinliğe erişme sürecinde oldukları için zaman geçirmek, yeni arkadaşlar edinmek gibi farklı amaçlarla diğer yaş guruplarına göre sosyal medyaya daha fazla yönelmekte ve bağımlılık riskini artırmaktadırlar (Durualp ve Çiçekoğlu, 2013: 29-46).

Ergenlik; kişilerin fiziksel, zihinsel, cinsel, sosyal ve duygusal gibi alanlarının tümüyle geliştiği bir dönemdir. Ülkemizde ‘adolescence’ kelimesinin yerine ‘ergenlik’ ifadesi kullanılmaktadır (Onur, 1987: 26). Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında kalan uzun aynı zamanda da zor bir süreç olarak görülür. Sürecin sınırları tam olarak çizilmese de 10-20 yaş arasında geçen dönem olduğu kabul edilir. Bu dönemin en büyük özelliği bütün açılardan gelişimin hızlı bir şekilde yaşanmasıdır. Bireyin hem bedenindeki hem de duygu durumundaki bu hızlı değişime ayak uydurmakta zorlanması süreci zorlaştırmaktadır. Bütün bunların bir arada yaşanması bireyin sosyal beceri açısından gelişimini yavaşlatmakta ve sosyal uyumunu da bozabilmektedir (Jacobs. Bleeker, Constantino, 2003).

Geçmişten günümüze iletişim ve sosyal beceri, hayatın her anında önemini korumuştur. Dönemsel farklılıklar olsa da insanoğlu anlaşabilmek için gelişimini sürekli ilerletmiştir. Bireyler arası ilişkiler her dönemde önemli olsa da çekirdek aile sayısının artması diğer aile bireyleriyle ilişkinin zayıflaması, eğitim hayatının çok uzun sürmesi günümüz toplumunu bireyci hale getirmiştir (Hortaçsu, 2003: 243).

Geçmişte akıl sağlığı için hastanelere yatan kişilerle aynı psikolojik durumu günümüzde normal olarak gördüğümüz ergenlerde gözlemlenmektedir. Bunların altında yatan sebeplere bakıldığında teknolojik gelişmelerin hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline geldiği görülmektedir. Hayatın her anı önemli olsa da fiziki, duygusal, cinsel kimlik gelişimi ve sosyal becerinin kazanılması açısından önemli bir dönemdir. Bu dönemdeki sorunlar ne kadar kolay atlatılırsa kişinin hayatına etkisi de aynı şekilde olumlu olacaktır. Ergenlik dönemindeki psikolojik belirtilere baktığımızda depresyon, anksiyete bozukluğu, somatik belirtiler ve paranoid düşünceler başta gelmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997: 54-61).

Ergenlikte arkadaşları tarafından dışlanan bireyler sevilmediğini düşünebilmektedir. Sosyometrik statülerinin düşük olduğunu düşünmeye başlayan ergenler yalnızlık, depresyon belirtileri, özsaygıda düşüş belirtileri göstermeye başlarken sosyal yeteneklerini de düşük bulmaya başlayabilirler (Asher, Hymel ve Renshaw, 1984:1456-1464). Sosyal becerilerinin yetersiz olduğunu düşünen ergenlerde akademik başarıda düşüş, davranış sorunları, öfke ve saldırganlığın yanında ruhsal sorunlar da gözlenmektedir. Bir gruba dahil olabilme, iletişime açıklık gibi durumlar akran gurubu tarafından kabul görmeyi sağlayan sosyal becerilerdir (Putallaz ve Gottman, 1981:986-994).

Çağımızdaki teknolojik ilerlemelerin hayatımıza kattığı yeniliklerin insan davranışları üzerindeki etkileri inceleme konuları arasında yerini almıştır. Alan yazın incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri ilişkisini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmanın problemi, sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunların ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi incelemek ve alan yazınına katkı sağlamaktır.

1.2. Amaç

Bu araştırmanın temel amacı; ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal becerinin bazı kişisel bilgilere göre farklılaşıp farklılaşmadığını da bu çalışma kapsamında araştırmak amaçlanmıştır.

Bu amaca uygun aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1.2.1. Alt Amaçlar

- 1) Sosyal medya bağımlılığı; cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı düzeyi, yaş, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanım süresi değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 2) Ruhsal sorunlar; cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı düzeyi, yaş, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanım süresi değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 3) Sosyal beceri; cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı düzeyi, yaş, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanım süresi değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Geçmişten günümüze iletişimin en önemli ve güzeli yüz yüze yapılandır. Günümüzde bu durum farklılaşmaya başlamış ve yüz yüze iletişim yerini sanal dünyadaki iletişime bırakmıştır ve bu durumda sorunları yanında getirmiştir. İnsanoğlunun bir arada yaşamaya ve karşılıklı iletişim kurmaya ihtiyacı vardır. Çağımızda aile bireyleri arasındaki iletişimin maalesef gerçekten sanala doğru gittiğini görülmektedir. İletişimde beden dili yerine sanal olan emojiiler kullanılmaya başlanmıştır. Sanal

ortamı fazla kullanmayan anne-babalar artık çocuklarına yetişebilmek için yoğun olarak kullanmaya başlamışlardır. Aile içi iletişimde görülen zayıflama aynı evin içerisinde farklı hayatlar yaşanmasına sebep olmaktadır.

Sosyal medyanın ağırlıklı olarak ergenler tarafından kullanıldığı göz önüne alındığında bu durum ergenleri sosyal medyanın olumsuz yönlerinden etkilenen riskli gurup haline getirmektedir. İlgili literatüre bakıldığında sosyal medyanın fazla kullanılması durumunda özsaygı, akademik durum ve yalnızlık gibi değişkenlere göre ilişkiisel araştırmalar yapıp daha fazla bilgiye ulaşılmaya çalışıldığı görölmektedir (Young, 2007). Ülkemizde de sosyal medya bağımlılığının ergenler üzerindeki etkisi ve sonuçlarının neler olduğunu saptamaya yönelik çalışma sayısının artması gerekmektedir. Ülkemizdeki literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığıyla ilgili araştırma sayısının sınırlı olduğu ve sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar, sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmanın olmadığı görölmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı, mücadele edilmesi gereken bir sorun halini almıştır ve önleyici çalışmaların artırılması açısından bu çalışmanın önemli olduğu düşünölmektedir. Sosyal medya bağımlılığının ergenler arasında yaygınlaşmasının okul başarısını düşürdüğü, okula uyumu zorlaştırdığı, arkadaş ilişkilerini olumsuz etkilediği okullarımızda gözlenebilmektedir. Okul psikolojik danışmanlarının sosyal medya bağımlılığı ile mücadelede daha fazla müdahale yöntemine ihtiyaç duyduğu gözlenmektedir. Araştırma bulgularının, bu sebeple okul psikolojik danışmaları ve öğrenciler açısından faydalı olacağı düşünölmektedir.

Yaşanan bu gelişmeler ve değişimler göz önüne alındığında bu araştırmada sosyal medya bağımlılığının ruhsal sorunlar ve sosyal becerileri nasıl etkilediği ve aralarında nasıl bir ilişki olduğu konusu çalışılacaktır. Güncel veriler elde edilerek ergenlerde sosyal medya bağımlılığının zararlı etkilerinin azaltılması, sosyal beceri ve ruhsal sorun alanlarında ne gibi çalışmalar yapılabileceğinin saptanarak araştırma ve uygulama alanlarına katkı sağlayabileceği düşünölmektedir.

1.4. Varsayımlar

- 1) Öğrencilerin uygulanan sosyal medya bağımlılığı ölçeğini, kısa semptom envanterini ve sosyal beceri ölçeğini dürüst ve ciddi bir şekilde doldurdıkları varsayılmıştır.

- 2) Form ve ölçekleri dolduran bireylerin maddeleri kavrayabilecek yeterliliğe sahip olduğu varsayılmıştır.
- 3) Kullanılan ölçek ve kişisel bilgi formundaki soruların amaca uygun olduğu varsayılmıştır.
- 4) Ölçekleri ve formu uygulayan kişilerin doğru talimatlar verdiği varsayılmıştır.

1.5.Sınırlılıklar

- 1) Araştırmanın verileri, İstanbul ili Esenler ilçesine bağlı devlet okullarındaki 7-12. sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.
- 2) Araştırmadan elde edilen veriler 2018-2019 eğitim öğretim yılını kapsamaktadır.
- 3) Sosyal medya bağımlılık düzeyi kullanılan 'Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin nitelikleriyle sınırlıdır.
- 4) Ruhsal sorunların belirlenmesi 'Kısa Semptom Envanteri'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- 5) Sosyal beceri düzeyinin belirlenmesi 'Sosyal Beceri Ölçeği'nin nitelikleriyle sınırlıdır.
- 6) Araştırma amaçları doğrultusunda yapılan analizler ile sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Ergenlik: Ergenlik 10 yaşlarında başlayıp 20'li yaşlara kadar süren bir zamanı kapsayan bireylerin ruhsal, fiziksel, biyolojik ve sosyal açıdan yetişkinliğe hazırlandığı, çocukluktan yetişkinliğin olgunluğuna doğru hızlı, hareketli bir gelişmenin olduğu dönem olarak tanımlanmaktadır (Steinberg, 2002:3-4).

Bağımlılık: Kişilerin fiziki ve psikolojik sağlığına zarar vermesine rağmen sürekli olarak aynı eylemi yapmaya yönelik istekli olmasıdır. Bireyler zaman kontrolünü kaybeder isteklerini durduramayarak yapmak için ısrarcı olurlar (Shaffer vd., 2000:162).

Sosyal ağ: Yeni insanlar tanımak ve iletişim kurmak amacıyla aynı ilgi gruplarındaki insanların örgütlenebildiği ortamlardır. Bir topluluktaki insanlar arasındaki ilişkilerin tümü olarak da tanımlanmaktadır (Wasserman ve Faust, 1994:3).

Sosyal medya bağımlılığı: Sosyal medya bağımlılığı zihinsel, duyuşsal ve davranışsal yaşantılar ile oluşmaya başlayan ve bireyin sosyal işlevselliğini bozan bağımlılık

türüdür. Günlük yaşam içerisinde zamanın etkili kullanamama, tekrarlara düşme ve stres durumunu yönetememe gibi sorunlara yol açmaktadır (Ünal, 2015: 108).

Ruh sağlığı: Bireylerin kendisi ve sosyal çevreleriyle dinamik aynı zamanda dengeli bir uyum içerisinde hayatını devam ettirebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Yörükoğlu, 2004: 73).

Sosyal beceri: Belirli ortamlarda toplum tarafından onaylanmış, bireyin kendisi ve karşı taraf için yararlı olabilecek biçimde davranabilme becerisidir. Kişilerin ilişkilerinde kullandığı olumlu pekiştiriciler alan, amaca götüren kazanılmış davranışlar olarak da tanımlanmaktadır (Kelly, 1982).



İKİNCİ BÖLÜM

ERGENLİK, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, RUHSAL SORUNLAR VE SOSYAL BECERİ

2.1.Ergenlik

2.1.1.Ergenlik Döneminin Özellikleri

İnsanoğlu, doğumundan ölümüne kadar geçen süreçte sürekli olarak gelişir ve dönüşür. Bu aşamaların hepsinde farklı gelişim özellikleri göstermektedir. Ergenlik de bu gelişim evrelerinden bir tanesidir ve önemi büyüktür. Bu geçiş döneminde ergen mesleki açıdan kendini geliştirmekte ve gerek ailesine gerek topluma kendini ispat etme çabasına girmektedir. Bütün bu alanlardaki hızlı değişim ergenin uyum sağlamasını güçleştirirken farklı sorunlara çözüm arayışı içine girmeye zorlamaktadır (Kim, 2003:115).

Yetişkinliğe geçişteki bu dönemde fiziksel, ruhsal ve sosyal boyutta gelişimsel farklılıklar gözlenmektedir (Cicchetti ve Rogosch, 2002:6-20). Bireyin vücudundaki hormonal değişimler hem biyolojik hem de cinsel alanı etkilemekte ve birey için çözülmesi gereken sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu dönemde gelişmeye bağlı olarak çeşitli psikolojik tepkiler de ortaya çıkmaktadır (Erikson, 1968). Hayatımız boyunca gelişim aşamalarındaki hedefleri tamamlamamız beklenmektedir. Gelişimsel görevlerin tamamlanma durumu kişilik gelişimini de etkilemektedir. Çocukluğun ilk yıllarında oluşan bağlanma stilleri ergenlik dönemindeki kişilik gelişimini de etkilemektedir. Bebeklikte görülen gelişim evreleri sağlıklı bir şekilde atlatılmazsa ergenlikten yetişkinliğe geçişte bireyler için süreç daha zor olacaktır. Bireyin bu dönemdeki mücadeleleri olumsuz sonuçlanırsa bu durum kişilik gelişimini olumsuz etkileyecek ve kimlik bocalaması yaşamasına sebebiyet verecektir (Dereboy, 1993).

Birey ergenliğin başlarında karmaşık duygular içerisinde olsa da yetişkinliğe yaklaştıkça daha tutarlı davranmaya başlar. Ergenin kimlik karmaşası yaşamaması için çevresiyle ilişki içerisinde olması, otokontrolünü geliştirebilmesi, sevme ve sevilme ihtiyacını karşılayabilmesi gerekmektedir (Greenspan ve Breslau-Levis, 1999). Ergenlik döneminde kişilik gelişimini başarıyla tamamlayamayan ergende yetişkinlik

döneminde içe dönük davranışlar sergileyerek sosyal ilişkilerinde başarısızlık yaşamının yanında duygusal yalıtılmışlık da gözlenebilmektedir. Bireyin benlik algısının olumlu olabilmesi için çevresi tarafından kabullenilmesi, karşılaştığı zorluklarla baş edebilmesi gerekmektedir. Bu durum psikolojik sağlamlığı oluşmuş bir yetişkin olacağına göstergesidir. Anlam arayışı içinde olan ergene hem ailesi hem de çevresi koşulsuz sevgi göstererek öz güvenini geliştirecek fırsatlar vermelidir (Güven ve Güçray,2009:121).

Fiziksel ve cinsel gelişimin hızlı ilerlemesinin yanında yeni davranışlar öğrenirken yaşanan zorluklar bazı ergenleri psikolojik olarak hassas hale getirmektedir. Bu dönemde bireylerin aile içi iletişim sorunları, ailede alınan kararlarda hâlâ çocuk gibi görülmesi, yeni insanlar tanıma, karşı cinsle iletişime geçebilme, gelecek kaygısı, dini ve ahlaki kaygıları vardır (Yörükoğlu, 2004).

2.1.2. Ergenlik Döneminin Gelişim Özellikleri

2.1.2.1.İlk Ergenlik Dönemi

Bu dönem, ergenliğin başlangıcı olarak ifade edebileceğimiz cinsel gelişimden 17 yaşına kadar devam eden süreci ifade etmektedir. Bu dönem ergenin sosyal sınıf ve konumunun belirsiz olduğu, erenlikte gözlenen değişimin aynı şekilde devamlılığını sağladığı, hızlı duygusal değişimlerin yaşanmasıyla dengesizliklerin yaşandığı, sorunların arttığı mücadeleyle geçen bir dönem olarak görülmektedir (Onur, 1987: 26).

2.1.2.2.Son Ergenlik Dönemi

İlk ergenlikteki duygusal değişim ve dengesizliğin bu dönemde azaldığı ve bireyin daha dengeli davranışlar sergilediği gözlenmektedir. Karşılaşılan sorunlarla başa çıkabilme kabiliyetinin arttığı, yaş olarak büyük bireylerin kontrol etme çabasını bıraktığı, duygularını daha kontrol edebilir olduğu, bireyin artık yetişkinliğe yaklaştığı bir dönem olarak ele alınmaktadır (Onur, 1987: 26)

2.1.3.Egenlik Döneminde Gelişim Alanlarındaki Değişimler

2.1.3.1.Fiziksel Gelişim

Kızlar ve erkekler arasında ergenliğe giriş dönemleri olarak 2 yıllık bir farklılık görülebilmektedir. Kızlardaki salgı bezlerinin etkisiyle erkeklerden önce ergenliğe girdikleri görülmektedir. Vücutta yağlanmanın yanı sıra kas kütleindeki fazlalaşma bireyin ağırlığının hızlı bir şekilde artmasına neden olmaktadır. Ergenin beslenme

şartlarının yanı sıra çevresel ve genetik yapısından kaynaklı fiziksel değişimler gözlenebilmektedir (Burger 2006, akt. Kuruoğlu, 2007:189-206).

2.1.3.2.Sosyal Gelişim

Çocukluktan yetişkinliğe geçişin arasında kalan bu dönemde gelişimin davranışlara yansımaları açısından bakıldığında sosyal gelişimde bocalamalar olduğu gözlenmektedir. Bireylerin kendi başına kalma isteğinde artış, özgüven bakımından düşüşler, sosyal fobi benzeri davranışlar, insanlara karşı daha kırılgan olabilme gibi değişimler gözlenebilmektedir. Fiziksel gelişim hızlı olduğu için dengesizlik ve sakarlıklar görülebilmektedir. Çalışma hayatına uzaklığın yanında yetişkinlere karşı gelme davranışı da gösterebilmektedirler. Genel manada uyum sorunu yaşayan ergenlerin son dönemlerde bu davranışlarında azalma durgunlaşma gözlenmektedir (Dereboy, 1993:195).

2.1.3.3.Cinsel Gelişim

Bireylerde bu dönemde hormonal artışlar gözlenmektedir. Kızlarda östrojen hormonundaki artışın sonucunda adet kanaması, erkeklerde ise testosteron hormonundaki artış sonucunda gece boşalmaları görülmektedir. Cinsel aktivitelere hazır duruma gelen ergenlerde duygusal yoğunluğun yanında karşı cinse ilgi artışı görülebilmektedir. Cinsellik konusu aile içinde fazla açılmasa da gelişen teknolojiyle bireylerin farklı kaynaklardan bilgi edinmesi daha kolay hale gelmiştir (Burger 2006, akt. Kuruoğlu, 2007:189-206).

2.1.4.Ergenlerde Psikiyatrik Belirtiler

Fiziksel gelişimle göze çarpan ergenliğin görülmeyen tarafı psikiyatrik boyutlarıdır. Duygusal iniş çıkışlar, uyum sorunları dikkat çekerken bunları etkileyen psikolojik boyutlara da dikkat etmek gerekmektedir. Yapılan araştırmalar bireyler de en fazla rastlanılan psikolojik bozuklukların anksiyete ve depresyon olduğu gözlenmektedir (Kashari ve Oryaschel, 1990:313-318; Bernstein, Borchardt ve Pervien, 1996:1110-1119).

Bireylerin bedenindeki farklılaşmalar davranışlar ve duygulara da yansımaktadır. Bu yansımaların diğer kişiler tarafından algılanma biçimi de ergene karşı davranışları etkilemektedir. Ergenlerdeki bedensel değişimlerin kontrol edilemeyeceği düşüncesi bireyleri utanma, çekinme, suçluluk gibi duygulara itebilmektedir. Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki bu dönemin olumlu geçmesi sosyal, psikolojik ve biyolojik

boyutların paralel ilerlemesiyle sağlanabilir (Özbyay ve Öztürk, 1992). Bu üç alandaki dengeli gelişimi sağlayacak en önemli faktör ailedir. Çevresel ve kültürel faktörler ailenin ergene karşı tutumunu etkilemektedir. Arkadaşlarına göre erken ya da geç ergenliğe girmek çevreleri ve aileleri tarafından farklı yorumlamalara sebep olabilmektedir (Tan, 1992). Bir yandan vücudundaki değişimleri algılamaya çalışan bireyin çevresi de bu zaman diliminde ondaki değişimleri farklı algılamaya başlar. Ergenin bedensel gelişimi çevresindeki bireylerin ona karşı tutumlarında belirleyici faktördür. Ergen, toplumun kendisine karşı değişen davranışlarına ayak uydurmalıdır. Toplum belirli bir beklentiye girdiği için ergen de kendini bu beklentiye karşılık vermeye mecbur görmektedir. Bu beklentiler bireyin kişilik gelişimini de etkiler (Özbyay ve Öztürk, 1992).

Bireylerin olgunlaşma düzeyleri cinsiyetlerinden kaynaklı olarak farklılık göstermektedir. Kızların erkeklere göre erken olgunlaşmasıyla ilgili farklı görüşler vardır (Gander ve Gandiner, 1993). Birincisi gelişimi erken başlayan kız çocuklarının kendinden büyüklerle ilişki kurması ve benlik algısının pozitif gelişmesine yardımcı olmasını öne çıkaran olumlu görüştür. Hızlı büyüme ailenin ve toplumun bireyden yetişkin gibi davranmasını beklemesine neden olmaktadır, bu da olumsuz görüştür. Bu beklentiyi karşılayacak yeterliliği olmadığı için birey uyum güçlüğü çekebilir. Kız çocuklarının erken gelişmesi bu gibi sorunları da ortaya çıkarmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998). Erkekler erken gelişim bazı avantajları da beraberinde getirmektedir. Fiziki yapıdan kaynaklı olarak aile ve toplum tarafından yetişkin gibi algılanır. Böyle çocuklar bağımsızlığı kazanınca arkadaşları arasında lider konumuna geçer ve özgüvenleri gelişir(Kulaksızoğlu, 1998).

Gelişimi yaşlılarına göre yavaş ilerleyen ergenlere aileleri ve toplum tarafından bakıma muhtaç gibi yaklaşılabilir. Yaşlılarına göre geç gelişim, bireylerde olumsuz duygulara yol açabilmektedir. Gelişimi geç olan bireylerde özgüven düşüklüğü ortaya çıkabilmektedir. Fiziksel olarak arkadaşlarından geride kalan bireyler zamanla onlardan uzaklaşmaktadır. Sosyal açıdan zedelene çocuklar arkadaş ortamına girmekte zorlanmaktadır. Bu dönemde aile ve toplum, ergeni tam olarak yetişkin veya çocuk olarak konumlandıramamaktadır (Kulaksızoğlu, 1998).

Toplumsal açıdan bireyden beklentiler artmakta ve omzuna fazlasıyla yük yüklenmektedir. Bu beklentiler karşısında birey yeni bilişsel zeminler oluşturmak durumunda kalır. Yeni bilişsel zeminleri oluşturmayı başaramayan ergenlerde ruhsal

bozukluklar ortaya çıkmaya başlamaktadır (Çuhadaroğlu ve Sonuvar,1992:145-150). Ergenlik döneminde yaşanan ruhsal bozukluklar bireyin gelecek yaşantısını da etkilemektedir. Ergenlik dönemindeki erkekler üzerine yapılan bir çalışmada 14,19 ve 48 yaşlarındaki bireyler incelenmiştir. Bireylerin 14 yaşındaki psikolojik durumunun 48 yaşında da ortaya çıktığı gözlenmiştir. 14 yaşında depresyon belirtileri gösteren bireyler 19 yaşında özsaygısı düşüştü 48 yaşında ise ağlama ve intihar girişimi gibi davranışlar sergiledikleri görülmüştür (Offer vd., 1998:675-690).

Ergen bireyler yetiştiği ortamın etkisi ve ergenlik çağının getirdiği değişimler ile risk grubu içinde yer almaktadır. Sorunlu davranışlar bir süreliğine bireye iyi hissettirse de uzun vadede bakıldığında psikolojik ve fiziki sorunları, öznel iyi oluşu, gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu dönemde intihar davranışları da ön plana çıkmaktadır (Siyez, 2007: 15-31).

Ergenlik döneminde intihar girişimlerine çok sık rastlanılmaktadır. Küçük yaşlarda fazla görülmesine de ergenlik döneminin başlamasıyla intihar girişimlerinin sayısı da artmaktadır. Amerika birleşik devletleri göz önüne alındığında genç nüfusun ölüm nedenleri arasında intiharın ikinci sırada yer aldığı görülmektedir(Felner vd., 1992:420-447). İntihar kaynaklı can kaybının yanında düşünce boyutunda intihara ve girişimlere de oldukça fazla rastlanılmaktadır (Garland ve Zigler, 1993:169-182). Ergenlik dönemi psikolojik olarak bireyler için oldukça zorlu geçmesinin yanında sonunda can kaybı yaşanacak kadar kötü bir noktaya da taşınabilmektedir.

2.1.5.Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri

İnsanoğlu, hayatı boyunca belirli gelişim aşamalarından geçmektedir. Ergenlik döneminde de bireylerin gelişimi açısından bazı değişimler görülmektedir. Bu görevler şu şekilde sıralanabilir:

- Cinsel değişimler hakkındaki ilgilerini gizleme
- Arkadaş çevresine karşı saygılı davranma
- Somut düşünceden soyut düşünceye geçebilme
- Fiziki görünümüne önem verme
- Bir meslek edinme amacı
- Aile kurma düşüncesi
- Ahlaki gelişim aşamalarını devam ettirme
- Duygularını yönetebilme

Ergen bireylerin karşılaşılabileceği tehlikelere bakıldığında (Tarhan, 2013); şunlar görülebilmektedir:

- Vereceği kararın riskini düşünmeme
- Sosyal ilişkilerde bozulma görülmesi
- Bağımlılık riskinde artış
- Aile bağlarında zayıflama

2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı

2.2.1.Sosyal Medya

21. yy.'da bilgiye ulaşmanın kolaylaştığı, yaratıcılığın köreldiği, sermaye ve işçiliğin önemsizleştiği, internet tabanlı ağların yaygınlaştığı bir dünya meydana gelmiştir (Taatila vd., 2006:312). İnternet tabanlı bu ağlar sayesinde yeni iletişim ortamları oluşmuş ve toplumlarda bu sanal ortamda etkileşim içerisine girmeye başlamıştır. Bu sanal ortamlar sosyal medya olarak ifade edilmekte ve topluluklarla bağlantı kurabilmek için oluşturulan profilin diğer kullanıcılarla paylaşılmasına imkân veren, kişilerin listelere eklenmesini ve sistemdeki herkesin görülebilmesini sağlayan web servisleri olarak ifade edilmektedir (Downes vd., 2005:411). Sosyal medya, bilgi topluluklarının bir arada bulunduğu ve kullanıcılar arasında bubilgilerin yayılmasını sağlayan sosyal ağlardan oluşmaktadır (Phillips ve Phillips, 1998:330).

İnsanların iletişim ve birlikte yaşama çabası sosyal ağ kavramının temelini oluşturmuştur. Bireylerin doğduğundan beri iletişim halinde olduğu şu anda da aynı amaçlar için bir araya geldiği sosyal çevresi aslında sosyal bir ağıdır. Gelişen teknoloji ile internet bağlantılı sosyal zeminler oluşmuş, insanlar buralardan iletişim ve paylaşımında bulunarak yeni sosyal ağların ortaya çıkmasını sağlamışlardır. Sosyal medya; kullanıcıları için kurallar konulmuş, belirli bir düzeni olan, kullanıcılara açık veya kapalı şekilde profil oluşturabilme imkânı sunan, istedikleri kullanıcılar ile bağlantı kurarken onların da sayfalarını görüntüleyerek bağlantıları arasında gezinebilme imkânı sunan web sistemleridir (Body ve Allison, 2007:211).

Sosyal medya, internet tabanlı kullanılan araçlardan oluştuğu için internetin gelişimine de değinmekte fayda olacaktır. ABD ve Sovyet Rusya arasındaki soğuk savaşın üst düzeye çıkmasıyla uzay araştırmaları da hız kazanmıştır. Askeri haberleşmeyi hızlandırmak amacıyla uzaya gönderilen uydular sayesinde internetin temelleri atılmıştır. 1990 yılında Tim Barnes Lee'nin World Wide Web (www)'i bulmasıyla

internetin kullanımı daha da kolay hale gelmiştir. 1994 yılında kullanımı yaygınlaşarak ilerlemiştir (Büyükbaş, 2003: 20).

Ülkemizde internet kullanımı 1993 yılında ODTÜ'nün girişimiyle sağlanmıştır ve zaman içerisinde toplumda da yaygınlaşmıştır. İlk yıllarda internet kullanım yaygınlığı az iken TÜİK'in araştırmalarına göre 2018 yılı itibarı ile bu oran %72,9'a yükselmiş ve her geçen gün daha da artmaktadır (TÜİK, 2018). Bu hızlı artış teknolojik gelişmelerin ülkemizde ne denli hızlı yaygınlaştığını göz önüne sermektedir. Dünya genelinde insanların alışverişten iletişim kurmaya kadar birçok işini internet aracılığıyla yapması yapının gün geçtikçe işlevselliğini artırarak yaygınlaşmasını sağlamaktadır (Öcal, 2018: 24).

Bilgisayarların icadından bugüne kadar geçirdiği değişimlerle artık boyut olarak küçülmesi ulaşılabilirliğini artırmıştır. Aynı şekilde telefonların gelişmesiyle birlikte internet kullanımı ev ortamı dışında da ulaşılabilir hale gelmiştir (Yıldırım, 2015:196). Günlük yaşamda getirdiği kolaylıklardan dolayı insanlar internete bağımlı hale gelmeye başlamıştır (Sargın, 2014: 47). Morgon Stanley'in 2004'te yaptığı çalışmalar internetin diğer araçlara göre daha hızlı yayıldığını ortaya koymuştur. Kullanıcı sayısının 50 milyona ulaşması bakımından sıralama yapıldığında radyonun 38, televizyonun 13, internetin ise 5 yıl içerisinde bu sayıya ulaştığı görülmüştür (Turgut, 2010).

Sosyal medya diyebileceğimiz ilk ağlar 1997 yılında kurulmuştur. Sixdegrees isimli bu ağda kullanıcılar profil oluşturarak arkadaş edinebilir ve onların profillerinde gezinebilme fırsatları yaratmıştır. Sixdegrees'den önceki bazı sosyal ağlarda da kullanıcılar profil oluşturma imkânına sahiptiler. AIM ve ICQ Budy'de bireyler arkadaş edinebilirken farklı kullanıcıların bu listelerini görüntüleme hakkına sahip değildiler. Clasmates'de lise ve üniversite arkadaş gruplarına katılabilme imkânı varken kişisel bir profil oluşturma ve arkadaş listeleme imkânı sunulmamıştı. Bütün bu imkânları bir arada sunan ilk sosyal ağ Sixdegrees ismiyle ortaya çıkmıştır (Body ve Allison, 2007: 21).

Web 0.2'nin 2005 yılında geliştirilmesiyle sosyal medya araçlarında sayı ve kullanılabilirlik artmıştır. Kullanıcıların sayılarını artırmak ve kullanıma devam etmelerini sağlamak için çeşitli uygulamalar ile daha işlevsel hale getirilmişlerdir. Sunulan imkânlar arasında video, resim, metin, ses gönderme paylaşma gibi bireylerin hoşuna

gidecek ve paylaşımda bulunma ihtiyacını artıracak özelliklerde vardı. Paylaşılan bu içerikler rahatlıkla diğer gruplara gönderilebiliyor, hakkında yorum yapılabiliyor ve beğenilebiliyordu. Bütün bunlar bir araya gelince hızlı bir şekilde sosyal medya genişlemiş ve tüm dünyada kullanıcı sayısı her geçen gün artmıştır (Gülbahar, Kalelioğlu ve Madran, 2010: 1).

2.2.2.Sosyal Medya ve Özellikleri

Kişilerin internet tabanlı uygulamalar üzerinden karşılıklı iletişim kurması ve paydaşında bulunması sosyal medyanın temelini oluşturmaktadır. Online medya olarak tabir edilen sosyal medyada kullanıcılar yüksek seviyede paylaşımda bulunmaktadır. Sosyal medyanın özellikleri şu şekildedir:

Kullanıcı: Bireyler bu platformda cesaretlendirilir ve yoğun kullanımda bulunanlardan geri dönüt alınır.

Açıklık: Sosyal ağlar geri dönüt almaya açıktır. Kullanıcıları cesaretlendirmek için onlara oylama, yorumda bulunabilme gibi imkânlar sunar.

Konuşma: Önceki medya araçlarında amaç yayın yaparak insanlara ulaştırmak iken yeni medyada iletişim ve paylaşımda bulunabilme esastır.

Topluluk: Daha geniş kitlelere ulaşabilme imkânı sosyal medya ile oluşmuş ve geleneksel medyanın önüne geçmiştir.

Bağlantılılık: Sosyal ağların birçoğu birbiriyle bağlantılıdır ve kullanıcılara link yolu ile rahatlıkla bağlantı kurabilme fırsatı sunar.

- 1) Sosyal ağların ortak özelliklerine bakılacak olursa:
- 2) Bireyler kendi paylaşacağı içeriği üretebilir ve farklı kullanıcıların içeriklerine yorumda bulunarak onların gelişimini sağlayabilirler.
- 3) Kişiler paylaşımlarını etiketleyerek daha geniş kitlelere ulaştırabilirler.
- 4) Bireyler içeriğin kalitesini anlamak için diğer kullanıcılara içerikleri oylatabilirler.
- 5) Ortak ilgilere sahip kişiler iletişime geçerek sosyal gruplar oluşturabilirler (Lerman, 2007: 16-28).

Sosyal medya ile ilgili standart bir tanım olmamasının nedeni geleneksel medya gibi tek kaynaktan topluluklara ulaşmak yerine çok kaynaktan daha geniş kitlelere ulaşmasıdır (Ponter, 2012: 208).

Web 2.0 teknolojilerinin gelişmesiyle bilgi, sosyal paylaşımlar, video, bloglar, oyun alanları ve sanal dünya yaygınlaşmıştır. Bireyler bu alanlarda üretmeye ve ürettiklerini paylaşmaya zemin bulmuşlardır. Eski medyada haktan bağımsız bir şeyler üretilirken sosyal medyada halk tarafından üretilenler yer almaktadır (Özgül, 2015: 83). Sosyal medyanın ne olduğuyla ilgili tartışmalar sürse de bazı ortak görüşlerde vardır. Kullanım amacının düşüncelerin ve üretilen eserlerin paylaşılacağı bir alan olduğunu söylenmektedir. Kullanıcı tabanlı bu alanda paylaşım ve tartışma ortamı oluşmaktadır. Sosyal medya, global bir iletişim alanı oluşturması ve insanlar arası mesafeleri ortadan kaldırması bakımından geleneksel medyanın önüne geçmektedir. Eski medyada besleneceği yere ulaşmak zorunlu iken sosyal medyada erişim ve paylaşım hem kolay hem de ücretsizdir (Çoban, 2013: 307).

2.2.3.Sosyal Medya Araçları

Sosyal medya araçlarını kullanırken eski sosyal çevreye ulaşılabilirdiği gibi yeni bir sosyal çevre de edinilebilmekte ve karşılıklı etkileşim içerisine girilmektedir (Kim, Jeong ve Lee, 2010: 215-216). Sosyal zeminler sayesinde kişilerin günlük yaşamları ve özel hayatları rahatlıkla paylaşılabilirdiği için sosyal medya araçları geniş kitleler tarafından kullanılmaktadır (Boughman, 2010: 933). Bireyler, profil oluşturabildikleri bu sitelerde diğer kullanıcıların profillerine de bakılabilmektedirler. Sosyal medya araçları; standart gönderilerin dışında sosyal faaliyetler, gezi organizasyonları, pazarlama, politik gruplar oluşturma gibi farklı amaçlarda da kullanılmaktadırlar (Lewis vd., 2008:330-331). Sosyal medyanın ortaya çıkışı, toplulukların tek bir birey gibi iletişim haline geçebilmesini sağlamıştır. Özellikler gençler arasında çok yaygınlaşmasıyla bu kişilerin normal arkadaşlıklardan ziyade sanal arkadaşlıklara yönelmesine neden olmuştur (Kirschner ve Karpinski, 2010: 3). Bazı sosyal medya araçları da kullanıcıları dil, din, siyasi görüş ve ilgileri bakımından kriterler belirleyerek kategorize etmektedir (Maranto ve Barton, 2010: 36).

Medya araçları gelişirken kendileri için zemin oluşturacak mecralara ihtiyaç duymaktadırlar. Bu zemini oluşturan alanlara da sosyal medya araçları diyoruz (Kahraman, 2013: 21). Web. 2.0 teknolojisinin gelişmesiyle her geçen gün artan ve bireylere farklı paylaşım alanları sunan sosyal medya araçları ortaya çıkmaktadır. Bu araçlar sayesinde kullanıcılar iletişim kurma, yaptıklarını sergileme, sosyalleşme imkânı bulabilmektedirler. Sosyal medya araçlarında farklı kullanım amaçları mevcuttur. Örneğin duygularını diğerlerine ulaştırmak isteyen birey blog sayfaları

üzerinden aktarımda bulunurken, videosunu aktarmak isteyen youtube veya facebook üzerinden paylaşım sağlayabilmektedir. Birey durumunu ve duygularını twitter üzerinden paylaşırken çektiği fotoğrafları instagram üzerinden rahat bir şekilde aktarabilmektedir. Bunun yanında gittiği mekanlar hakkında yorumda bulunarak diğer insanların fikir sahibi olmalarını sağlayabiliyor. Verilen örneklerden de görüleceği üzere insanlar bütün eserlerini sosyal medya araçları sayesinde diğer insanlara kolay bir şekilde ulaştırabilmektedir (Özata, 2013: 53).

2.2.3.1.Bloglar

Yazılar ve makalelerden oluşan ayrıca resim ve videoların da paylaşılabilirdiği internet sitelerinin geliştirilmiş halidir. Sık sık güncellenerek kendini yenilemektedir. Paylaşımlar, yeni tarihli olanlar üstte olacak şekilde sıralanmaktadır. Eski önderi veya sitelere ulaşmayı kolaylaştırmak amacıyla yorum kısımlarında bağlantılar da paylaşılabilir (Özata, 2013: 54).

Gündelik hayatımızda tuttuğumuz günlüklerin internete yansımış halidir. Bloglar, bireylerin ilgi duydukları alanlarla ilgili günlük olarak düşüncelerini, izlenimlerini yazması ve diğer kullanıcılar tarafından bunlara yorum yapılmasını sağlayan web alanlarıdır (Aydede, 2006: 23).

Web. 2.0'ın gelişmesiyle kullanışı artan bloglar geçmiş dönemde ücretsiz olarak dağıtılan internet sitelerine benzemekteydi. Teknolojinin hızlı ilerlemesi ve gelişmesi bu sitelerin kullanılabilirliğini artırarak daha fazla göz önüne çıkmasını sağlamıştır. Kullanılabilirliği ve görünümü açısından rahat bir şekilde üst düzey internet sitelerine benzetilebilmektedirler. Aktarılmak istenen bilgiler içerisine resim, video vb. eklenerek bloglar daha anlaşılır bir şekilde sunulabilir (Irak ve Yazıcıoğlu, 2012: 15)

a) Blogger

Google'nin almasıyla geçmişe göre kullanımı oldukça artmış olan Blogger birçok dilde kullanım sağlayan sosyal ağ sitelerinden biridir. Bloglar arasında en çok kullanılanıdır (www.blogger.com).

b) Wordpress

Kodlama bilgisine sahip olunmasına gerek duyulmadan istenilen içeriğin özgürce üretilebileceği internet tabanlı alanda yayınlama imkânı sunan sosyal ağ zemindir.

Ücretsiz erişim imkânı sağlamaktadır ve açık kaynaklı yazılıma sahiptir (WordPress Nedir, 2019).

c) Live Journal

Diğer bloglarda olduğu gibi herkesin yorum yapamayacağı veya göremeyeceği bir alan sunmaktadır. Bireyler fikirlerini belirtmek amaçlı köşe yazısı tarzında paylaşımlarda da bulunabilirler. Bloglar arasında en eskilerindedir (Blog Nedir, 2012).

2.2.3.2.Mikrobloglar

Mikrobloglar sosyal medya araçları arasında önemli bir noktaya sahiptirler. Diğer sosyal medya araçları gibi internet tabanlı çalışarak bireylerin anlık olarak ne düşündüğünü veya ne yaptığını bloglara göre daha kısa biçimde yazarak kitlelere ulaştırabileceği bir zemin oluşturmaktadır. Sitelerin kuruluş amacı ana fikri belirtmektir ki bu amaçla belirli harf kısıtlamaları getirilmektedir. Mikroblogları en iyi tanımlayacak olan ve sosyal medya araçları içerisinde ön plana çıkanı ise Twitter'dır. Mikrobloglar, kullanıcılar arasında video, fotoğraf, ses paylaşımı imkânı da sağlamaktadır. Gönderilerin üyeler tarafından görülmesi kısıtlanabilmektedir (Özata, 2013: 57).

a) Twitter

Kullanıcıların hesap oluşturarak anlık durumları ve düşüncelerini paylaşabildikleri blog benzeri sitedir. Blogdan farklı olarak yazılarda 140 karakter kısıtlaması vardır. Gönderiler tarih sırasıyla kaydedilir ve Twitter'ın dilinde 'tweet' olarak ifade edilir (Ponter, 2012: 214). Genellikle o an yaşanan bir durum, hissedilen düşünceler, başkalarının görmesi istenen haberler, bilgi amaçlı içerikler, firmaların kampanyaları gibi yayınlar yapılarak takipçilere duyurulabilmektedir.

Facebook karşısında diğer sosyal ağlar fazla dayanamazken Twitter hızlı bir gelişim sağlamış ve oldukça geniş kitlelere ulaşmıştır. Bu derece hızlı yayılmasını sağlayan ise Facebook'un olmadığı yerden işe başlamış olmasıdır. Mobil alandan giriş yapmış olmasıyla kullanıcılara her ortamda ve her an giriş yaparak kullanım olanağı sunması kitlelere ulaşmasını kolaylaştırmıştır. Paylaşım yapmak için sabit bir ortama gerek duymadan hızlı bir şekilde gerçek âlem ile sanal âlemi birleştirmesiyle ön plana çıkarmıştır (Irak ve Yazıcıoğlu, 2012: 17-19).

Mesajlaşma özelliğindeki gönderim ve alım noktasında sağladığı olanaklar ile internetin sms'i olarak da tanımlanmaktadır. 'Ne yapıyorsun?', 'Ne düşünüyorsun?' veya 'Ne hissediyorsun?' gibi sorularla kullanıcıların paylaşım yapmasını sağlamaktadır. Birçok devlet adamı ve ünlü isimlerin de hesabı bulunmakta ve geniş kitlelere mesajlarını iletebilmektedirler (Bayraktutan vd., 2012).

b) Tumblr

Kullanımı basit ve işlevsel bir yapıya sahiptir ve dünya genelinde geniş kitleler tarafından kullanılmaktadır. Mikrobloglarda olan özelliklerdeki gibi paylaşım alanları vardır. Kullanıcılar mesajlaşmanın yanında ses, video, fotoğraf gibi içerikleri de karşı tarafa rahatlıkla aktarabilmektedirler (Tumblr Nedir, 2018).

c) Plurk

Durum güncellemeleri yapılan sitede amaç kullanıcılara mesaj göndermek veya link paylaşmaktır. Bireylerin girişleri liste halinde görüntülenebilmektedir. Bu sayede kullanıcı, sayfayı ne kadar kullandığını görebilmektedir. 2008'de yirmi farklı dil kullanımını hizmete sunarak geniş kitlelere ulaşmayı amaçlamışlardır (Plurk Nedir, 2013).

2.2.3.3.Sosyal Ağ Siteleri

Bireylerin kendilerine ait bir sayfa oluşturarak arkadaşlarını ekledikleri sosyal medya zeminidir. Bu sayfalar aracılığıyla arkadaşlarıyla iletişim kurabilir, onlar için paylaşımda bulunabilirler. Önceki dönemlerde arkadaşlara ulaşmak için kullanılan sohbet odaları ve forumların yerini, Web 2.0'ın gelişmesiyle hızlı değişimler geçirerek gelişmiş bir halde ortaya çıkan ve hala kendilerini geliştiren MySpace ve Facebook gibi sosyal ağlar almıştır. Yeni neslin bu teknolojiyle dünyaya gelmesi kullanım sayısını hızla yukarı çekmektedir. Bireylerin arkadaşlarıyla sürekli iletişim kurabilmesi, onlara resim, video, müzik ve yazılar gönderebilmesi, sosyal ağ sitelerini kullanıcılar açısından daha cazip hale getirmektedir. Bireylerin bilgi edinme amaçlı kullanımına olanak sağlarken bu bilgilerin çok hızlı bir şekilde yayılmasına da imkân tanımaktadır. Eğitimciler de kurdukları gruplar üzerinden geniş kitlelere ulaşarak bilgi paylaşımında bulunabilmektedirler (Kahraman, 2013: 22).

a) Facebook

Dünya üzerinde en çok kullanıma sahip sosyal ağ sitesi olan Facebook'un hikayesi Harvard öğrencisi Mark Zuckerberg tarafından 2004 yılında kurulmasıyla başlamıştır. İlk başlarda sadece kendi üniversitesi ile sınırlı olan kullanım sonraları eğitim kurumları uzantılı mail adresi bulunan kişilere de hak tanıyarak genişletilmiştir. Son olarak da tüm dünya üzerinde yayılmış ve bütün insanlara üyelik hakkı tanınmıştır. Sosyal paylaşım ağları arasında ön plana çıkmasını sağlayan ise sürekli olarak genişlemesi ve kendini geliştirmesi olarak görülebilmektedir. Kurulduğunda beri teknolojik gelişmeleri insan ihtiyaçları açısından sistem üzerine güzel bir şekilde uygulamışlardır (Toprak ve Yıldırım,2009: 40).

Kullanıcılar, Facebook üzerinden eski arkadaşlarını buldukları gibi yeni arkadaşlar da edinebilmektedir. Bu arkadaş grupları ile mesajlaşabilir ve onlarla resim, video, ses, bilgi ve fikir paylaşımında bulunabilirler. Facebook, Twitter gibi anlık düşünce paylaşımına da olanak sağlamaktadır. Sosyal platformlarda önceleri sahte isimle ve kimliklerle yer alan kullanıcılar çok az miktarda vardı ve karşımızdaki bilgiler çoğunlukla gerçektir. Bu sayede kişiler hakkında zor ulaşılabilecek bilgilere ulaşmak artık çok kolay ve gerçektir. Bir kişinin gerçekliği büyük oranda anlaşılabilir ve paylaşılan resimler sayesinde destekleniyordu. Facebook'u ön plana çıkaran etmenler arasında gerçeklik faktörü de görülebilmektedir (Irak ve Yazıcıoğlu, 2012: 16).

Facebook, Marketplace özelliği ile insanların pazarlamak istedikleri ürünleri burada sergilemelerine ve satmalarına da olanak sağlamıştır. Video gönderme özelliği sayesinde kullanıcılar Youtube gibi sitelerdeki videoları gönderebildikleri gibi çektikleri videoları mesaj olarak da gönderebilmektedirler. Bunların yanında oyunlar, anlık mesajlaşma, hava durumu gibi hizmetler de mevcuttur (Yalçın, 2015: 3-4).

b) Myspace

Dünya genelinde geniş bir kullanıma sahip olmasına rağmen Facebook ve Twitter'in gerisinde kalmıştır. Sanal dünyanın hizmetlerinden olan Myspace, kullanıcılara mesajlaşma ve arkadaş edinebilmenin yanında arkadaşlarının arkadaşlarını da görebilme imkânı sunmaktadır. Bireyler profillerinden resim, video, müzik gibi iletiler paylaşabilmektedirler. Bireyler; blog tarzı bir sayfa oluşturabilmekte, Messenger'daki gibi mesajlaşabilmekte, mesajları sms gibi cep telefonuna yönlendirebilmektedir. Site, kullanıcılara kendi sayfalarını özelleştirme ve arka planlarını ayarlama imkânı

tanınmaktadır. Bütün bu özellikleri sayesinde kısa sürede geniş kitlelere ulaşmasına rağmen kendini güncelleyememesinden kaynaklı tahtını Facebook ve Twitter'ın kaptırmıştır (Myspace Nedir, 2019).

c) Hi5

Sosyal ağlar arasında yerini alan Hi5'ta bireyler kendi profillerini oluşturarak resimlerini paylaşırken yeni arkadaşlar da edinebilmektedirler. Yeni edinilen arkadaşlar sayesinde farklı kültürler öğrenilmekte ve yeni yerler keşfedilebilmektedir. Böylelikle kullanıcılar gitmedikleri yerler hakkında bilgi sahibi olup bir gezi sırasında bu bilgilerden faydalanabilirler (Hi5 Nedir, 2013).

d) LinkedIn

Dünya genelinde 200 ülkede kullanımı olan LinkedIn'i diğer sosyal ağlardan ayıran en önemli tarafı meslekler ve iş hayatıyla ilgili olmasıdır. İş arayan kullanıcılar site üzerinden iş bulma ve görüşme imkânına sahiptirler. Sayfa içerisine kullanıcılar fotoğraflarını özgeçmişlerini ve arkadaşlarını yükleyerek kendilerine ait profillerini oluşturuyorlar. Profesyonel bir iş sitesi olarak yararlı bağlantılar kurmayı aynı zamanda iş insanlarının tanışmasını amaçlamaktadır. İş ilanları, iş dünyası ile ilgili haberler, yeni güncellemeler paylaşılabilir. Kuruluş amacı bakımından işlevsel bir sosyal ağ ve kariyer yönlendirme alanı olduğu görülmektedir. Diğer kullanıcılar ile mesleki bilgi paylaşımına ve yeni iş sahaları hakkında bilgi edinmeye imkân tanımaktadır (LinkedIn Nedir, 2018).

2.2.3.4. Medya Paylaşım Siteleri

Bireylerin elde ettikleri bilgi, birikim ve içerikleri sosyal medya araçları sayesinde paylaşımına açması medya paylaşımı olarak adlandırılabilir (Kalafatoğlu, 2010: 23). Teknolojik ilerlemenin hızlanmasıyla fotoğraf makineleri, dijital kameralar ve yeni nesil akıllı telefonlar ortaya çıkmıştır. Bu sayede bireyler daha fazla içerik biriktirmiş ve bu içerikleri paylaşma ihtiyacı hissetmiştir. Akıllı telefonların sürekli yanlarında olması sayesinde kullanıcılar içeriği hemen paylaşma imkânı da bulmuşlardır. Medya paylaşım sitelerinin ön planda olan iki örneği Instagram ve Youtube'dur (Kahraman, 2013: 41-1).

a) Flickr

Google gibi arama motoru olan Yahoo tarafından hizmete sunulan siteyi kullanabilmek için bir Yahoo hesabına sahip olmak gerekmektedir. Sosyal ağların gelişmesi ile insanların ürünleri paylaşma ihtiyacındaki artışa bağlı olarak gelişen sitede fotoğraf ve video paylaşılabilir. Kullanıcılara ücretsiz olarak bu hizmeti sunmaktadır. Bu ağ kullanıcıların fotoğraf depolamak amaçlı kullandığı bir site haline de gelmiştir. Yüklenen fotoğrafların farklı boyutlarda linkleri bireylere verilerek internet üzerinden paylaşma imkânı sunulmaktadır (Flickr Nedir, 2018).

b) Photobucket

2003 yılında fotoğraf, video ve grafik paylaşımı amacıyla kurulan site ücretsiz olarak kullanıcılara hizmet vermektedir. Kullanıcılar bu site üzerinden Facebook, e-mail, Myspace, Twitter gibi sosyal zeminlerde de paylaşımında bulunarak daha geniş kitlelere ulaşma imkânına sahiptir. Bu sayede hem kendi kullanıcı kitlesini genişletmekte hem de içerikleri daha geniş kitlelere ulaştırabilmektedir (Photobucket Nedir, 2012).

c) Instagram

Temel kuruluş amacı fotoğraf paylaşımı olan sitede yapılan güncellemelerle kısa videolar da paylaşılabilir. Kullanıcılar uygulamadan ücretsiz olarak faydalanırken arkadaşlarını bulabilir ve yeni arkadaşlar edinerek onlarla mesajlaşabilmektedirler. Facebook ve Twitter gibi sitelerle bağlantılı olarak çalışması sayesinde Instagram üzerinden paylaşılan fotoğraflar kolay bir şekilde diğer sosyal ağlara da gönderilmektedir (Instagram Nedir, 2019).

d) Youtube

2005 yılında video paylaşımı amacıyla kurulan sitede kullanıcılar yeni videolar çekerek yükleyebilirken diğer kullanıcıların videolarına rahatlıkla ulaşarak izleme ve bunları paylaşma şansına da sahiptirler. İçerikler hakkında yapılan yorumlar sayesinde insanlar birbirleriyle iletişim kurma şansına da sahiptirler. Yüklenen videoların orijinalliği sayesinde bireylere ilham vererek kendi içeriklerini oluşturmada yardımcı olmaktadır. Son yıllarda 'youtuber' diye tabir edilen kullanıcıların içeriklerine fazlaca rastlanmaktadır ve bu site kullanıcıların gelir kaynağı haline gelmiştir. Dağıtımıcılar burada videolar başlamadan ve video içerisinde reklam vererek ürünlerini tanıtabilmektedir. Bu açıdan Youtube bir reklam dağıtım platformu görevi de görmektedir (Youtube Nedir, 2019).

e) Dailymotion

Video paylaşım siteleri arasında ön sıralarda yer alan Dailymotion 2 milyar video içeriğine sahiptir ve dünya genelinde oldukça fazla kullanıcısı vardır. Bireyler izlemek istedikleri videoları buradan görüntüleyebilmekte ve içerik hakkında yorum yapabilmektedir (Dailymotion Nedir, 2019).

f) Last. fm

Bireylerin kendi zevklerine göre oluşturdukları müzik listelerinden oluşan bir tavsiye sitesidir. Bu sayede kullanıcılar hiç duymadıkları müziklere ulaşma imkânı bulabilmektedir. Oluşturulan listeler sayesinde bireyler istedikleri zaman istedikleri şarkıyı dinleme şansına da sahip olabiliyorlar. Site sayesinde arkadaşlarının listelerini görebildikleri gibi yeni arkadaşlar edinerek onların listeleri hakkında yorumda yapabilmektedirler (Last fm Nedir, 2015).

g) Fizy

Kolay bir kullanıma sahip olan Fizy müzik dinleme imkânı sunarken müzik arama motoru görevi de görmektedir. Şarkı listesi oluşturulabilirken yeni şarkılara da kolaylıkla ulaşılır ve bu şarkılar Facebook, twitter gibi sosyal ağlarda paylaşılabilir (Fizy Nedir, 2018).

2.2.3.5.Lokasyon Bazlı Servisler

Bilgisayarlarda program, akıllı telefonlarda ise uygulama adı altında kullanılan servislerdir. Zaman içerisinde kullanım alanı ve sayıları oldukça artmaktadır. Birçoğu uydu teknolojisi ile bağlantılı olduğu için GPS teknolojisi sayesinde kullanıcıların nerede olduğunu tespit etmekte ve çevresiyle ilgili bilgiler verebilmektedir. Buradan tespit edilen mekanlar veya bölgeler sosyal ağlarda paylaşılırken yorum da yapılarak diğer kullanıcılar da fikir sahibi edilebilmektedir. Lokasyon bazlı servislerin en ön plana çıkanı Foursquare'dir. Diğer kullanıcılara nerede olduğunuzu anlık olarak bildirebilme imkânı sunmaktadır ve sosyal ağların birçoğu da bu özelliği zaman içerisinde kullanmaya başlamıştır (Sevinç, 2012: 134-5).

2.2.3.6.Forum ve Haber Grupları

Kullanıcılar arasında iletişimi sağlayan sosyal medyanın ilk zeminlerindedir. Bu zeminlerde başlık açılarak bireylerin görüşlerini belirterek yorum yapması ve tartışması sağlanmaktadır. Admin denilen yöneticiler yapılan yorumlara ayar

yapabilmektedir. Yapılan yorumlar hakkında bireyler oylama imkânına sahiptirler (Bayraktar, 2013: 31).

Gelişen teknoloji ile haberler, sadece televizyon veya gazeteler aracılığıyla sunulmanın dışında bu platformlarda da sergilenmektedir. Haber sitelerinde içerik hakkında yorum yapabilmenin yanında yapılan yorumları ön plana çıkarma seçeneği de mevcuttur. İçerik ve link gönderimi seçenekleri de mevcuttur (Özata, 2013 :63).

2.2.3.7.Wikiler

Wikiler zemini kullanıcılar tarafından oluşturulan bireylerin diğer kullanıcıların sayfalarına müdahale edebildikleri sosyal ağlardır. Wiki kelimesinin kökeni Hawaii diline dayanmaktadır ve hızlı anlamına gelmektedir (Akdoğan ve Akyüz, 2010: 21). Birbiriyle ilintili web sitelerini tanımlamak için kullanılır. Wiki sayfalarında yazılmış bilgilere bir şeyler eklenebilir veya uygun olmayan yerler çıkarılabilir. Bu sayede sosyal ağ tabanlı bir kütüphane işlevi görülmektedir. Bu sayfalar arasında en çok kullanılanı Wikipedia'dır. Birçok konuda bilginin yer aldığı bu sayfa ansiklopedi görevi görmektedir (Karaman,2013: 22). 2001 yılında kurulduğundan beri tüm dünyada her geçen gün kullanıcı sayısı artmaktadır. 1768 yılından beri yayınlanan Britannica'yı yazılı basın yapmayacağı kararına itmiştir (Sevinç, 2012: 149). Bunlardan en çok kullanılanı wikipediadır. İnsanların girdiği bilgilerden oluşmaktadır ve bu bilgilerin güvenilirliği sorgulansa da dünya genelinde oldukça fazla kullanıma sahiptir. Bu büyük bilgilerin bir araya gelmesiyle oluşan topluluklar wiki yazımları sayesinde denetlenebilmektedirler (Akdoğan ve Akyüz, 2010: 22).

2.2.4.Bağımlılık

Bireyin maddeyi kullanmayı ya da oluşan bir davranışı yapmadan duramaması bağımlılık olarak ifade edilmektedir. Ortaya çıkan bağımlılık davranışı sonucunda bireyin sosyal işlevselliğinde bozulmalar olmaktadır ve hayata dair farklılaşmalar görülür. Davranışın bağımlılık olarak ifade edilebilmesi için bir madde ile sürekli ilgilenme, ortaya çıkan bu davranışı yapıp yapmama konusunda karar verememe, kişinin bu durumu fark eden çevresinin kaygılanması, olumsuz sonuçların olacağına bilinmesine rağmen yapmaya devam etme gibi belirtiler olması gerekmektedir (Egger ve Rauterberg, 1996: 8).

Bağımlı olunan davranış gerçekleşirken kişi hırslanır ve bu durumdan keyif almaya başlamanın sonucunda daha sık tekrarlar. Tekrarlanan bu davranış bilişsel süreçlerde

kalıcı izler oluşturur. Zihinde kalan anılar bir süre sonra ihtiyaç olarak ortaya çıkar ve kişi yapmadan duramaz hale gelir (Kim, 2012: 190). Hastalık olarak da ifade edilen bağımlılığın oluşumunda prefrontal lobun etkisi kadar bireyin yaşadığı çevre ve genetik faktörlerinde etkisi vardır (Uğurlu, Şengül ve Şengül, 2012: 37).

Bağımlılık konusu ilk başlarda sadece madde üzerinden tartışılırken zamanla davranışlar üzerinden konuşulmada başlamıştır (Cengizhan, 2005: 85). Bu konuda yapılan çalışmalar incelendiğinde davranışsal ve madde bağımlılığı adı altında iki ana başlığa ayrıldığı görülmektedir. Eroin, esrar, alkol ve tütün mamulleri gibi ürünler madde bağımlılığı adı altında toplanırken belirli bir davranışın sürekli olarak tekrar edilmesi sonucunda bireyin sosyal işlevselliği bozulması da davranış bağımlılığı olarak belirtilir (Karaman ve Kurtoğlu, 2009: 642). Bireyin belirli bir tedavi sürecine başlaması için öncelikle bağımlılığın türünün saptanması gerekir. Eğer bireyde madde ile ilgili bir bağımlılık var ise azaltma veya tamamen yoksun bırakmaya dönük bir tedavi yöntemi belirlenirken davranışla ilgili bir bağımlılık söz konusu ise davranışların kontrol edebilme becerisi kazandırılmaya çalışılmaktadır (Öge ve diğerleri, 2012: 2).

2.2.5.Davranışsal Bağımlılık

Bağımlılık konusuna değinildiğinde göze ilk çarpan madde bağımlılığı olsa da davranışsal bağımlılık da yoğun şekilde görülmektedir. Kişi normalin üzerinde davranış tekrarları yapıyorsa bağımlılık oluşmaya başlamıştır (Karagözoğlu ve Aslıyüksek, 2017: 23-45). Bağımlılık konusunda bu iki grup oluşturulduktan sonra alkol, uyuşturucu maddeler ve tütün ürünleri madde bağımlılığı grubunda, davranışsal bağımlılık grubunda ise oyun, alışveriş, kumar oynama gibi kişinin dürtülerini kontrol edemediği sosyal işlevselliğini bozan davranışlar yer almıştır (Kim, 2012: 190).

Davranışsal bağımlılık söylemi madde bağımlılığına göre geç ifade edilmiş ve ‘Aşırı dozda insan makine etkileşimini sağlayan davranışsal bağımlılık’ şeklinde belirtilmiştir. Bireyde davranışsal bir bağımlılık olması için oluşması gereken 6 koşul vardır ve bunlar şu şekilde ifade edilmiştir; fark edilme, duygusal hareketlilik, direnç gösterme, mahrumiyet ve tekrarlama (Griffiths, 2012: 169-171).

Davranışsal bağımlılığın ortaya çıkmasıyla birlikte kişinin karakteristik özelliklerinde de değişimler meydana gelmektedir. Madde bağımlılığıyla benzer tarafı oluşan davranışın tekrarlanmasıyla ilgilidir. Önemli olan tarafı ise bireyin bu değişimlerin

farkına varması ve kendini tedavi sürecine yönlendirmesidir. Bu bağımlılığa örnek olarak alışveriş konusu ele alınacak olursa birey ihtiyacı olmamasına rağmen ekonomik durumunu göz ardı ederek içinde bulunduğu ruhsal durumdan kurtulmak amacıyla sürekli alışveriş yapmaya başlar (Polat, 2018: 71). Bağımlılığın oluşması için sadece bir nesne veya davranış türü olmasına gerek yoktur, kişilere karşıda bağımlı davranış sergilenebilir ve sonucunda tekrarlanan davranışlar ortaya çıkar.

2.2.6.Sosyal Medya Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri

Sosyal medya ağları sanal bir şekilde kurulmuş olup gerçek yaşam ağlarına benzerlik göstermemektedir. Gerçek yaşamda insan toplulukları olduğu gibi bu sanal ortamlarda da ilgileri bakımından bir araya gelen topluluklar mevcuttur. Bu topluluklar kurulurken oluşan ağlar yeni arkadaşlıklar edinilmesini ve bu arkadaşların daha yakından tanınmasını da sağlamaktadır. Sosyal medyanın bu noktada acımasız olan yönü ise insanlar arasındaki gerçek yüz yüze olan iletişim ve etkileşimi sanal ortama taşınması ve soyutlaştırmasıdır. Bu şekilde kullanıcılar kendilerine gerçek olmayan yeni bir dünya yaratmaktadır. Günlük hayatta insanlarla yakın ilişkiler kuramayan özgüveni düşük bireyler sosyal medya aracılığıyla yeni kişilerle tanışabilir ve sanal arkadaşlıklar kurabilir. Bu yüzden ki hayatının odak noktası haline getiren kişi sayısı oldukça fazla olup sosyal medya yaşamın vazgeçilmezlerinden biri haline almıştır (Çiftçi, 2018).

Yapılan çalışmalara bakıldığında sosyal medya bağımlılığı şu şekilde; ‘Davranışsal, duyuşsal, bilişsel ve iletişimsel alanlarda beliren sorunlarla gelişerek bireyin yaşamındaki bütün alanları içine alacak şekilde meşguliyet, duygu durum bozukluğu, iletişim problemleri, çatışma, davranış değişimi, yalnızlık hissi, antisosyal davranış sergileme vb. sorunlara sebep olan psikolojik ve iletişimsel bir sıkıntıdır’ ifade edilmiştir (Ünlü, 2018: 169).

Bireyin sosyal platformlara gereğinden fazla vakit ayırması normal yaşam içerisinde yerine getirmesi gereken yükümlülükleri yapmasını engeller, ruhsal ve fiziksel sorunların ortaya çıkmasına neden olur. Yaşanan bu aksaklıkların birey tarafından fark edilememesine rağmen engellenememesi bağımlılığa benzer tarafı olarak görülebilir. Yaşanan benzer belirtiler göz önüne alınınca sosyal medyada bir bağımlılık türü olarak ifade edilir (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007). Yapılan incelemeler gelinen noktada sosyal medyanın hem kişileri etkileme gücü olduğunu hem de kişiler için olmazsa

olmaz olduğunu ortaya koymaktadır (Tutgun ve Köroğlu, 2013). Yine benzer çalışmalarda sosyal medya bağımlılığının eroin ve alkol gibi maddelerden kaynaklı bağımlılıkla benzer semptomlar sergilediğini gösteriyor (Andreassen, 2012).

Sosyal medya bağımlılığının sosyal işlevselliği bozan sonuçları fazlasıyla dikkat çekmektedir. Bunlardan bazıları uyku düzeninde bozulmalar, dikkat dağınıklığı, kas ve kemik gelişiminde bozulmalar, ayrılan zamanı kısaltma çabalarının sonuçsuz kalması, amaçsızca bu platformlarda bulunmak istemek, iletişim bozukluklarının ortaya çıkması, akademik başarısızlıkların görülmesi şeklinde belirtiler ortaya çıkmaktadır (Ünlü ve Deniz, 2016: 156). Bu bağımlılık ileri düzeyde olduğu takdirde kişinin kaygı düzeyini yükselterek anksiyete bozukluğuna neden olacak kadar ilerleyebilmektedir. Belirli bir sürenin üzerinde kullanımı sonucu sosyal becerilerde zayıflamaya neden olabilmektedir. Ergen bireylerde gergin bir yapıya neden olduğu gibi yeni gelişmekte olan kişiler arası ilişkilerin gelişimini de yavaşlatmaktadır. Oluşan gergin yapı ve yetersiz iletişim gücünde aile ve akran çevresine karşı olumsuz mesajlar verilmesine neden olacaktır.

Sosyal medya bağımlılığı ile kullanıcılar üzerine yapılan bir araştırmada yoğun kullanıma sahip bireylerin narsist kişilik yapısına sahip olduğu gözlenmiştir. Sosyal platformların denetimsizliği ve gerçek dışı profiller oluşturabilme imkânı sağladığı için kullanıcılara daha rahat hareket edebilme fırsatı vermektedir. Bu durumda da kişiler olduğu gibi değil görülmek istediği gibi kendini yansıtabilmektedirler (Buffardi ve Campbell, 2008: 1303-1314). Kullanıcılar algılanan benlik ile ideal benlik arasındaki uçurumu sosyal medya üzerinden yansıtarak kapatmaya çalışmaktadırlar. Sosyal yaşam içerisinde yapmak istediklerini ancak özgüven düşüklüğü nedeniyle yapamadıklarını sosyal medya üzerinden rahatlıkla yapabildikleri için yoğun bir kullanım sergileyebilmektedirler. Sosyal hayat içerisinde yeterli sosyal becerileri kullanabilen bireylerde bu durumun aksine oldukları gibi ve daha pasif bir kullanım sergileyebilmektedir.

Paylaşımında bulunulan ortam sanal olduğu için ve olduğundan farklı kişilerle iletişime geçildiğinden bireyler de güven duygusu oluşması güçleşmektedir. Kişiler farklı gözükebildiği için veya oluşan bu farklılık algısı nedeniyle doğru aktarılacak istenilenler bile yanlış anlaşılabilir. Bu yüzden iletişim kurulan kişiler üzerinde istenilen etki bırakılamayacağı için yetersiz hissedilebilir (Baripoğlu, 2012).

Kuss ve Griffiths (2011: 3528-3552) sosyal medya bağımlılığı diğer bağımlılık türlerinde olan ortaya çıkan benzer semptomlarla eşleştirilerek açıklanmaya çalışılmış ve bunlar şu şekildedir:

- Sosyal platformlara vakit ayırma(salience)
- Burada tanınanan imkânları mutlu olmak için kullanma(duygu durum değişimi/modification)
- Kullanıma ilk başlanıldığı andaki hazzı yaşamak için kullanım süresinin artırılması(tolerans/tolerance)
- Kullanımın önünde engeller olduğu durumlarda ruhsal ve hormonal dengesizlikle yaşama(çekilme/withdrawal)
- Fırsat olduğunda tekrar kullanıma başlama(nüksetme/relapse)
- Yoğun kullanım sonucunda içsel ve sosyal sorunların ortaya çıkması(çatışma/conflict)

İnsanlar, daha önceki yaşamlarında yaptıklarını diğer insanlarla paylaşma ve onlara gösterme imkânı bulamıyordu. Sosyal medyanın gelişmesiyle bu alanlarda ileri boyutta bir paylaşım kültürü oluşmuştur. Bireylerin ürettiklerini diğer insanlara da göstererek değerini artırmak ve takdir edilmek amacıyla yaptıkları bu paylaşımlar her geçen gün artmaktadır. Paylaşımların cazip kılınan başka bir yönü de aynı düşünce ve fikirdeki insanların gruplar oluşturarak bir araya gelmelerini sağlaması ve sosyalleşme imkânlarını artırmasıdır. Bireyler, benzer duygulara sahip insanlarla paylaşım içerisine girerek yalnızlık duygusundan uzaklaşıyorlar. İnsanlarla yüz yüze gelme durumu olmadığı için toplum içerisinde söyleyemeyeceklerini bu ortamda dile getirebiliyorlar (Şener ve Özkoçak, 2013).

2.3.Ruhsal Sorunlar

2.3.1.Ruhsal Sorunlar Kavramı

Ruhsal sorunlara değinmeden önce ruh sağlığının ne olduğunu açıklamak gerekmektedir. Çağın getirdiklerine göre ve insanın gelişim evrelerine bağlı olarak ruhsal sorunlarda da değişimler olduğu için ruh sağlığı konusunda net bir tanım bulunmamakla birlikte bilim insanlarının bu soruyu yanıtlamakta zorlandığı da görülmektedir. Freud ruh sağlığını sevgi ve çalışmak olarak ifade etmektedir (Kılıççı, 2006: 198). Karl Menninger ise bireyin öz şefkatinin yüksek olması, hayata karşı pozitif bir bakışın varlığı, insanlarla pozitif ilişkiler içinde olmak ve toplumsal yapıya

ayak uydurabilmek olarak görmektedir. Monero'ya göre ruh sağlığı birey sosyal bir yaşantı kurabiliyorsa, yenilikçi ve kaliteli bir yaşam sürebiliyorsa ve bunların üstesinden gelebiliyorsa ruhsal olarak iyi durumda varsayılır (Kozacıoğlu ve Gördürür, 1995: 21). Ruhsal bozukluk ise bireyin davranışlarının farklılaşması, duygu ve düşüncelerinde normal dışı durumların ortaya çıkması, aykırılıkların gözlemesi olarak ifade edilmektedir (Öztürk, 2001: 59).

Ruh sağlığını Dünya Sağlık Örgütü (WHO) kişinin fiziksel olarak kendisini iyi hissetmesi, sosyal anlamda bozulmalar olmaması, psikolojik açıdan kendini iyi hissetmesi olarak tanımlamaktadır. Amerikan Psikiyatri Birliğinin ruhsal bozukluk tanımı ise psikolojik süreçlerde hormonal veya gelişimle ilgili boyutlarda aksaklıklar olması, bireyin bilişsel ve duygusal açıdan klinik bozulmalar yaşaması gibi belirtilerle ortaya çıkan rahatsızlıktır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Bilişsel model, ruhsal bozukluklara kişilerin anlamlandırma yaparken gerçeklik dışına çıkması, olaylara ve durumlara farklı yorumlar katması, geçmişten beri oluşan imgelerin etkisiyle ön yargılı olunması sonucunda ortaya çıkan ara ve temel inançların otomatik düşüncelere yol açması olarak bakmaktadır (Türkçarpar, Sungur, Sargın, 2011:101).

2.3.2. Depresyon

İnsanın bir şeyin üstesinden gelemeyeceğini düşünmesi, bu konuda ümitsizliğe kapılması, duygularını kontrol edemez hale gelmesi ve kendini çaresiz hissetmesine neden olan duygusal durumu ifade etmektedir (Tubridy ve Corry, 2007: 82). Depresyonlu kişide kendine yönelik suçlama, özgüven düşüşü, aşağılık hissi gibi hislerin bir arada yaşandığı ve benlik saygısında düşüşün olduğu varsayılmaktadır (Alper, 2001). Bütün bu duyguların üzerine hislerde yoğunlaşma ve bu yoğunlaşmaya bağlı ağlama, intihar düşüncelerinin ortaya çıkması da eklenmektedir (Atkinson ve Hilgard, 1995: 622; Güney, 1998: 253).

Amerikan Psikiyatri Birliğinin tanımına göre depresyonun 9 belirtisi olmalı ve gergin hissetme ya da ilgisizliğin birisinin yanında diğer dört belirtinin 14 gün sürmesi gerekmektedir. Bu 9 belirtiy duyularda depresif olmak, ilgisizlik, zayıflama veya kilo alma, uykuda dengesizlik, yorgun hissetme, acındırma, özgüven ve özsaygı düşüşü, dikkat dağınlıklığı, öz kıyım düşünceleri olarak sıralanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Bireyin duygudurum olarak işlevselliğini kaybetmesi sonucu kendi davranışlarını ve normal hayatı algılayışında bozulmalar olabilmektedir. Depresyon yaşayan birey kendisini kederli hisseder ve fiziksel olarak yavaş hareket ederken durgun görünüşüyle dikkat çeker. Kişi kendinin sevilmediğini, istenmediği veya bir işi başaramadığı gibi özgüveni düşüren düşünceler içerisinde sıkışıp kalabilir. Yaşanan olumsuzluklar karşısında tekrar başlayacak gücü kendisinde bulamazken harekete geçmeye niyeti yoktur. Ruhsal olarak buhranlı hisseder ve bu durum vücudunun fizyolojik dengelerini de değiştirerek etkisini ortaya koyar (Öztürk, 1997: 224).

Depresyonun temel ögeleri arasında ilgi kaybı, hislerin aşağı yönde hareketi, tükenmişlik ve hayattan keyif alamama vardır. Libido azalması da göze çarpan etkiler arasında yer almaktadır ve günümüz insanların da yoğun bir şekilde etkisini göstermektedir. Yaşanan depresyonların etkisi ve süresi değişebilmektedir. Depresyon belirtilerinden kaç tanesinin gözlendiği ve ne kadar derin yaşandığı bu değişkenliği etkilemektedir. Ağır, orta ve hafif olarak üçe ayrılmakta ve yaşanan depresyonun yoğunluğu sınıflandırılmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2000: 429-85)

Kişi ergenliğe girmesiyle birlikte duygudurumunda ve sosyal ilişkilerinde hızlı değişimler sergileyebilmektedir. Birey hem ergenlik döneminde hem de depresyonda ise bu değişimlerin yanında derslerde düşme, içine çekilme, sosyal izolasyon daha sert bir şekilde ortaya çıkabilmektedir (Şenol vd., 2011: 240). Sosyal çevresi tarafından dışlanan, yakın dostları olmayan ergenin depresyon yaşaması daha ihtimal dahilindedir. (Starr ve Davilla, 2009; Akt. Santrock, 2011: 404).

2.3.3. Anksiyete

Kelime kökeni bakımından Latince olan 'angere' kelimesinden türetilmiş ve boğulma anlamına gelen anksiyete terimine çok eski tarihli metinlerde bile rastlanmaktadır. Bu durumda geçmişten günümüze insanların anksiyete belirtileri gösterdiğini ortaya koymaktadır. İnsanlığın her döneminde çeşitli ruhsal bozukluklar olduğu görülmekte ve değişik dillerde kullanımları açısından farklılaşmalar bulunmaktadır. Almancada tıpkı bir savaş esnasında askerlerin yapacağı hareketlerden olan pusada yatmak, beklemek ve saldırmak anlamına gelen 'fear' kavramı ile ifade edilmiştir (Berksun,2003: 96).

Kişinin kendisini tehdit altında hissetmesiyle ortaya çıkan fiziksel etkiler, düşünce boyutunda değişmeler, psikolojik baskılar, duygularda dalgalanma olarak

tanımlanmaktadır. Duygulardaki değişimlerle bireyin tepkilerinin değişmesi ve bunu kontrol etmekte zorlanması gibi sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Beck 1976-2008: 68; Clarck ve Beck, 2010: 6). Anksiyetenin nasıl ortaya çıktığına bakılacak olursa fiziksel ve ruhsal olarak iki ayrı biçimde ele alındığı görölmektedir. Ruhsal belirtiler ele alınacak olursa birey sinirli, gergin, kötü bir şeyin başına geleceği duygusu, özgüven düşüşü, dikkat dağınıklığı, heyecanlanma ve gerçeklikten kopma gibi belirtiler gösterebilmektedir (Berksun,2003: 96).

Anksiyetenin fiziksel belirtilerini incelediğimizde kişide nefes ve kalbin hızlanması, halsizlik, tükürük bezlerinin yavaş salgılanması sonucu ağızın kuruması, kalp sıkışması, bağırsaklarda rahatsızlık, hareketlilik ve vücudun kasılması, uykuya dalmada güçlük, sarsılama ve titreme gibi istemsiz davranışlar ortaya çıkabilmektedir (Berksun,2003: 96). Bütün insanlar tarafından görülme ihtimali olmakla birlikte kötü şeylerin yaşanacağı düşüncesiyle ortaya çıkar ve yaygın olarak vardır. Ancak yaygın olarak görülmesine rağmen ortaya çıkan etkilerinde farklılıklar gözlenebilir (Karamustafaoğlu ve Yumrukçal, 2011: 65).

Anksiyete bozukluğunda birey endişeli ve sıkıntılı bir ruh haline içindedir. Ortaya çıkan ruhsal ve fiziksel etkilerin çok fazla ve etkili olması ile diğer ruhsal sorunlardan ayrılmaktadır. Anksiyete ile ilgili birçok tanım olmasına karşın korku ile arasındaki farkı ortaya koyan önemli nokta ise nereden geldiği bilinmeyen büyük bir tehlike beklentisidir. Tamamen olumsuz bir bakış açısıyla anksiyeteyi yorumlamak çokta doğru olmayacaktır. Bireyin yeni durumlara ayak uydurmasında etkili bir şekilde faydası olabileceği gibi psikolojik sağlımlığını daha üst basamaklara taşımada destek görevi de görebilmektedir. Bunun yanında olumsuz tarafına bakılacak olursa yeni durumlara uyumu kolaylaştırmanın yanında zorlaştırabilmektedir. Burada belirlenmesi gereken faktör hangi durumda maladaptif hangi durumda adaptif olduğudur. Süreklilik kazanmış ve bireyin sosyal işlevselliğini bozan, sosyal iletişimini zayıflatan ve fiziksel etkilerini yoğun bir şekilde ortaya koyan anksiyete patolojik olarak ifade edilmektedir (Karamustafaoğlu ve Akpınar, 2010: 71-78).

Okul çağındaki bireylerde anksiyete görülmesi ders başarısında düşmeye ve arkadaş ilişkilerinde bozulmalara yol açmakla beraber bireylerin ileriki hayatlarını da olumsuz yönde etkileyerek yaşayacağı psikolojik sorunların temelini atmaktadır. Kişi bu dönemi ne kadar sağlıklı atlarsa yetişkinlik te o kadar sağlam bir psikolojik yapıya sahip olacaktır (Pine ve diğerleri, 1998; Akt: Suadiye ve Aydın, 2010: 172-179).

2.3.3.1.Ayrılma Anksiyete Bozukluğu

Bireyin yaşadığı yerden veya kendisini yetiştiren kişiden ayrılma konusunda kaygı taşıması, başına bir şey geleceği korkusu yaşaması ve sonucunda tekrar tekrar yüksek düzeyde anksiyete belirtileri göstermesine ayrılma anksiyetesi denilmektedir. Yaşanan bu durumun tanılanması için 4 haftalık bir süre gerekmektedir. Bu duruma en çok okula başlayan çocuklarda rastlanılmakta ve uzun süre devam ettiğinde yardım almaları gerekmektedir. Çocuk evden ayrıldığında başına kötü şeyler geleceğini düşünmekte ve kötü şeyler geldiğinde bağlandığı, güvendiği kişi yanında olmadığı için bu durumla mücadele edemeyeceği korkusunu yaşamaktadır (Erermiş ve diğerleri, 2008: 14-21).

Geçmiş kuşaklarda, anne ve babada ayrılık anksiyetesi öyküsü olması bu kişilerden olan çocuklarında aynı durumu yaşamasına neden olabilmektedir. Araştırmalara bakıldığında genetik aktarımla diğer bireylere de aktarılan bu kaygılar uygun süreçler yaşandığı takdirde ortaya çıkma ihtimalini taşımaktadır. Bebek sahibi aileler ne kadar sağlıklı ise çocuklarının psikolojik sağlamlığı da doğru orantılı olarak etkilenecektir (Karaceylan, 2003; Akt. Sancak, 2006).

2.3.3.2.Panik Atak

Panik atağın başlangıcına bakıldığında yoğun stres ve üzüntü tepkileri görülmektedir. Kişi bir yakını kaybettiğinde yaşadığı yoğun üzüntü ile başa çıkamadığı zaman veya yeni doğan bebeğinin yaşam mücadelesi verdiği dönemde yoğun stres yaşaması panik atak başlangıcı olabilmektedir. Davranışlarımızın doğumdan itibaren öğrenerek şekillendiği gibi panik atağın sonradan öğrenildiğini ileri süren kuramlar mevcuttur. Bunun yanında yaşanan olumsuz durum karşısında psikolojik sağlamlığın iyi olmayışı sonucunda paniğin ortaya çıktığı görüşü de vardır. Bakıldığında ortada bir sorun yok gibi dursa da tepkilerin ortaya çıkışında dışsal faktörler ya da ruhsal durumun etkili olduğu gözlenmektedir (Starcevik, 2009: 1-480).

Panik atağın fiziksel ve ruhsal etkileri incelendiğinde boğulacakmış gibi hissetme, kalp sıkışması, nefes darlığı, göğüs bölgesinde daralma, uzun süren sersemlik, yoğun sıcak basması sonucu ter bezlerinin çalışması, kusacakmış gibi hissetmenin yanında kaygı düzeyinin aşırı yükselmesi sonucu başına kötü bir şey geleceği düşüncesi ortaya çıkmaktadır. Yaşanılan bu tepkiler sonucunda birey ölüm hissine kapılabilmektedir. Fiziksel ve ruhsal tepkiler ortaya çıkmasından sonra yaklaşık olarak 10 dakika kadar

sürmektedir. Panik atağa götüren sürecin başlangıcındaki olay hatırlandığı veya düşünüldüğü zaman tepkilerin ortaya çıkma olasılığı daha yüksektir (Davison ve Neale, 2011: 140).

2.3.3.3.Yaygın Anksiyete Bozukluğu

Ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasıyla kişilerde görülen sosyal işlevlerde bozulma durumu yaygın anksiyete bozukluğunda da görülmektedir. Kişide kaygı düzeyinin artması ve bu durumun süreklilik taşıması sonucunda somatik yakınmaların ortaya çıkması ile birlikte meslek hayatında bozulmalar olması, sosyal ilişkilerde zayıflamaların görüldüğü psikolojik durum olarak belirtilmiştir (Beers ve Berkow, 1999: 1503-99).

Panik atak yaşarken verilen tepkilere benzer olarak ter miktarında artış, bulanma, nefes darlığı, sersemleme ve kan akışında yavaşlama gibi tepkiler ortaya çıkmaktadır. Panik ataktan ayrıldığı nokta belirli bir sürede değil yaygın olarak gözlenmesidir. Bireyin hayatını olumsuz yönde etkilemekte ve ruhsal olarak bitkin hale getirmektedir (Motovallı, 2000; Sancak, 2006).

2.3.3.4.Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesyon düşünce iken kompulsiyon ise davranışa dönüşmüş halidir. Obsesyon belirli bir konuda, düşüncede takılıp kalmak, bunu görüşlerine yansıtmak olarak belirtilirken kompulsiyon gerilme, hakimiyet altına alma, belirli düşüncelerde ısrarcı olunması, belirlenmiş durumlardan kaçma gibi davranışlar şeklinde ortaya çıkmaktadır. Obsesif düşüncelerin yoğunluğu bireyde anksiyete belirtilerinin çoğalmasına neden olurken ortaya çıkan kompulsif davranışlar bu düşünceleri azalmasını sağlamaktadır. Obsesif-kompulsif yaşayan bireyler bu duygu ve davranışların gereksiz olduğunun farkındadırlar ancak engelleyememektedirler (Öztürk, 2004: 343-84).

Anksiyete bozukluğunun bu türünde bireyin sosyal işlevselliği bozulmakta, iş hayatında aksamalar yaşanmakta ve kişiler arası ilişkileri zayıflamaktadır. Bilişsel olarak farkında olursa da kişi tekrar eden bu düşünce ve davranışları kontrol etmekte zorlanmaktadır. Obsesif-Kompulsif bozukluk yaşayanlar, kendilerini bu tekrarları yapmaya mecbur gibi hissetmektedir (Davison ve Neale, 2011: 147).

2.3.3.5.Sosyal Fobi

Bireyin kalabalık ortamlarda veya bire bir ilişkilerde belirli bir performans sergilemesi gerekirken kaygı düzeyinin artması sonucunda beklenen performansı sergileyemeyeceği ve rencide edileceğini düşünmesidir. Ortaya çıkan bu kaygıların sonucunda kişinin sosyal işlevselliğinde bozulmalar meydana gelecektir. İnsan bedeninde ortaya çıkan belirtiler diğer anksiyetelerle paralellik göstermektedir. Ancak bu durumu yaşayan bireyler farklı yakınlardan bahsedebilirler. Genel olarak titreme, mide ağrıları, terleme, vücutta kasılma şeklinde belirtiler ortaya çıkmaktadır (Alkın ve Onur, 2007:296-304; Sadock ve Sadock, 2008: 236-71).

Sosyal fobi yaşayan kişiler çok fazla insanın olduğu kalabalık yerlerde olmak veya kalabalık bir kitlenin önünde konuşma yapmak istemezler. Kendilerine eleştirel bakılacağı bir durum ortaya çıktığı için kaygıları yükselmeye başlar ve kaçınma davranışı ortaya çıkar. Bireylerdeki kaygının artmasıyla ortaya çıkan bu davranışlara sosyal fobi denilmektedir (Davison ve Neale, 2011: 140).

2.3.3.6.Özgül Fobi

Belirli cisimlerden veya hayvanlardan korkulması durumunda ortaya çıkan kaygılardır. Kaygıları ortaya çıkaran varlıkların ölüme kadar götüreceği düşüncesi hakimdir. Yaşanılan korkunun kaynağına göre çeşitli tiplere ayrılmaktadır. Bunlardan bazıları hayvan tipi veya ölüm tipi gibi isimlerle belirtilmektedir. Kişide korkuyu ortaya çıkaran durumun yaşanması veya yaşanma ihtimalinin olması kaygı düzeyini artırır, ileri seviyelerde panik atak belirtilerine benzer durumlar yaşanmasına neden olur (Karamustafaoğlu ve Yumrukçal, 2011: 73). Birey yaşanan durumla ilgili kaygıların abartıldığının farkındadır ancak engellemekte zorlanmaktadır. Duyguların ortaya çıkmaması için uyarıcıların olduğu durumlardan uzak durulur veya duygular yaşansa da katlanma çabası verilir (Öztürk, 2004: 343-89, Alkın ve Onur, 2007:296-304).

2.3.3.7.Post Travmatik Stres Bozukluğu

Trafik kazası, bir yakını kaybetme, ani ve yoğun korku ortaya çıkaran bir durumun yaşanması sonucu kişide ortaya çıkan travmatik duyguların, olay zihinde canlanınca tekrar tekrar yaşanması durumudur. Umudunu kaybetme, ölüm hissi, korkunun üst seviyeye çıkması gibi duygular hissedilirken aynı durumu yaşamamak için kaçınma davranışı da sergilenmektedir (Beers ve Berkow, 1999:1503-99). Olay yaşandığı anda hislerde değişme meydana gelmese de sonrasında ürkme, umudunu kaybetme, kalp

atışında hızlanma, göğüs kafesinin sıkışması gibi belirtiler ortaya çıkmaktadır (Sancak, 2006).

2.3.4.Somatizasyon

Kişilerin bedeninde yıllarca ağrılar olduğunu öne sürmesi ancak muayeneler sonucunda her hangi bir rahatsızlığa rastlanmaması durumunu ifade etmektedir. 30'lu yaşların öncesinde başlayan ve yıllarca devam eden fiziksel ağrılar, cinsel performans sorunları, karın ağrıları nefes daralması, nörolojik yansımaların olduğu rahatsızlıktır. Fiziksel rahatsızlıklarla açıklanamayan, tıbbi açıdan önem arz eden, bireyin sosyal yaşantısını olumsuz yönde etkileyen, farklı çeşitlerde ağrıların sürekli olduğunda bahsedilmektedir. (Sevinçok, 1999; Yücel ve Polat, 2007).

Kişi içinde bulunduğu ruh halinin etkisiyle fiziksel olarak rahatsızlık duyduğunu zannederken çaresini de hastanelerde aramaktadır. Bu şekilde başvuran hastalarda yapılan bütün incelemelere rağmen herhangi bir patolojik bulguya rastlanılmamaktadır. Yaşanan rahatsızlıkların somatik kaynaklı olduğu ortaya çıkmaktadır (Lipowski, 1988: 1358-1368).

Hipokrat'ın yaşadığı zamanlarda bile ortaya çıkan ve tıpta yerini bulan bir ifadedir. Ruhsal belirtilerin, fiziksel bir takım etkenler olarak ortaya çıkmasına neden olduğu ve ilerleyen evrelerde bir hastalığa neden olacağı düşüncesidir (Güleç, 2009:1). Geçmişe dönülüp bakıldığında somatizasyon bilinen ruhsal rahatsızlıklar arasında ilk sırada yerini almaktadır (Nort, 2002: 4). İnsani hastalıkların içerisinde psikolojik belirtilerin olabileceği geçmişten beri bilinmekle beraber ilk kez 1818 Heinroth isimli Alman doktor tarafından 'Psikosomatik' şeklinde ifade edilmiştir (Sofuoğlu, 1984: 4). Somotoform bozukluklar içerisine girmesi ise 1859 yılında Pierre Briquet'in tanımlaması ve daha sonra DSM-IV'te yer bulmasıyla olmuştur (Savaşır, 2004). Bu tanımlamada da 30 yaş öncesine dikkat çekilmiş ve dış kaynaklı bir sorunun etkisi kanıtlanmamış rahatsızlık olarak belirtilmiştir. Bedensel rahatsızlıkların minimum 4 bölgede gözlenmesi, gastronomi ile ilgili 2 şikayetin olması, cinsel bozuklukların ortaya çıkması ve bunların sonucunda bireyin sosyal işlevselliğinin bozulmasına karşın tıbbi çalışmalardan sonuç alınamaması gerekmektedir (Alkın ve Onur, 2007).

2.3.5.Hostilite

Düşmanlık olarak ifade edilen hostalite bireyin diğerlerini sevmeme hissini taşıması ve onları düşman, zarar verecek kişiler olarak görmesine neden olan hisler olarak ifade

edilmektedir (Buss, 1961; akt. Balkaya, 2001: 18). Gerçekleşmiş bir duruma veya insan görüşlerine olumsuz bakmak uzun bir sürede bu şekilde düşünerek düşmanlık beslemek olarak da ifade edilmektedir (Kısaç, 1992: 62). Psikanalitik bakış açısının tanımlaması ise insan doğuştan düşmanca düşüncelerle dünya gelir yaklaşımının devamı niteliğinde olup anal dönemdeki aile baskısının çocuktaki bu düşünceleri harekete geçireceğini ve düşmanca tavırların öne plana çıkacağını savunmaktadır (Gençtan, 1984: 56).

Hostilite düşüncelerine sahip bireyler diğerlerini zararlı olarak düşünmekte ve onların davranışlarını bu şekilde anlamlandırırken onlara karşı bir cepheye geçerek bütün olumsuzlukların kaynağı olarak onları görmektedirler. Bu şekilde düşüncelerle insanları kendi düşünce sisteminde aşağılayarak değerlerini düşürmekte ve düşmanca duygularını bu şekilde beslemektedir (Smith, 1994: 152).

2.3.6.Şizofreni

İnsanlığın %1'lik gibi bir kısmında görülen ruhsal sorun olarak dikkat çekmektedir. Küçük bir kısım gibi gözükse de şizofreni yaşayan bireylerin hayatını olumsuz yönde etkileme oranı olarak etkisi büyüktür. Çeşitli sanrılar ve varsanılar ile belirtilerleri ortaya çıkan şizofrenide kişiler duygularını tam yaşayamaz, çevresinden uzaklaşır ve içe kapanır, kullandığı cümleler kelime bakımından az ve kısadır, düşündüğü şeyler sınırlı ve kısır. Dikkat dağınıklığı ortaya çıkarken hafıza zayıflar ve kontrol mekanizmasını kaybedecek kadar bilişsel süreçlerde hakimiyetini yitirir. Hislerde ve algılamalarda meydana gelen değişimler kendisini davranışsal boyutta ortaya çıkarır (Ertuğrul, 2010: 354).

Şizofreninin kaynakları araştırılırken tek yumurta ikizleri, evlatlık çocuklar ve akrabalık dereceleri gibi faktörler incelenmiştir. Ortaya çıkan sonuçlar göz önüne alındığında şizofreninin ortaya çıkmasında temel faktörün kalıtım olduğu görülmüştür. Şizofreniye etki eden faktörler oranlandığında %81 gibi büyük bir kısmın genetik aktarımlar olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun peşinden %11'lik oranla çevre etkisi de şizofreniyi ortaya çıkan etkenler arasında yerini almaktadır (Acar ve Kartalcı, 2014: 217-226).

Çevresel faktörle ilgili çalışmalar incelediğinde sosyal statünün şizofreniyi etkilediği ortaya çıkmıştır. Ekonomik seviyesi düşük olan bireylerin yüksek olanlara göre daha fazla risk taşıdığı görülmüştür. Maddi durumu düşük olanların tedavi amacıyla

başvurma süreleri de diğerlerine göre oldukça geç olmaktadır. Bu durum da tedavi edilmeyenlerin ailelerine ve çevrelerine zarar vermesine kadar olumsuz sonuçları doğurabilir (Mulvany vd., 2001: 1398-1401).

2.3.6.1.Şizofreni Alt Tipleri

Hastaneye başvuran şizofreni hastalarındaki belirtilere göre belirli bir sınıflama yapılmaktadır. Sınıflamadaki farklılık seçilecek tedavi yöntemini ve alınan sonuçları değiştirmektedir. Hastaneye giriş sırasında konulan tanı süreci içerisindeki değişiklikler takip edilerek değişkenlik gösterebilir.

- **Paranoid tip:** Yaşlılığa doğru ortaya çıkan ve ağır ilerleyen bu tip düşüncelerin bozulması şeklinde kendini belli etmektedir. Kişide anlamsız konuşmalar, halüsinasyon, garip sesler duyma veya garip sesler çıkarma, donup aynı harekette kalma gibi belirtiler ile ortaya çıkmaktadır.
- **Dezorganize:** Zihinsel süreçlerde ve davranışlarda dezorganizasyon belirtileriyle ortaya çıkmaktadır. Daha erken yaşlarda bu belirtiler ortaya çıkarak paranoid tipten farklılaşmaktadır. Zihinsel bozulmalar konuşmalara da yansımaktadır ve uygunsuz efekt belirtileri de beraberinde getirmektedir. Diğer alt tiplere göre yayılımı daha yavaş ve ağırdır.
- **Katatonik tip:** Kelime anlamından da anlaşılacağı gibi bireyin sanki donup kalmış gibi aynı duruş pozisyonunda uzunca bir süre beklemesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Yaşamasını sağlayan hiçbir aktiviteyi yerine getirmeyen yapılan uyarıları da dikkate almaz. Yaşanan donup kalmaların ardından bu durumu telafi edersine aşırı hızlı davranış patlamaları gözlenebilmektedir. Donup kaldığı için çevresindekileri algılayamıyor gibi gözükse de aslında hepsinin farkındadır. En sık görüldüğü yaş aralığı 15-25 iken başlaması her şey normal giderken aniden olmaktadır.
- **Ayrışmış tip:** Belirtiler tam anlamıyla ortaya konulmadığı için hangi alt tip sınıfına konulacağı anlaşılamayan şizofrenidir.
- **Rezidüel tip:** Şizofreni belirtilerinden bir kısmını gösterirken bu belirtilerin zamanla ortadan kalkmasıyla sonuçlanan tiptir. Duyguları içten yaşayamama, hayata karşı umutsuzluk, harekete geçmeme, asosyalleşme, öz bakımını gerçekleştirilmeme gibi belirtilerle ortaya çıkmaktadır (Köroğlu, 2007: 419-447).

2.3.7.Olumsuz Benlik

Kişinin doğumdan ölüme kadar özünü tanımasıyla gelişen kendisine yönelik algısı ve inancı benlik kavramı ile ifade edilmektedir. Birey kendini tanıırken öz farkındalığı yükselir, duygu ve düşüncelerini kontrol edebilir yeterliliğe sahip olur. Benlik kişiyi diğerlerinde ayıran özelliklerin bütünü olarak ele alınabilir ve kendine verdiği değeri ortaya koyar(Cüceloğlu, 1993). Rogers'e göre benlik kişinin kendisiyle ilgili nelerin farkında olduğu ve bunları nasıl gördüğünün yanında diğerlerinden farklı olan özelliklerinin bütünüdür. Bireyin kendini gerçekleştirme geçmiş deneyimlerin bilişsel süreçlerde imgeler oluşturmasıyla sağlamakta, oluşan imgeler ile benlik bağlantılı ise bu süreç daha kolay ilerleyebilmektedir(Yanbastı, 1996).

İdeal benlik bireyin aslında olması gereken hali, gerçek benlik ise kişinin şuan ki benliği olarak açıklanmaktadır ve bu ikisi arasındaki fark ne kadar az ise bireyin benliği o kadar yeterlidir. Gerçek benlik ile ideal benliğin yakın olması bireyin kendini algılayışını ve özsaygısını pozitif yönde etkilemektedir(Yörükoğlu, 2002). Kişilerin hayatı boyunca yaptığı davranışlar, anlam arayışları, olaylara yaklaşımı gibi aslında hayatın içerisinde yapılan davranışların bütünü benlik oluşumunun bir parçasıdır. Benlik oluşumu hayat boyu devam etse de ergenlik dönemi bu oluşum için çok önemlidir. Ergen bu dönemde kimlik oluşturma çabası içerisinde girdiği için çok hareketli, duygusal iniş çıkışların olduğu fırtınalı bir dönem olarak dikkat çekmektedir. Ergenlik döneminde birey toplumsal kuralları ve bir toplum içerisinde yaşamayı öğrenirken benliğinin temellerini de bu kurallar içerisinde oluşturmaktadır. Ortaya çıkan kişilik yapılan davranışların alışkanlığa dönüşmesi, bir bütün olarak algılanarak örgütlenmesi sonucu oluşmaktadır(Kulaksızoğlu, 1998).

Bireylerin psikolojik durumunu, sosyal ilişkilerini ve işlevselliğini, kendine yönelik algısını olumsuz yönde etkileyen algılama biçimi olumsuz benlik olarak belirtilmektedir(Guindon, 2010). Kişinin kendini algılayışında olumsuzluklar olması algılanan benliğinde olumsuz olması sonucunu ortaya çıkaracaktır. Benlik konusundaki değerlendirmeler negatif yönde seyir ettiği için birey aslında olumlu bir benliğe sahip olsa bile kendisini olumsuz olarak değerlendirecektir(Pescitelli, 1996).

2.4.Sosyal Beceri

2.4.1.Sosyal Beceri Kavramı

İnsanlığın ortaya çıktığı zamandan beri iletişim önemlidir ve zaman ne kadar geçerse geçsin önemini hep korumuştur. Yaşamın her anında insanlar içindekileri aktarmak, diğerlerinin içinden geçenleri anlamak, karşılaşılan sorunların üstesinden gelmek için kararlar almak ve doğuştan gelen onaylanma ihtiyacını karşılamak amacıyla iletişime geçmektedir. Ortaya çıkan bu iletişim ihtiyacını karşılamak için bireyler sosyal becerilere gereksinim duyar. İnsanlar diğerleriyle anlaşılır, temelleri oturmuş ilişkiler kurabilmesini sağlayan ve diğerlerinin kendisini yanlış anlamayıp olumlu tepkiler verebileceği iletişim kurmayı amaçlamaktadırlar. Birey dünyaya geldiği andan itibaren bu iletişimi farklı yollarla yapabilmekte ve zaman içerisinde dil gelişimi ile sözel iletişimi de öğrenmektedir. Birey; yeni kişilerle tanışmak, başkalarıyla içten ve kolay konuşabilmek amacıyla öğrenilen bu davranışları hedefe ulaşmak için kullanılan birer materyal gibi görmektedir. Böylelikle amaçlanan hedeflere rahatlıkla ulaşılması sağlanmış olur (Bacanlı, 2005).

Sosyal beceri kişinin doğal ortamında; yaşadığı yerde, eğitim sürecinde veya çalıştığı ortamda diğerleriyle sağlıklı bir etkileşim kurabilmesini sağlayan yetenekler olarak belirtilmektedir (Hersen ve Eisler, Akt. Bacanlı, 1999: 20). Kişilerin ilişkilerde sözel ve davranışsal becerileri kullanarak içinden geçenleri diğer taraflara güven içinde aktarmaya çalışması, iletişimi devam ettirirken oluşabilecek sorunları çözebilmesi, karşılıklı duygu paylaşımında bulunabilmesi, sorumlulukları yerine getirebilme ve yaşadığı insan topluluğu içinde gerekli konuma yerleştirilmesi için gerekli birikimlerin hepsine sosyal beceri denilmektedir (Ogilvy, 1994: 73-83). Bu beceriler kullanılırken yoğun şekilde kullanılması gerekenin dinleme becerisi olduğu ileri sürülmektedir. Tanımlama noktasını bazı yerlere dikkat çekmek isteyenler sosyal becerilerin diğerleriyle karıştırılmadan yan ve daha özel tanımlanmasını gerektiğini dile getirmektedirler. İletişim denilince akla dinleme, empati gibi birçok alan gelebildiği için sosyal becerinin de ayrı yan dallar olarak ifade edilmesi gerektiğini savunurlar (O'Donohue ve Krasner, 1989: 2-3).

İletişim kurmak, hisleri paylaşmak, aklımızdan geçenleri diğerlerine aktarmak doğuştan gelen bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı karşılamak içinde insanlarla pozitif ilişkiler içerisinde olunması ve sosyal becerilerin geliştirilmesi gerekmektedir (Özdemir, 1996:

93-100). Sosyal beceriler; diğerlerinde pozitif duygular ortaya çıkaran, olumlu etkileşim fırsatı veren, toplumda etki bırakan, ahlaki normlara uygun, karşılaşılan duruma göre değişebilen, fiziki olarak görülebilen, bilişsel olarak görülemeyen davranışların tümünü ifade etmektedir (Yüksel, 1997: 36-42).

Sosyal becerilerin ortak yönleri incelendiğinde ilk olarak karşı tarafta pozitif duygular uyandırması ve negatif duyguların ise ortaya çıkmasını engellemesi gelmektedir. Sergilenen davranışın iz bırakması ve bir amacı olmalıdır. Karşılaşılan kişi veya duruma göre değişkenlik göstererek en uygun tepkilerin seçilerek verilmesi gerekmektedir. Bir taraftan jest, mimikler gibi gözlenebilir bir taraftan da bu davranışların arkasında onları yönlendiren bilişsel süreçlerin varlığı sosyal becerilerin ortak noktaları olarak dikkat çekmektedir (Yüksel, 1997:112; Bacanlı, 2012: 89).

Bazı görüşler ise sosyal beceriyi 6 alana ayırarak incelemişlerdir. Bu 6 başlık incelenecek olursa; olumlu bakış açısı, sorun çözme becerisi, toplumsal ve kültürel farkındalık, iletişim gücünün yüksek olması, uyumlu ve onaylayıcı olma, benlik saygısının yüksekliği olarak belirtilmiştir (Puttoloz&Gottman, 1981: 986-999). Sosyal becerilerdeki yetersizliğin; bu alandaki davranışların kazanılamamış olmasından, yerine kullanılabilir alternatif davranışların bulunamamasından ya da yanlış alternatiflerin kullanılmasından, kazanılmış davranışları nasıl kullanacağını bilememekten veya hatırlayamamaktan kaynaklı ortaya çıktığı ileri sürülmektedir (O'Donohue ve Krasner, 1989:2-3).

Riggio (1986: 649-660) sosyal beceriyi farklı gruplara ve alt başlıklara ayırarak derinlemesine incelemiş ve bu noktada görüşlerini şu şekilde belirtmiştir; sosyal beceri anlatımcılık ve duyarlık şeklinde iki ana noktada farklılaşmaktadır. Bu becerilerin alt başlıklarında ilk olarak duyuşsal duyarlık, empati yapabilme, sosyal anlatımcılık, dilsel gelişimin derecesi, sözel akıcılık, iletişimi sürdürübilmenin yanında bilgi akışının sağlanması olarak belirtilir. Sosyal duyarlık, kültürel ve toplumsal bilgileri anlayarak bunları hayatına uygulayabilme kapasitesi olarak ifade edilmektedir.

Sosyal zekâ ile ilgili bazı araştırmalarda bu alanla ilgili sosyal kalıtımın önemine de dikkat çekilmiştir. Sosyal içgörü ile ayrılan tarafı ise bireyin yaşanan bir olayı subjektif olarak değil objektif olarak değerlendirebilme yeteneği olarak belirtilmiştir. Sosyal zekâ, başkaları tarafından kişinin sosyal anlamda yeterli olması ve diğerleriyle sağlıklı iletişimi olarak ifade etmektedir. Bu yeteneğin kişilere karşı etkili kullanma gücüyle

bağlantılı olduğunu ileri sürenler sosyal etkileme gücüyle ilişkili olduğunu belirtirler (Foote, Cotrel ve Weinstein, 1955; Akt. Egan, 1975).

Toplumlar günlük hayatın akışında karşılıklı etkileşim içerisinde ilişkiler kurarak ve bu ilişkileri geliştirerek yaşamlarını sürdürürler. Kurulan bu bağların sağlam temeller üzerine inşa edilmesini sağlayan sosyal beceriler sağlıklı etkileşimin temel taşıdır. Dünyaya geldikten sonra yavaş yavaş bütün beceriler gelişirken sosyal becerinin temelleri de bu yıllarda atılmaktadır (Uz Baş, 2003: 69). Çocukluk çağındaki arkadaşlık ilişkileri, kardeşler arasındaki iletişim ve anne-baba ile bağları yetişkinlik çağındaki sosyal becerilerini etkilemektedir.

Çocukluk dönemindeki özellikle 8 yaş öncesinde sosyal beceri eksiklerine müdahale edilmediği takdirde yaş ilerledikçe bu eksiklik giderilmeye çalışılsa da gelişim sağlamak zor olacaktır. Bu alandaki gelişimin yavaş olması akran grubunda bireyin geri plana düşmesine neden olacaktır ve birey kendini güzel ifade edemediği için çözümünü kavga etmekte arayacaktır. Sorun bu dönemde çözülmezse yetişkin olan bireylerin sosyal anlamda içe dönmesi kaçınılmaz olacaktır (Gülay, 2004: 98-102). İletişimi zayıf olan bu gruptaki çocukların duygusal anlamda yıprandıkları, ders başarısında düşüşün ortaya çıktığı ve eğitim amaçlı gruplardan uzak durdukları gözlenmektedir. Erken dönemde fark edilen eksikliklerin biran önce çözüme kavuşturulması ve toplumla kaynaşarak hayatını daha olumlu yaşamasının önü açılmalıdır (Avcıoğlu, 2003: 25-32).

2.4.2.Sosyal Beceri Modelleri

Bu bölümde sosyal becerinin kuramlar açısından neler ifade ettiğini ele alacağız. Sosyal becerilerin nasıl kazanıldığını, hangi özellikleri barındırdığı ve kullanımlarını kuramlara göre inceleyeceğiz.

2.4.2.1.Motor Sosyal Beceri Modeli

Sosyal beceri bir motor beceri olarak ifade edilmiş ve bunu benzerlikleriyle ispatlanmaya çalışılmıştır (Argyle ve Lu, 1967: 1254-1260). Bu benzerliklerin neler olduğu incelenecek olursa;

- Her ikisinde de beceriklilik açısından amaçsal benzerlikler vardır.
- Sosyal beceri ve motor beceride görme, işitme ve hissetme gibi duyuvar kullanılır ve işe yarayacak bilgiler toplanır.

- Vücuttaki duyu organları tarafından elde edilen bilgilerin beyine gönderilmesi ve burada işlenerek bir plan oluşturulur.
- Benzer şekilde beyinde işlenen bilgilerin komutlarla organlara aktarıldığı görülmektedir. Beyin burada merkez görevini üstlenirken harekete geçiren komutlar ise tepki süreci olarak alt basamakta yer almaktadır.
- Komutlar sonucunda ortaya çıkan davranışlar izlenerek denetlenir.
- Denetlemeler sonucunda bazı davranışlar doğru kabul edilir bazıları ise yanlış olarak sınıflandırılır.

2.4.2.2.İnsan Davranışı Modeli

Beyindeki bilişsel süreçlere odaklanan ve bu süreçlerin insan davranışlarını etkilediğini düşünen modele göre bu davranışlarda düzen vardır ve iki anlayışla açıklanır; birisi çevresel şartlara ayak uydurabilen insan diğeri ise kendi davranışlarına hükmedebilen insan olarak belirtilmektedir. Burada belirtilen iki anlayışın insan davranışı üzerindeki etkileri amaç ve hedef oluşturma şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu sayede kişi, davranışlarını izleyerek şekillendirme şansına sahip olur. Bilincin açık olduğu davranış izleme sürecinde bireyin farkındalık düzeyi oldukça yüksektir. Farkına varılan davranışların sonraki aşamalar için planlanması da farkındalık sayesinde daha kolay olacaktır (Harre ve Secord, 1972).

2.4.2.3.Üç Sistem Yaklaşımı

Sosyal beceri üç sistem yaklaşımına göre moleküler ve faktör şeklinde iki gruba ayrılmıştır. Faktör bölümünde daha çok gözlemlenebilir testler yapılmaktadır ve bunlar kişinin gözlenmesi, testler ve rol oynayarak yapabilirliğinin incelenmesi şeklinde sıralanabilir. Molekülerde ise daha özel durumlara dikkat çekmekte ve böyle anlarda kişinin performansını incelemektedir (McFall, 1982: 1-33).

Üç sistem yaklaşımı isminden de anlaşılacağı üzere fizyolojik, motor davranışlar ve bilişsel sistemler olarak üçe ayrılırken izlenimlerini de bu başlıklar altında yapmaktadır. Modele göre ilk olarak dışarıdaki uyarıcı bilgiler toplanır, sonrasında bu bilgiler beyne aktarılır ve son basamakta da anlamlandırılır. Uyarıcıların yanlış alınması sonucunda algılama basamağında hafızaya aktarılanların yanlış anlamlandırılması sonucunda ise bu basamakta hatalar oluşabilmektedir. Bu basamaklardaki hatalar sonraki basamakların da çalışmasını olumsuz etkileyecektir. Anlamlandırılan bu bilgilerin olumlu ve olumsuz tarafları düşünülerek bir karara

varılır. Verilen karar sonrası uygun bir tepki seçilir ve bu tepki ortaya konulduğunda faydalı olacak mıdır, ona bakılır. Uyarıcıların alınmasıyla başlayan bu uzun gibi gözükken süreç doğru tepki bulunana kadar devam eder (McFall, 1982: 1-33).

Duruma uygun bir tepki belirlendikten sonra karşı tarafa verilmesiyle süreç son bulmamaktadır. Son aşamada davranışa dönüşen tepkinin duruma uygunluğu geri bildirim şeklinde alınır ve sonra tepkilerin oluşumunda kullanılmak amacıyla saklanır. Bu kadar uzunmuş gibi gözükken olaylar aslında çok kısa süre içerisinde otomatik olarak gerçekleşmektedir. Sosyal becerisinin gözlenmesinde ve derecelendirilmesinde bu şekilde basamaklar oluşturulmasının daha net bilgiler vereceği belirtilmektedir (McFall, 1982: 1-33).

2.4.2.4.Kendini Ortaya Koyma Yaklaşımı

Sosyal kaygıyı ölçmek amaçlı geliştirilen bu model sonraları sosyal beceri içinde kullanılmıştır. Bu yaklaşıma göre bireyler, diğer bireyler üzerinde belirli bir izlenim oluşturmayı amaçlar ve amaçladıkları bu görüntüyü veremeyeceklerini düşündüklerinde kendilerine olumsuz dönütler olacağını varsayarak sosyal açıdan kaygı düzeylerini artırır (Leary ve diğerleri; Akt. Bacanlı, 2005). Sosyal kaygının ortaya çıkmasının nedeni bireyin belirli bir görüntü vermek istemesi ve bunu başaramayacağını düşünmesiyle ortaya çıkan zihinsel süreçlerdir. Günümüz toplumlarında bu durum daha net ve daha çok görülmeye başlamıştır.

2.4.2.5.Sosyal Öğrenme Modeli

Sosyal öğrenme modeline göre dikkat edilmesi gerekenin bireyin özellikleri değil, uyarıcılardan gelen bilgileri nasıl anlamlandırıldığı ve bunları davranışa dönüştürüp uygulayabilme kapasitesidir (Mischel, 1973: 252). Bu durumla ilgili önerilere bakılacak olursa:

- Bireyler izleyerek ve direk olarak davranışlar hakkında bilgi toplayabilir. Elde ettiği bilgileri zihinsel süreçlerden geçirerek davranışa dönüştürür.
- Kişilerde geçmiş yaşantıların etkisiyle oluşacak imgeler olaylarında algılanış biçimini değiştirecek ve ortaya farklı anlamlar çıkacaktır.
- İzlenimler sonucunda ortaya çıkacak davranışlar hakkında bir beklenti vardır ve ihtimaller değerlendirilir
- Ortaya çıkan duruma göre kişinin davranış tercihlerinin yanında nelerden kaçındığı da incelenmelidir

- Yapmak istedikleri davranışları hedefe dönüştürenler bunları gerçekleştirme oranları açısından kendilerine eleştiri getirebilmektedir

2.4.3. Kişiler Arası İletişim

İletişimin temel öğelerine bakıldığında bir kaynak ve ulaşılması istenen hedef mevcuttur. Bir kişinin kaynak, bir kişinin ise hedef olduğu iletişim türü de kişiler arası olarak ifade edilmektedir. Kişiler arasında ortaya çıkan ifade ediş biçimleri karşılıklı olarak anlamlandırılır ve ortaya çıkan sonuca göre iletişimin sürekliliği sağlanır (Dökmen, 1995: 21-23). Bireyler arasındaki ilişkilerde problemler olması durumunda stresin ortaya çıkacağı ve çözümünün ise tartışarak, açıklamalar getirerek olabileceği vurgulanmaktadır. Bireyler; iletişim gücünü yükseltme çabasına girdiği zaman yansımaları kişiler arası iletişimde de görülecek, ilişkilerinin kalitesi artacak ve sosyal anlamda güçlenecektir (Korkut, 2004: 121). İnsanların iletişim kalitesi ne kadar yüksek ise toplum içerisinde var olma seviyesinin de o kadar yüksek olacağına dikkat çekilerek iletişim kalitesinin bireyin nasıl bir insan olduğunu, nasıl bir insan olduğunun ise iletişim kalitesini etkilediğine dikkat çekilmiştir (Dökmen, 2000: 266). Ervin (2000)'e göre kişilerin ilişkisel boyutları beş başlık altında toplanabilir. Bunlar açıklanacak olursa:

Tanışma: Bireylerin ilk karşılaştığı anı ifade etmektedir. İlk izlenimlerin ilişkinin ilerlemesi açısından önemi büyüktür ve bu noktada yakınlığın boyutu önem taşımaktadır. Kişilerin fiziki özellikleri, yaş, cinsiyet, kültürel benzerlikler, sergilediği davranışlar, giyim tarzı ve aksesuarları gibi özellikler diğer kişi hakkında yorum yapılmasını etkilemektedir. İlk karşılaşma olduğu için ilişkinin temelleri atılır eğer hoşnut kalınırsa geliştirmek için karşılıklı çaba içerisine girilir.

Geliştirme: İlişkinin kalitesinin attığı bu süreçte güven ilişkinin temelini oluşturmaktadır. Karşılıklı bağımlılığın olduğu bu dönemde ilişki oturmaya başlar ve iletişim kalıpları ortaya çıkarken ödülleri verilerek pekiştirilir.

Sürdürme ve Pekiştirme: Bir önceki aşamada güven ve ödülleri ile pekiştirme esas iken gelinen noktada bunlar yeterli olmayacak ve karşılıklı özel hissettirerek ilişkinin kalitesinin artırılması ön plana çıkacaktır. Kişiler birbirini daha yakında tanıdıkları için davranışlarında daha rahat tavırlar sergileyebilirken kişisel sınırların diğer taraflara da aktarılmasıyla kısıtlamalar da gelmektedir.

Bozulma: İlişkinin başlaması için iki bireye ihtiyaç duyulurken bozulması için bir tarafın tavırları yeterlidir. İlişkinin başlangıcındaki ilgi ve özenin gösterilmemesi, konum olarak uzaklaşmak, başlamış bir ilişkiyi sürdürmede güçlük çekme gibi durumlar ilişkiyi zayıflatarak bozulmasına neden olmaktadır.

Bitme: Bir önceki aşamada bozulmaların başlaması süreci sonlandırma noktasına taşımaktadır. Tekrar başlangıçtaki noktaya taşımak için çaba gösterilse de bu artık zor olmaktadır. Bütün çabalara rağmen ilişkinin artık kurtarılamayacağı düşünülüyorsa karşılıklı saygı içerisinde sonlandırılmasında fayda vardır.

2.4.4.Sosyal Kaygı

İnsanların ilişkisel süreçlerde bilişsel yapıların etkisiyle olumsuz etkilenmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Kişilerin kurdukları ilişkilerde ortaya çıkan hisleri ve yorumlamalarının temelini bilişsel- duygusal yapıları oluşturmaktadır (Baldwin ve Fergusson, 2001: 235-236). Bireyin kişiler arası iletişimi ve çevreye uyum sağlama gücü, akademik durumu, iş hayatındaki mutluluğu, aile ortamı, öz saygısı, kendine olan güveni, psikolojik durumu gibi etkenler sosyal kaygının ortaya çıkmasını etkilemektedir. Kişinin çevresiyle ve toplumla olan ilişkilerinin olumlu yönde güçlü olması hayata bakışını da pozitif yapacaktır.

Küçük yaşlarda ortaya çıkan ruhsal sorunların üzerinde durulmadığı için bu bireylerin yetişkinlik yıllarındaki ilişkilerinin de olumsuz etkileneceği göz önüne alınmalıdır. Günlük yaşama bakıldığında sessiz, sakin, içe dönük çocukların daha gözde, sevilen ve onaylanan bireyler olduğunu görmekteyiz. Öğrenciler arasında da en çok sevilen ve örnek gösterilen çocukların bu tür davranışlar sergileyenler olduğu görülmektedir. Bu durumun olumsuz tarafı ise ergenlik döneminde görülmeye başlayacak ve kişinin tüm hayatına yansiyacaktır. Ergenlik döneminde kaygı düzeyi artan çocuğa müdahale edilmezse sosyal kaygı durumu ortaya çıkacaktır. Önceki dönemlerde fark edilen bu kişilerin, onaylamadan ziyade dışa dönük davranışlara teşvik edilmesi gerekmektedir (Sertelin ve Yavuzer, 2017: 10).

Kişiler, toplum içerisinde veya birebir ilişkilerde karşı tarafta olumlu bir imaj oluşturma beklentisi içerisinde girmektedir. Beklenti bu yönde olunca istenilen imajın oluşturulamayacağı düşüncesi, kaygı düzeyini yükselmekte ve kişiler arası ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir (Schlenker ve Leary, 1982). Kaygı düzeyinin artmasında direk ilişki içesine girilmesine gerek yoktur. Bazı bireylerde böyle bir

İhtimalin ortaya çıkması anında da kaygı düzeyi yükselmeye başlamaktadır (Leary ve Kowalski, 1995). Bu durumun ortaya çıkardığı sonuçlar göz önüne alındığında kişilerin yalnızken de sosyal kaygı yaşayacağı görülecektir (Sertelin, Mercan ve Yavuzer, 2017: 15).

2.4.5.Sosyal Beceri Türleri

İnsan doğduğu andan okul çağına gelene kadar anne-baba ve çevresindeki kişilerden sosyal becerilerin temellerini görür ve bu davranışları öğrenir. Eğitim hayatının ilk evresinde farklı çocuklarla bir araya geleceği için önceden öğrendiği davranışlarda değişikliğe gidecektir. Aile ortamında gördüğü davranışları farklılaştırarak toplum tarafından kabul edilir hale getirecektir ve daha etkili sosyal becerileri öğrenerek yaş grubunun üstündekilerle de iletişimini güçlendirecektir (Senemoğlu, 2000: 79-84). Senemoğlu (2000)'na göre sosyal beceriler 3 kategoriye ayrılmaktadır:

- Bireyin geliştirdiği sosyal becerilerin kendi yaş grubu tarafından onaylanıp onaylanmadığı
- Ortaya konulan davranışların sonucunda olumsuz durumların ortaya çıktığı ve karşılığında bir yaptırımın uygulandığı durumlar
- Özel durumlarda sergilenen davranışların öğrenilerek olumlu sonuçlar almak adına sosyal becerilerde kullanılması

Sargent (1991) bu becerileri 4 farklı başlık altında toplamıştır:

- İletişimin ilk başlama anında yapılan girişimler
- Konuşmanın ilerleyişine göre karşılıklı onaylamalar
- Ortaya çıkabilecek olumsuz durumların üstesinden gelme
- Bulunulan ortama özgü ortaya çıkan uygun davranışlar (Akt. Gülay, 2004: 32-45)

Shapiro (2004: 52) sosyal becerileri farklı bir bakış açısı ile 4 ana başlık halinde açıklamıştır:

İletişim Becerileri: Bebeklikten başlayan öğrenme sürecinin ilk aşamasında anne-baba etkin rol oynamaktadır ve çocuk öğrendiği konuşma becerilerini birebir ilişkilerinin yanında grup iletişiminde de aktif olarak kullanmaktadır.

Mizah: İletişime renk katan mizah hem yetişkinlerde hem de çocuklarda gözüktüğünden daha etkilidir. Çocuklar; iletişimde mizahi öğelere ne kadar az yer verilerse akranları arasında o kadar gözden düşmekte, popülaritesi azalmaktadır.

Yeni arkadaşlıklar: Kişinin hayatında ne kadar fazla arkadaşı olsa da en yakın olarak gördüğü arkadaşların olması ergenlik ve yetişkinlik çağındaki insanlarla ilişkilerini olumlu yönde etkileyecektir.

Gruptaki varlığı: Okul çağındaki kişi; birebir arkadaşlıklar kursa da gruba dahil olarak onlarla etkinlikler yapması, temelleri oturmuş ilişkiler kurabilmesinin ön şartı olarak görülebilir (Erten, 2012: 56).

Akkök (1999) sosyal beceri türlerini gruplara ayırmış ve şu şekilde ifade etmiştir:

Başlangıç: Bunlar ilişkinin ilk evresinde karşı tarafa kendi tanıtımla başlayıp, ilişkiyi sürdürecektir onaylamalar ve isteği dile getirme ifadeleriyle devam eden süreci belirtir.

Birlikte hareket edebilme: Grupla hareket edebilme ve kendi üzerine düşeni yapabileceğinin tümünü kapsamaktadır.

Duyguları anlama: Hem kendinin hem de diğerlerinin duygularının farkına vararak bunları yönetme ve ortaya çıkan olumsuz durumların üstesinden gelebilme becerileridir.

Öfkeye karşı koyabilme: Karşı tarafı kırmadan uygun ifadelerle isteği iletme ve sorunun üstesinden gelebilmeyi ifade etmektedir.

Sorun karşısında çözüm üretebilme: Sorun hakkında verileri toplayarak çözüme yönelik hamleler yapma ve çözüme kavuşturmadır. (Akt. Durdu, 2013: 123)

İnsan, hayatı boyunca amaçlar edinir ve bu amaçları gerçekleştirmek için sürekli bir çaba içerisinde. Bu amaçlara ulaşmak ve diğerleriyle karşılıklı etkileşim içerisinde ortak amaçları da yerine getirebilmek için sosyal beceriler kullanılmaktadır. O anki amaç neyse kişi kullanacağı sosyal beceriyi bu duruma uygun olarak seçer ve durumun değişimine göre de şekillendirerek süreci yönlendirir. Kişi doğduğu andan itibaren öğrendiği sosyal beceri davranışlarını belirli bir sıra ile uygulamaya koymaktadır (Hargie, 1986; Akt. Seven, 2006: 63).

2.4.6.Ergenlerde Sosyal Beceri

Yetişkinliğe giden yolda ilk çocukluk dönemi biterken girilen ergenlik döneminde kişi; sosyal, fiziksel, ruhsal ve toplumsal açıdan birçok değişimle karşılaşmaktadır. Çıkarıcılık bir kenara bırakılırken birey değerlerini de düşünmeye başlar, sorumlulukları artar ve sosyal ilişkilerinin boyutu daha karmaşık bir hal alır. Ergenlik döneminde yaşanan bu olaylar ergenin daha önce hiç karşılaşmadığı sorunların üstesinden gelmesini gerektirecek ve çözüm üretmek için çaba harçayarak kendini geliştirmenin önünü açacaktır. Karşılaşılan bu problemler bireyin karar verme sürecini zorlaştıracak ve kişi kendini açıklamakta zorlanacaktır (Dikmeer, 1997). Ergenlik döneminde kişiler kendini tanımaya çalışırken artık aileden çok akran gruplarından etkilenir hale gelmektedir. Bir gruba dahil olmak isteyen birey, grubun istekleri doğrultusunda hareket edeceği için olumsuz davranışlar da sergileyebilir (Senemoğlu, 1997: 84).

Ergenlik döneminin başlamasıyla kişilik yavaş yavaş oturmaya başlamaktadır. Kohlberg'in ahlaki gelişim evreleri incelendiğinde ergenlik döneminde bireyin artık kendisini değil, diğerlerini daha fazla düşünmeye başladığı görülmektedir. Ahlaki gelişim yönünden ergen toplumsal kuralları benimser ve diğerlerinin haklarını gözetip korumak için çaba gösterir (Cartledge ve Milburn, 1995; Akt. Uzamaz ve Güçray, 2004: 52).

Çağın ilerlemesiyle insana dair sorunlar da her geçen gün farklı bir boyut kazanmaktadır. Geline nokta kişiler içinden geçenleri karşı tarafa rahat bir şekilde ifade edemezken yeni bir ilişkiyi başlatıp sürdürmekte de zorlanmaktadırlar. Birey, karşı cinsle duygusal bir ilişki yaşama konusunda çekinceler yaşar ve sosyal becerilerini kullanamaz hale gelmiştir. Yaşanan bu olumsuz durumlar araştırmacıları sosyal beceri alanına yöneltmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda küçük yaştan itibaren bu alanda eğitimler vererek kişilerin yetişkinlik döneminde sosyal anlamda zorlanmalarının önüne geçilmesi amaçlanmıştır (Elksnin ve Elksnin, 1995; Ogilvy, 1994). Çocukların ileriki yıllarda sosyal beceriyi kazanması zorlaşacağı için ortaöğretim sonuna kadar olan döneme yoğunlaşmalıdır.

Kişinin olaylara bakış açısı ve yaklaşımı, ilişkiyi nasıl şekillendireceği hayata gözlerini açtığı andan itibaren ailesi ve çevresinden öğrendiği sosyal becerilere göre şekillenmektedir. Kazanılan bu sosyal becerilerin yeterliliği çocuğun teşvik

edilmesine ve çocuktaki azme bağılyken okul ortamında arkadaş ve öğretmenlerinin örnek oluşu da büyük önem taşımaktadır. Temelden itibaren öğrenerek geldiği bu davranışlar birer beceriye dönüşerek kişinin bütün hayatını etkileyen sosyalliği oluşturmaktadır (Gültekin ve Çubukçu, 2006: 158).

Ergenlik döneminin başlamasıyla bazı gelişimsel görevler vardır ki bunların başında ilişki kurma ve bunları yönetme gelmektedir. İnsanın doğuştan gelen yakınlık ihtiyacı bebekken dokunarak karşılanırsa da yaş ilerledikçe bu sosyal ilişkilerde yakınlık kurma alanına taşınmaktadır. İlişkisel anlamda zayıf olan kişilerde bu alanda eksiklik hissedileceği için duygusal boşluk oluşacaktır (Sullivan, 1953). Ergenlik çağı duygusal anlamda çalkantılı bir dönem olmakla beraber kişilerin bu dönemde başarması gereken görevlerle birlikte daha zor bir süreç haline gelmektedir. Ergenlik döneminin bu görevleri arasında gruba dahil olma da vardır. Birey, arkadaş ilişkilerini kurarken bir taraftan da diğerleri tarafından beğenilecek davranışlar sergilemeye yatkındır (Kılıççı,2000: 34-35).

Arkadaşlık bağları ergenlik döneminde daha çok hem cinsleriyle kurulan yakın ilişkilerle güçlenerek ilerlemektedir. Bireyin kendini tanıması; farklılıklarını görebek kabul etmesi, arkadaş grupları tarafından onaylanması ve bu gruplara dahil edilmesine bağılıdır. Akran grupları tarafından onaylanmak, teşvik edilmek bireyin öz güven ve öz saygısını olumlu yönde etkileyecektir (Kılıççı, 2000: 82). Bilişsel yaklaşım bu becerileri bilişsel olarak ele almaktadır ve eksikliğin aslında bilişsel alandaki yetersizlik durumundan kaynaklı olduğunu ileri sürmektedir. Genel olarak baktıklarında sosyal beceri eksikliği yaşayan bireylerin bu davranışları öğrenmedikleri ve toplum içinde nasıl davranacaklarını bilmediklerini ileri sürer. Kişilerin bilişsel şemalarında yer alan senaryolar yaşanan durumlar karşısında nasıl tepki vereceklerini ve davranacaklarını belirler. Davranışçı yaklaşım; kişideki eksikliklerin kaynağı olarak nerede, nasıl davranılacağına öğretilmemesini göstermektedir. Birey, yaşanan olaylar karşısında nasıl davranacağı bilgisine sahip bulunmadığı için de uygun davranışları sergileyemez (Bacanlı, 1999: 179).

Sosyal becerileri gelişmiş ergenlerin akranları tarafından gruba dahil edilmeleri daha kolay olacaktır. İletişim kurma becerilerinin zayıf oluşu; kişinin arkadaşsız kalmasına neden olabileceği gibi paylaşım kapalı, çevresi tarafından onaylanmayan ve hayal dünyasında yaşayan bir birey olmasının önünü de açmaktadır. Erken yaşlardan itibaren

sosyal beceri alanında desteklenen bireylerin sağlıklı ruh haline sahip birer yetişkin olacağı öngörülmektedir (Ladd, 1981: 283-307; Bierman ve Furman, 1984: 139-151).

2.5. Literatür İle İlgili Araştırmalar

2.5.1. Sosyal Medya Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

Arslantaş (2017: 56) adolesanlarda internet bağımlılığı ile ruhsal sorunlar ve obezite arasındaki ilişki konulu tez çalışmasında özel okulda okuyan öğrencilerin internet kullanımını ve bağımlılık oranının daha yüksek olduğunu, Patolojik internet kullanımının erkek öğrencilerde, yaşı daha büyük olanlarda, ailesinin ekonomik durumu iyi seviyede olanlarda, babasının eğitim seviyesi yüksek olanlarda, kendine ait bilgisayar ve cep telefonu olanlarda, deneyimli internet kullanıcılarında, günlük ve haftalık internet kullanım süresi yüksek seviyede olanlarda daha yaygın olduğunu saptamıştır.

Akdeniz(2018: 80) 14 – 16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu tez çalışmasında ergenlerin internet bağımlılığı oranlarının cinsiyete, yaşa, okul türüne, öğrenim gördüğü sınıfa, ebeveynlerinin eğitim düzeylerine, sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır

Duman (2008:111) tarafından lise çağındaki 86 öğrenci ile yapılan çalışmada; internet kullanımının öğrencilerin okul başarıları ve sosyal ilişkileri incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin sosyal çevrelerine uyum sağlamada ve akademik başarılarında internet kullanımının önemli bir etken olduğu, interneti bilimsel araştırma amacı ile değil çoğunlukla boş vakitlerini geçirmek için kullandıkları ve bunda dolayı da hem derslerde hem sosyal ilişkilerde problemler yaşadıklarını belirtmişlerdir. İnternet kullanan öğrencilerin çoğu derslerde ve ders dışı etkinliklerde performans göstermeyen, bilimsel araştırmalarda bulunmayan, kendini geliştirmeyen görüntü vermişlerdir.

Esen (2010:133) tarafından lise öğrencisi 700 öğrenci ile yapılan araştırmada ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenler incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre algılanan akademik başarının ergenlerde internet bağımlılığını yordadığı saptanmıştır. Algılanan akademik başarısı düşük olan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin, algılanan akademik başarısı yüksek olan

öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Erkeklerin bağımlılık oranı kızlara göre daha yüksek çıkmıştır.

Bostancı (2010) 380 iletişim fakültesi öğrencisi ile yaptığı sosyal medyanın gelişimi ve iletişim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları konulu araştırmasında öğrencilerin %55.1'inin her gün sosyal medya uygulamalarına girdiklerini ve bu öğrencilerin %71'inin bu uygulamalarda 1 saatten fazla vakit geçirdiklerini saptamıştır. Kız öğrencilerin genellikle akademik çalışmalardan faydalanmak amacıyla sosyal medyayı kullandığı, erkeklerin ise sosyal medya kullanmalarındaki temel amacın arkadaş edinmek olduğu anlaşılmıştır. En çok kullanılan sosyal medya uygulamasının ise facebook olduğu anlaşılmıştır.

Macit (2019:81) araştırmasında sosyal medya bağımlılık düzeylerinin eğitim durumuna, cinsiyete, medeni duruma göre farklılaşmadığını, yaşa ve sahip olunan çocuk sayısına göre farklılaştığını belirlemiştir. Bireylerin hostile ve anksiyete düzeyleri ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Hawi ve Samaha (2016) tarafından üniversitede okuyan bireylerle yapılan çalışmada sosyal medyaya olan bağımlılık, benlik saygısı ve yaşamsal doyum ilişkisi araştırılmıştır. Sosyal medyaya olan bağımlılık arttıkça benlik saygısının düştüğü, yaşamsal doyumun arttığı verileri elde edilmiştir.

Al-Menayes (2015) sosyal medya kullanımı, bağımlılık ve akademik başarı ilişkisini araştırdığı çalışmada sosyal medyada harcanan vakit ne kadar artarsa akademik başarının da o kadar düştüğü sonucuna ulaşmıştır.

Lee ve diğerleri (2001) ergenlerin internet bağımlılığı, depresyon, sosyal anksiyete ve akran ilişkileriyle ilgili yaptıkları araştırmada erkeklerin kız ergenlere göre daha fazla internet bağımlılığı seviyesine sahip olduklarını ve internet bağımlılığının depresyon puanını yükselttiği, arkadaş ilişkilerinde sorun yaşanmasına neden olduğu verilerini elde etmişlerdir.

2.5.2. Ruhsal Sorunlar İle İlgili Araştırmalar

Şengüder (2006: 98) Lise 1-3. sınıf öğrencilerinde denetim odağı ile ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve akademik başarı ile kıyaslanması konulu tez çalışmasında ruhsal sorunlar ile denetim odağı arasında $p < 0.001$ düzeyinde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Ayrıca yaş ile ruhsal sorunlara sahip olma arasındaki farklılığı

incelemiş, anksiyete alt ölçeği ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Akdeniz(2018: 81) 14 – 16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu tez çalışmasında ergenlerin yaşadıkları ruhsal sorunlara ilişkin puanlar internet bağımlısı olmayan akranlarından daha yüksek bulunmuştur ayrıca ergenlerin internet bağımlılığı düzeyleri ile ruhsal sorunları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu sonuçlarına ulaşmıştır.

Çağlar (2018: 87) çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran, ebeveynleri boşanmış olan ve olmayan çocukların ruhsal sorunlar, psikolojik sağlamlık, öz-kavramı ve ebeveyn kabul / reddi açısından ve annelerinin benlik saygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması başlıklı tezinde boşanmış ailelerdeki çocukların, boşanmamışlara kıyasla psikiyatrik sorunlarının daha fazla olduğu, benlik kavramlarının daha olumsuz olduğu, annelerini ve babalarını daha az kabullenici algılandıkları ve daha ebeveyne yabancılaşma yaşadıkları saptamıştır.

Engin (2019: 29-30) lise öğrencilerinde sosyal destek algısı ve ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin incelenmesi konulu araştırmasında Kısa Semptom Envanteri ve alt boyutları ile Çocuk ve Ergenlerde Sosyal Destek Değerlendirme Ölçeği ve alt boyutları arasında orta düzeyde, negatif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Macit (2019: 81) araştırmasında bireylerin hostilite ve anksiyete düzeyleri ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır.

Bettles ve Walker'ın (1986: 591-604) intihar girişimi olan kız ve erkeklerle yapmış oldukları çalışmada kızların depresyon, anksiyete belirtileri gösterdiği erkeklerin ise antisosyal davranışlar sergilediği sonuçlarına ulaşmışlardır.

McCauley, Lerner ve Eye'nin (1999) 6. Ve 7. Sınıfta okuyan ergenler ile yapmış oldukları araştırma sonucunda ergenlerin bu dönemin başladığı ilk zamanlarda depresyon ve anksiyete puanlarının kız öğrencilerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında erkek öğrencilerin kendilerine yeterlilik düzeyinin kızlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Moses (1999) depresyon, hostalite ve şiddete maruz kalma arasındaki ilişkiyi 337 kişi ile yapmış olduğu çalışmada araştırmıştır. Kızların erkelerden daha az şiddet

gördükleri görülmüştür. Şiddete maruz kalma ile depresyon ve hostileitenin bir birlerini yordadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

2.5.3. Sosyal Beceri İle İlgili Araştırmalar

Neslitürk (2013:106-110) deneme modelinde yaptığı araştırmasında annelerine ‘anne değerler eğitimi programı’ uygulanan 5-6 yaş grubu çocukların işbirliği, iletişim, kendini ifade etme, empati, sorumluluk, kendini kontrol etme ve grupla birlikte hareket etme ile ilgili sosyal becerilerini anlamlı düzeyde arttırmada etkili olduğu gözlenmiştir. Ayrıca 4 hafta sonrasında yapılan izleme testi sonucunda da bu etkinin iletişim dışında diğer sosyal beceriler de kendini gösterdiği görülmüştür. Anasınıfına devam eden 5-6 yaş çocuklarının annelerine verilen Anne Değerler Eğitimi Programı (ADEP)’nin çocukların sosyal becerilerini olumlu yönde desteklediği söylenebilir.

Durualp ve Aral (2010: 169) anasınıfına devam eden altı yaşındaki çocukların sosyal becerilerinde Oyun Temelli Sosyal Beceri Eğitimi Programının etkisini incelemiş, örnekleme alınan deney ve kontrol grubundaki çocukların Sosyal Beceri Ölçeği’nin toplamından, uyumsuzluk, iletişim ve çekingenlik alt testlerinden aldıkları ön test puan ortalamalarına göre düzeltilmiş sontest puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan $p<0,001$ düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Canbay (2010:80) 9., 10. ve 11. sınıflara devam eden 445 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasında öznel iyi oluş ve sosyal beceri düzeyleri arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunduğu, global sosyal beceri düzeyleri cinsiyet bakımından incelendiğinde kız öğrencilerin ortalamalarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu, global sosyal beceri düzeyleri ve öznel iyi oluş ile akademik başarı durumları, aile gelir durumları ve katıldıkları aktiviteler arasında anlamlı farklılıkların olduğu sonuçlarına ulaşmıştır.

Yurdakavuştu (2012:199-201) 5. sınıf öğrencileri üzerinde yürüttüğü araştırmasında sosyal beceri düzeylerinin erkek öğrencilerde kız öğrencilere oranla daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Sosyal beceri düzeyleri öğrencilerin cinsiyetine, ailenin sosyo-ekonomik düzeyine, etkinliklere katılıp katılamamasına, büyüdüğü yerleşim yerine ve günlük televizyon izleme saatine göre aldıkları puanlar arasında anlamlı fark olduğu, sosyal beceri ve duygusal zeka arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Aktı (2011: 98-100) 8. Sınıf öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada sosyal beceri düzeyi ile medya okuryazarlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını, kız öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin daha yüksek olduğunu sosyal beceri düzeylerinin internet kullanma süresine göre anlamlı şekilde farklılaştığını, gün içinde hiç internet kullanmayan öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin en yüksek olduğunu saptamıştır.

Copeland (2005) sosyal beceri ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında ilişkinin varlığı sonucuna ulaşmıştır. İşbirliği sosyal becerisinin bireylerin hem öğrenci hem de öğretmenler tarafından kullanılmasının akademik başarı üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Riggio, Coffaro, Tucker'in (1989) çocuklarla yapmış oldukları araştırmada sosyal beceri ve empatiyi incelemişlerdir. 171 çocukla yapılan çalışmada bireylerin sosyal becerileri arttıkça empati düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Cinsiyet açısından bakıldığında ise kızların erkeklere göre duygusal empati puanları daha yüksek çıkmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Çalışmanın amacı; ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Ayrıca ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar ve sosyal becerilerinin yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanımı değişkenlerine göre anlamlı ilişki/farklılık içinde olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma modeli, evreni, örnekleme ve veri toplama araçları ile araştırmada kullanılan ölçek ve veri çözümleme teknikleriyle ilgili ayrıntılı bilgiler bu bölümde verilecektir.

3.1.Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi ilişkisel tarama yöntemini kullanarak incelemeyi amaçlamıştır. İlişkisel tarama modeli iki ya da daha fazla değişkenin kendi aralarında değişim içinde olup olmadığını, değişim derecesini araştıran tarama modelidir (Karasar, 2012: 81). Bu çalışmada ayrıca sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal becerilerin yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanımı değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık içinde olup olmadığı incelenmiştir.

3.2.Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul ilinde ortaokul ve liseye devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise Esenler ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı 5 ortaokul ve lisede eğitim gören 7-12. sınıf öğrencileri arasından seçilen 400 ergen bireyden oluşmaktadır. Esenler ilçesinde bulunan okul sayısının fazla olması bu okullardaki öğrencilerin hepsine ulaşmanın ekonomiklik ve zaman yönlerinden güçlüğü gibi etmenler göz önüne alındığında araştırma grubu bazı okullar ile sınırlandırılmıştır.

Araştırmanın bu bölümünde çalışma grubuna ait demografik bilgiler, betimsel analiz bulgularıyla ve frekans dağılımıyla yer verilmiştir.

Tablo 3.1: Çalışma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	%
Kız	204	51.0
Erkek	196	49.0
Toplam	400	100

Tablo 3.1 incelendiğinde, çalışma grubunda cinsiyet dağılımınının 204 kız (%51) ve 196 erkek (%49) öğrenci, toplamda ise 400 öğrenciden oluştuğu görülmektedir.

Tablo 3.2: Çalışma Grubunun Algılanan Akademik Başarı Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı

Algılanan başarı	N	%
Düşük	42	10.5
Orta	244	61.0
Yüksek	114	28.5
Toplam	400	100

Tablo3.2.'de algılanan akademik başarı düzeyi incelendiğinde, akademik başarılarını 42 kişinin düşük (%10,5), 244 kişinin orta (%61,0), 114 kişinin ise yüksek (%28,5) olarak algıladığı görülmektedir.

Tablo3.3: Çalışma Grubunun Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dağılımı

Anne Eğitim Durumu	N	%
Okuma yazması yok	66	16.5
İlkokul	153	38.3
Ortaokul	99	24.8
Lise	69	17.3
Üniversite	9	2.3
Lisansüstü	4	1.0
Toplam	400	100

Tablo 3.3'te çalışma grubunun annelerinin eğitim durumu incelendiğinde, 66 kişinin okuma yazmasının olmadığı (%16,5), 153 kişinin ilkokul mezunu (%38,3), 99 kişinin ortaokul (%24,8), 69 kişinin lise (%17,3), 9 kişinin üniversite (%2,3), 4 kişinin lisansüstü (%1,0) eğitim seviyesine sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3.4: Çalışma Grubunun Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dağılımı

Baba Eğitim Durumu	N	%
Okuma yazması yok	46	11.5
İlkokul	101	25.3
Ortaokul	123	30.8
Lise	95	23.8
Üniversite	31	7.8
Lisansüstü	4	1.0
Toplam	400	100

Tablo 3.4'te çalışma grubunun babalarının eğitim durumu incelendiğinde 46 kişinin okuma yazmasının olmadığı (%11,5), 101 kişinin ilkokul mezunu (%25,3), 123 kişinin ortaokul (%30,8), 95 kişinin lise (%23,8), 31 kişinin üniversite (%7,8), 4 kişinin lisansüstü (%1,0) eğitim seviyesine sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3.5: Çalışma Grubunun Algılanan Anne Tutumu Değişkenine Göre Dağılımı

Algılanan Anne Tutumu	N	%
İlgisiz	21	5.3
Otoriter	54	13.5
Demokratik	96	24.0
Koruyucu	229	57.3
Toplam	400	100

Tablo 3.5'te çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin algılanan anne tutumları incelendiğinde 21 kişinin ilgisiz (%5,3), 54 kişinin otoriter (%13,5), 96 kişinin demokratik (%24,0), 229 kişinin ise koruyucu (%57,3) anne tutumuna sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3.6: Çalışma Grubunun Algılanan Baba Tutumu Değişkenine Göre Dağılımı

Algılanan Baba Tutumu	N	%
İlgisiz	39	9.8
Otoriter	59	14.8
Demokratik	93	23.3
Koruyucu	209	52.3
Toplam	400	100

Tablo 3.6’da çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin algılanan baba tutumları incelendiğinde 39 kişinin ilgisiz (%9,8), 59 kişinin otoriter (%14,8), 93 kişinin demokratik (%23,3), 209 kişinin ise koruyucu (%52,3) baba tutumuna sahip olduğu görülmektedir

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ), Kısa Semptom Envanteri (KSE), Sosyal Beceri Ölçeği (SBÖ) ve araştırmacının belirlediği maddelerden oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, araştırmaya katılan ergenlerin yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, anne-baba tutumları, anne-baba eğitim seviyesi, algılan akademik başarı, internetin amaçsız kullanımı ve sosyal medya kullanımı ile ilgili bilgilerden oluşmaktadır (Ek 1).

3.3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından geliştirilen ölçek önce 27 maddelik taslak halinde uygulanmış ve açımlayıcı faktör analizi yapıldıktan sonra 9 maddeden oluşan tek faktörlü yapıya sahip ölçek tamamlanmıştır (Ek 2). Ölçek 5’li likert tipinde oluşturulmuş ve alınan yüksek puanlar sosyal medya bağımlılığının ne kadar ileri düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır. Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin toplam varyansın %56,787’sini açıkladığı belirlenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alfa katsayısı 0.904 olarak saptanmıştır. Bulunan veriler göz önüne alındığında ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeyi

araştırılmak istendiğinde kullanılabilir ve güvenilir bir ölçek olduğu görülmektedir.

3.3.3.Kısa Semptom Envanteri

Kısa Semptom Envanteri 1992 yılında Derogatis tarafından SCL-90 ruhsal sorunları belirleme ölçeği üzerinde çalışmalar yapılarak 53 maddelik kendini değerlendirme ölçeği olarak oluşturulmuştur (Ek 3). SCL-90-R 9 bölüme ayrılmış 90 maddeden oluşurken bu maddelerden her bölümde en yüksek puanı alan 53 madde ayrılarak daha kısa sürede cevaplatılabilen benzer özelliklere sahip bir envanter oluşturulmuştur. Türkçeye uyarlanan KSE için üç ayrı çalışma yapılmış ve sonucunda ‘anksiyete(17 madde)’, ‘depresyon (14 madde)’, ‘olumsuz benlik (9 madde)’, ‘somatizasyon (7madde)’ ve ‘hostalite(4 madde)’ adında beş faktörden oluştuğu görülmüştür. Maddelerin puanlandırılması ‘hiç’ ve ‘çok fazla’ ile belirtilen 0-4 aralığında değerlendirme yöntemiyle oluşturulmuş likert tipi bir ölçektir.

Uygulayıcılar ölçeğin uygulanacağı bireylere her maddeyi okumalarını ve son bir hafta içindeki durumlarının ne kadar uyduğuna bakarak işaretlemelerini ister. Türkiye’de yapılan üç çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik kat sayısı 96 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 9 alt ölçeği için bulunan güvenilirlik kat sayıları ise şöyledir; obsesyon 74, paranoid düşünceler 71, hostalite 77, fobik anksiyete 71, psikotizm 65, somatizasyon 86, kişiler arası alınganlık 76, depresyon 84, anksiyete 84, ek maddeler 61 olarak bulunmuştur (Şahin ve Durak, 1994: 52). 11-18 yaş aralığında 597 ergene uygulanan çalışmada KSE’nin bu yaş grubunda alt ölçekler için Cronbach Alfa katsayıları depresyon 78, anksiyete 84, olumsuz benlik 74, somatizasyon 71, hostalite 73 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin geneli için ise Cronbach Alfa katsayısı .95 olarak bulunmuştur (Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002).

3.3.4.Sosyal Beceri Ölçeği

Sosyal beceri ölçeği 2000 yılında 20 maddeden oluşan bir ölçek olarak geliştirilmiştir (Ek 4). Dörtlü Likert tipi olan bu ölçekten elde edilen puanlar 20-80 arasında değerler almaktadır. Uygulanan ölçekten alınan puanlar değerlendirildiğinde puanın yüksekliği kişinin sosyal beceri açısından olumlu özellikler sergilediğini göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması iç tutarlılık yöntemiyle ölçülmüştür. Cronbach Alfa katsayısı .75 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin geçerlilik çalışması ise kapsam geçerliliği yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır. Ölçülmesi amaçlanan sosyal becerilerin ne ölçüde

ölçüldüğünü değerlendirmek amacıyla beşli puan sisteminden faydalanarak 5 uzmanın görüşlerine başvurulmuştur. 5 uzmandan alınan değerlendirme sonuçlarının ortalaması alınmış ve 4,5 puan alındığı ortaya çıkmıştır. Alınan ortamala puana bakıldığında ölçeğin kapsam geçerliliği olduğu görülmüştür (Kocayörük, 2000:40-53).

3.4.Verilerin Toplanması ve Analizi

İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünün 26.12.2018 tarihli onayı ile ölçekleri uygulama izni alınmıştır (Ek 5). Alınan izin doğrultusunda çoğaltılan ölçekler İstanbul İli Esenler ilçesinde bulunan 2 ortaokul ve 3 lisede okuyan 12-19 yaş aralığındaki ergenlere uygulanmıştır. Ölçekler dağıtıldıktan sonra nasıl doldurulacağı ile ilgili bilgiler yazılı ve sözlü olarak verilerek geçerli ve güvenilir veriler toplanmaya çalışılmıştır. Anketlerin uygulanmaya başlaması ve bitişi arasında yaklaşık 35 dakika süre geçmiş, bu işlem 3 aylık bir süre boyunca devam etmiştir. Kişisel bilgi formu, Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri Ve Sosyal Beceri Ölçeği ile elde edilen veriler SPSS 25 paket programına aktarılarak analizleri yapılmıştır.

Toplanan verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabilmesi için normal dağılım olması ve homojen bir yapıyı barındırması gerekir. Bu amaçla öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve alınan sonuçların normal olduğu görüldükten sonra verilerin analizinde parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Değişkenler arasında farklılığı ortaya koyabilmek için ikili karşılaştırmalarda dağılım normal olduğundan t testi, ikiden fazla değişken gruplarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Farklılığın anlamlı bulunması durumunda Tukey (Çoklu Karşılaştırma) testi uygulanmıştır. . Sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri değişkenlerinin dağılımlarının normal olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçları tablo 3.7’de gösterilmiştir

Tablo 3.7: Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar, Sosyal Beceri Puanlarının N, \bar{x} , Ss, Sh \bar{x} , Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Değişken	N	\bar{x}	Ss	Sh \bar{x}	Basıklık	Çarpıklık
Sosyal Medya bağımlılığı	400	2,01	0,788	0,039	0,796	0,101
Ruhsal Sorunlar	400	2,95	0,437	0,022	0,423	-0,003
Sosyal Beceri	400	1,23	0,802	0,040	0,754	0,183

Tablo 3.7 incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığının aritmetik ortalaması (\bar{x}) 2,01, standart sapması (Ss) 0,788, standart hatası (Sh \bar{x}) 0,039 bulunmuştur. Ruhsal sorunların aritmetik ortalaması (\bar{x}) 2,95, standart sapması (Ss) 0,437, standart hatası (Sh \bar{x}) 0,022 bulunmuştur. Sosyal becerilerin aritmetik ortalaması (\bar{x}) 1,23, standart sapması (Ss) 0,802, standart hatası (Sh \bar{x}) 0,040 bulunmuştur. Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılarak dağılımın normal olup olmadığı değerlendirilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri değişkenlerinin basıklık ve çarpıklık değerleri incelendiğinde +1 ile -1 arasında değerlere sahip olduğu görülmektedir. Bu değerler değişkenlerin normal bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2017: 40).

Tablo 3.8: Araştırmada Kullanılan Ölçklere Ait Güvenirlik Katsayıları

Değişken	Cronbach's Alpha
Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	0,855
Kısa Semptom Envanteri	0,815
Sosyal Beceri Ölçeği	0,965

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Sosyal Beceri Ölçeğinde güvenirlik geçerlilik analizi yapıldığında Cronbach's Alpha değerleri sırasıyla (0,855 0,815 0,965) olup ölçeklerin yüksek derecede güvenilir bir ölçek olduğu söylenilebilir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

4.1.Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından farklılıklarına ilişkin bulgular

Sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılık bağımsız gruplar t testi ile aşağıdaki tabloda incelenmiştir.

Tablo 4.1.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t testi		
				sd	t	p
Erkek	196	1,95	0,760	398	1,372	0,171
Kız	204	2,06	0,813			

*p>.05

Tablo 4.1’de cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeylerine ait puanlarının ortalama değerleri ve standart sapmaları yer almaktadır. Tabloda sosyal medya bağımlılığının cinsiyet faktörüne göre %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($t_{398}=1,372$ p>.05).

Ruhsal sorunlar ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılık bağımsız gruplar t testi ile aşağıdaki tabloda incelenmiştir.

Tablo 4.2.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Test İstatistiği	t testi		
				sd	t	p
Erkek	196	2,89	0,443	398	2,477	0,014
Kız	204	3,00	0,426			

*p<.05

Tablo 4.2’de cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlar düzeylerine ait aldıkları puanların ortalama değerleri ve standart sapmaları yer almaktadır. Tabloda

ruhsal sorunların cinsiyet faktörüne göre %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($t_{398}=2,477$ $p<.05$). Bu farklılık incelendiğinde, cinsiyeti kız ($\bar{x}=3,00$) olan ergenlerin erkeklere ($\bar{x}=2,89$) göre ruhsal sorunlarının ortalamaları daha yüksektir. Yani kızların erkeklere göre daha fazla ruhsal sorunlar yaşadığı görülmektedir.

Tablo 4.3.'de cinsiyet değişkeni ile sosyal beceri arasındaki farklılık bağımsız gruplar t testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.3.Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t testi		
				Sd	t	p
Erkek	196	1,11	0,768	398	2,975	0,003
Kız	204	1,34	0,818			
Toplam	400					

** $p<.01$

Tablo 4.3.'de cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine ait aldıkları puanların ortalama değerleri ve standart sapmaları yer almaktadır. Tabloda sosyal becerilerin cinsiyet faktörüne göre %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($t_{398}= 2,975$ $p<.05$). Bu farklılık incelendiğinde, cinsiyeti kız ($\bar{x}=1,34$) olan ergenlerin sosyal becerilerinin erkeklere ($\bar{x}=1,11$) göre ortalama puanları daha yüksektir. Yani kızların sosyal becerileri erkeklere göre daha fazladır.

Tablo 4.4.'de sosyal medya bağımlılığının sınıf düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.4.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sınıf	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
7	78	1,88	,641	Gruplar Arası	4,882	5	,975	1,584	0,163	
8	119	1,94	,840	Gruplar İçi	242,821	394	,616			
9	73	2,12	,876	Genel	247,703	399				
10	39	2,09	,818							
11	64	2,16	,725							
12	27	1,90	,742							
Genel	400	2,01	,788							

$p > .05$

Tablo 4.4.'de sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerine ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sınıf değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. ($F_{(5,394)} = 1,584$; $p > .05$). Yani sınıf düzeyi değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.5.'de ruhsal sorunların sınıf düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.5.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sınıf	N	\bar{x}	ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
7	78	3,06	,364	Gruplar Arası	2,757	5	,551	2,956	,012	7-9
8	119	2,97	,460	Gruplar İçi	73,478	394	,186			
9	73	2,81	,432	Genel	76,234	399				
10	39	3,04	,452							
11	64	2,91	,408							
12	27	2,89	,503							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.5.'de sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlar düzeylerine ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sınıf değişkeni ile ruhsal sorunları arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. ($F_{(5,394)}=2,956$; $p<.05$). Yani sınıf düzeyi değişkeni ile ruhsal sorunlar arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın hangi sınıflar arasında olduğunu incelemek için verilerin normal dağılması ve varyansların homojen olmasından dolayı Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinin sonucunda yalnızca 7.sınıf ($\bar{x}=3,06$) ile 9.sınıf ($\bar{x}=2,81$) arasında anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Sonuç olarak 7.sınıf öğrencileri ile 9.sınıf öğrencilerin ruhsal sıkıntıları arasında anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Bu farklılık açıklandığında 7.sınıf öğrencilerinin ruhsal sorunlarının 9.sınıf öğrencilerinden daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.6.'da sosyal becerinin sınıf düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık düzeyi tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.6.Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sınıf	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
7	78	1,18	,756	Gruplar Arası	4,059	5	,812	1,268	0,277	
8	119	1,10	,839	Gruplar İçi	252,275	394	,640			
9	73	1,30	,843	Genel	256,333	399				
10	39	1,37	,880							
11	64	1,35	,699							
12	27	1,25	,734							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.6.'de sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sınıf düzeyi değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)}=1,268$ $P>.05$). Yani sınıf değişkeni ile sosyal beceri arasında farklılık olmadığı söylenebilir.

Tablo 4.7.'de sosyal medya bağımlılığının kardeş sayısı değişkeni ile arasındaki farklılık düzeyi tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir

Tablo 4.7.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Kardeş sayısı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
0	12	2,21	,009	Gruplar Arası	6,819	7	0,974	1,585	0,138	
1	73	1,83	,678	Gruplar İçi	240,884	392	0,614			
2	134	2,02	,740	Genel	247,703	399				
3	104	2,13	,856							
4	45	2,09	,817							
5	18	1,82	,841							
6	9	1,83	,803							
7+	5	1,51	,622							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.7.'de kardeş sayısı değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sınıf değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(7,392)} = 1,585$ $P > .05$). Yani kardeş sayısı değişkenine göre sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.8'da ruhsal sorunlar ile kardeş sayısı değişkeni arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.8.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Kardeş sayısı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
0	12	2,8	,562	Gruplar Arası	1,091	7	,156	0,818	0,577	
1	73	3,03	,388	Gruplar İçi	75,143	392	,192			
2	134	2,92	,455	Genel	76,223	399				
3	104	2,96	,428							
4	45	2,91	,496							
5	18	2,96	,348							
6	9	3,02	,254							
7+	5	2,75	,502							
Genel	400	2,95	,437							

$p > .05$

Tablo 4.8’de kardeş sayısı değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sınıf değişkeni ile ruhsal sorunları arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. ($F_{(7,392)} = 0,818$; $P > .05$). Yani kardeş sayısı değişkenine göre ruhsal sorunlar arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.9’de sosyal becerinin kardeş sayısı ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.9. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Kardeş sayısı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
0	12	1,01	,566	Gruplar Arası	9,798	7	1,400	2,226	,031	0-7+, 1-7+
1	73	1,01	,792	Gruplar İçi	246,535	392	,629			
2	134	1,25	,829	Genel	256,333	399				
3	104	1,28	,768							
4	45	1,32	,757							
5	18	1,17	,739							
6	9	1,48	,777							
7+	5	2,15	1,277							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.9’de Kardeş sayısı değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceriye ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda kardeş sayısı değişkeni ile sosyal beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(7,392)} = 2,226$; $p < .05$). Yani kardeş sayısı değişkeni ile sosyal beceri arasında farklılık olduğu söylenebilir. Bu farklılığı incelemek için çoklu karşılaştırma testlerinden verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyanların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi ile incelenmiştir. Çoklu karşılaştırma testi sonucunda tek çocuk ($\bar{x} = 1,01$) olan ve iki kardeş ($\bar{x} = 1,25$) olan çocukların yedi ve üstü ($\bar{x} = 2,15$) kardeş olan çocuklara göre sosyal becerileri açısından farklılık gösterdiği görülmektedir.

Tablo 4.10.’de sosyal medya bağımlılığının anne tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.10.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
İlgisiz	21	1,99	,865	Gruplar Arası	7,608	3	2,536	4,183	,006	Otoriter-demokratik
Demokratik	96	1,86	,688	Gruplar İçi	240,095	396	,606			Otoriter-koruyucu
Otoriter	54	2,33	,784	Genel	247,703	399				
Koruyucu	229	2,00	,804							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.10.'de anne tutumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne tutumu değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(3,396)} = 4,183$; $P < .05$). Yani anne tutumları değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın annenin hangi tutumları arasında farklılık gösterdiğini incelemek için verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyanların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda anne çocuğa otoriter tutum ($\bar{x} = 2,33$) ile yaklaştığında demokratik ($\bar{x} = 1,86$) veya koruyucu tutum ($\bar{x} = 2,00$) ile yaklaşan annelerin çocuklarına göre çocuğun sosyal medya bağımlılığı puanlarının yüksek oldu görülmektedir.

Tablo 4.11.'de ruhsal sorunların anne tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.11.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
İlgisiz	21	2,87	,508	Gruplar Arası	0,793	3	0,264	1,388	0,246	
Demokratik	96	2,96	,423	Gruplar İçi	73,441	396	0,191			
Otoriter	54	2,85	,466	Genel	76,234	399				
Koruyucu	229	2,97	,428							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.11.'de anne tutumu değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne tutumu ile ruhsal sorunları arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. ($F_{(3,396)} = 1,388$; $P > .05$). Yani Anne tutumu değişkeni ile ruhsal sorunlar arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.12.'de sosyal becerinin anne tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.12.Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Anne Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
İlgisiz	21	1,41	,824	Gruplar Arası	4,161	3	1,387	2,178	0,090	
Demokratik	96	1,10	,729	Gruplar İçi	252,173	396	0,637			
Otoriter	54	1,42	,822	Genel	256,333	399				
Koruyucu	229	1,22	,817							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.12.'de anne tutumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne tutumu ile sosyal beceri puanı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(3,396)} = 2,178$; $p > .05$). Yani Anne tutumu değişkeni ile sosyal beceri arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.13'de Sosyal medya bağımlılığının baba tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.13.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Baba tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
İlgisiz	39	2,20	,927	Gruplar Arası	3,847	3	1,282	2,082	0,102	
Demokratik	93	1,90	,712	Gruplar İçi	243,856	396	0,616			
Otoriter	59	2,15	,777	Genel	247,703	399				
Koruyucu	209	1,98	,789							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.13’de baba tutumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba tutumu ile sosyal medya bağımlılığı puanı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(3,396)} = 2,082$ $p > .05$). Yani baba tutumu değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.14.’de ruhsal sorunların baba tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.14.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Baba tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
İlgisiz	39	2,85	,517	Gruplar Arası	0,986	3	0,329	1,729	0,160	
Demokratik	93	2,90	,454	Gruplar İçi	75,249	396	0,190			
Otoriter	59	2,94	,421	Genel	76,234	399				
Koruyucu	209	2,99	,415							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.14.’de baba tutumu değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba tutumu ile ruhsal sorunları arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde

farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(3,396)} = 1,729$; $p > .05$). Yani baba tutumu değişkeni ile ruhsal sorunlar arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.15.'da sosyal beceri düzeyinin baba tutumu değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.15. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Baba Tutumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Baba tutumu	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
İlgisiz	39	1,67	,97	Gruplar Arası	9,265	3	3,088	4,950	0,002	İlgisiz-Demokratik
Demokratik	93	1,10	,77	Gruplar İçi	247,069	396	0,624			İlgisiz-Otoriter,
Otoriter	59	1,22	,80	Genel	256,333	399				İlgisiz-koruyucu
Koruyucu	209	1,20	,75							
Genel	400	1,23	,80							

Tablo 4.15.'da baba tutumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba tutumu değişkeni ile Sosyal beceri arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(3,396)} = 4,950$ $p < .05$). Yani baba tutumları değişkenine göre sosyal beceri arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın babanın hangi tutumları arasında farklılık gösterdiğini incelemek için verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyanların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir.

Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda baba çocuğa ilgisiz tutum ($\bar{x} = 1,67$) ile yaklaştığında diğer tutumlar Demokratik ($\bar{x} = 1,10$), Otoriter ($\bar{x} = 1,22$), Koruyucu ($\bar{x} = 1,20$) ile yaklaşan babaların çocuklarına göre çocuğun sosyal becerisinin arttığı görülmektedir.

Tablo 4.16.'de sosyal medya bağımlılığının anne eğitim düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.16.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
Okur-yazar değil	66	2,08	,870	Gruplar Arası	1,948	5	0,390	0,625	0,681	
İlkokul	153	1,99	,685	Gruplar İçi	245,755	394	0,624			
Ortaokul	99	1,93	,760	Genel	247,703	399				
Lise	69	2,11	,947							
Üniversite	9	2,04	,805							
Lisansüstü	4	1,78	,894							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.16.'de anne eğitim düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne eğitim düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = .625$ $p > .05$). Yani anne eğitim durumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.17.'de ruhsal sorunlar düzeyinin anne eğitim düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.17.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
Okur-yazar değil	66	2,76	,480	Gruplar Arası	4,932	5	0,986	5,451	0,000	Okuryazar değil-ilkokul
İlkokul	153	3,03	,381	Gruplar İçi	71,302	394	0,181			Okuryazar değil-Ortaokul
Ortaokul	99	2,99	,406	Genel	76,234	399				Okuryazar değil-Üniversite
Lise	69	2,85	,477							İlkokul-Lise
Üniversite	9	3,22	,424							
Lisansüstü	4	2,94	,626							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.17.'de anne eğitim durumu değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlar puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne eğitim düzeyi değişkeni ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = 5,451$ $p < .05$). Yani anne eğitim durumu ile çocuğun Ruhsal sorunları arasında farklılık olduğu söylenebilir. Bu farklılığın annenin hangi eğitim düzeyi arasında farklılık gösterdiğini incelemek için verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyanların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir.

Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda annenin eğitim seviyesi 'okur-yazar olmayan' ($\bar{x} = 2,76$) ile ilkokul ($\bar{x} = 3,03$), ortaokul ($\bar{x} = 2,99$) ve üniversite ($\bar{x} = 3,22$) düzeyinde olan annelere göre çocuğun ruhsal sorunlarının olmasında düzeylerinin farklı olduğu söylenilebilir. Buna ek olarak ilkokul ($\bar{x} = 3,03$) mezunu annelerin lise mezunu ($\bar{x} = 2,85$) annelere kıyasla çocuklarının ruhsal sorunların daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4.18.'de sosyal becerinin anne eğitim düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.18. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Anne Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
Okur-yazar değil	66	1,41	,827	Gruplar Arası	4,078	5	0,816	1,274	,274	
İlkokul	153	1,21	,799	Gruplar İçi	252,255	394	0,640			
Ortaokul	99	1,16	,750	Genel	256,333	399				
Lise	69	1,23	,853							
Üniversite	9	1,05	,775							
Lisansüstü	4	,67	,657							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.18.'de anne eğitim düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda anne

eğitim d¼zeyi ile sosyal beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 g¼ven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = 1,274$ $p > .05$). Yani anne eğitim durumu değişkeni ile çocuğun sosyal becerisi arasında farklılık olmadığı g¼r¼lmektedir.

Tablo 4.19.'de sosyal medya bağımlılığının baba eğitim d¼zeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek y¼nl¼ varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.19.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı D¼zeyinin Baba Eğitim D¼zeyi Değişkenine G¼re ANOVA Sonuçları

Baba Eğitim D¼zeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
Okur-yazar değil	46	1,99	,802	Gruplar Arası	,177	5	0,035	0,056	,099	
İlkokul	101	2,00	,783	Gruplar İçi	247,526	394	0,628			
Ortaokul	123	2,02	,750	Genel	247,703	399				
Lise	95	2,02	,854							
¼niversite	31	2,00	,777							
Lisans¼st¼	4	1,83	,783							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.19.'de baba eğitim d¼zeyi değişkenine g¼re ¼đrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek y¼nl¼ varyans analizi (ANOVA) istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba eğitim d¼zeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 g¼ven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = 0,056$ $P > .05$). Yani baba eğitim durumu değişkeni ile çocuğun sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı g¼r¼lmektedir.

Tablo 4.20.'da ruhsal sorunlar d¼zeyinin baba eğitim d¼zeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek y¼nl¼ varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.20. Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Baba Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
Okur-yazar değil	46	2,72	,448	Gruplar Arası	3,317	5	0,663	3,585	0,004	Okuryazar değil - ilkokul
İlkokul	101	2,98	,433	Gruplar İçi	72,917	394	0,185			Okuryazar değil - ortaokul
Ortaokul	123	2,95	,425	Genel	76,234	399				Okuryazar değil -lise
Lise	95	2,99	,418							
Üniversite	31	2,99	,462							
Lisansüstü	4	3,34	,263							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.20.'de baba eğitim durumu değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlar puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba eğitim düzeyi değişkeni ile Ruhsal sorunlar arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = 3,585$ $p < .05$). Yani baba eğitim durumu ile ruhsal sorunlar arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın babanın hangi eğitim düzeyi arasında farklılık gösterdiğini incelemek için verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda babanın eğitim seviyesi 'okur-yazar olmayan' ($\bar{x} = 2,72$) ile ilkokul ($\bar{x} = 2,98$), ortaokul ($\bar{x} = 2,95$), lise ($\bar{x} = 2,99$), Üniversite ($\bar{x} = 2,99$) ve Lisansüstü ($\bar{x} = 3,34$) düzeyinde olan babalara göre çocuğun ruhsal sorunlarının olmasında etkili olduğu söylenilebilir. Yani baba eğitim düzeyi arttıkça ergenlerin ruhsal sorunlarının arttığı görülmektedir.

Tablo 4.21.'de sosyal becerinin baba eğitim düzeyi değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.21. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Baba Eğitim Düzeyi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
Okur-yazar değil	46	1,34	,847	Gruplar Arası	4,993	5	0,999	1,565	0,169	
İlkokul	101	1,22	,858	Gruplar İçi	251,340	394	0,638			
Ortaokul	123	1,33	,757	Genel	256,333	399				
Lise	95	1,11	,807							
Üniversite	31	1,12	,674							
Lisansüstü	4	,62	,496							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.21.'da baba eğitim düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda baba eğitim düzeyi ile sosyal beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(5,394)} = 1,565$ $p > .05$). Yani baba eğitim durumu değişkeni ile çocuğun sosyal becerisi arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.22.'da sosyal medya bağımlılığı ile algılan akademik başarı puanı arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.22. Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Akademik başarı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
Yüksek	114	1,87	,794	Gruplar Arası	4,463	2	2,232	3,362	0,027	Düşük-yüksek
Orta	244	2,04	,755	Gruplar İçi	243,240	397	0,613			
Düşük	42	2,22	,902	Genel	247,703	399				
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.22.'da algılan akademik başarı durumu değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer

almaktadır. Tabloda algılan akademik başarı düzeyi değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(2,397)} = 3,362$; $p < .05$). Yani algılan akademik başarı düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olduğu söylenebilir. Bu farklılığın hangi başarı düzeyleri arasında farklılık gösterdiğini incelemek için verilerin normal dağılıma uygunluğu ve varyanların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda başarı oranı düşük ($\bar{x} = 2,22$) olan öğrencilerin başarı durumu yüksek ($\bar{x} = 1,87$) olan öğrencilere göre daha fazla sosyal medya bağımlısı olduğu gösterilmektedir. Yani sosyal medya bağımlılığı arttıkça çocukların akademik başarısının azaldığı görülmektedir.

Tablo 4.23.'de ruhsal sorunların algılan akademik başarı değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.23. Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Akademik başarı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
Yüksek	114	2,91	,490	Gruplar Arası	0,880	2	0,440	2,318	0,100	
Orta	244	2,98	,400	Gruplar İçi	75,354	397	0,190			
Düşük	42	2,85	,479	Genel	76,234	399				
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.23.'de algılan akademik başarı düzeyi değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunları puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda algılan akademik başarı düzeyi ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(2,397)} = 2,318$ $p > .05$). Yani ruhsal sorun düzeyi akademik başarı değişkenine göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 4.24.'de sosyal becerilerin algılan akademik başarı değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.24.Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Akademik başarı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
Yüksek	114	2,91	,490	Gruplar Arası	5,105	2	2,553	4,034	0,018	Düşük-Orta
Orta	244	2,98	,400	Gruplar İçi	251,228	397	0,633			
Düşük	42	2,85	,479	Genel	256,333	399				
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.24.'de algılan akademik başarı düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceri puanına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda algılan akademik başarı düzeyi ile sosyal beceri arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir, ($F_{(2,397)} = 4,034$ $p < .05$). Yani algılan akademik başarı değişkeni ile çocuğun sosyal becerileri arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın hangi başarı düzeyleri arasında olduğunu incelemek için verilerin normal dağılışa uygun olması ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda başarı oranı düşük ($\bar{x} = 2,85$) olan öğrencilerin başarı durumu orta ($\bar{x} = 2,98$) olan öğrencilere göre daha az sosyal becerileri olduğu gösterilmektedir. Yani çocukların sosyal becerileri arttıkça akademik başarısının da arttığı görülmektedir.

Tablo 4.25.'de sosyal medya bağımlılığının yaş değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.25.Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Yaş	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
11 Yaş	6	1,46	,606	Gruplar Arası	7,926	8	0,991	1,616	0,118	
12 Yaş	34	2,03	,700	Gruplar İçi	239,777	391	0,613			
13 Yaş	80	1,91	,769	Genel	247,703	399				
14 Yaş	108	2,00	,842							
15 yaş	55	2,10	,831							
16 Yaş	54	2,04	,677							
17 Yaş	50	2,12	,820							
18 Yaş	11	1,76	,646							
19 Yaş	2	3,33	,629							
Genel	400	2,01	,788							

Tablo 4.25.'de yaş değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda yaş ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olmadığı tespit edilmiştir, ($F_{(8,391)} = 1,616$ $p > .05$). Yani yaş değişkeni ile çocukların sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.26.'de ruhsal sorunların yaş değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.26.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Yaş	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
11 Yaş	6	3,00	,235	Gruplar Arası	2,623	8	0,328	1,742	0,087	
12 Yaş	34	3,04	,328	Gruplar İçi	73,611	391	0,188			
13 Yaş	80	3,05	,428	Genel	76,234	399				
14 Yaş	108	2,91	,444							
15 yaş	55	2,82	,483							
16 Yaş	54	2,92	,379							
17 Yaş	50	3,00	,497							
18 Yaş	11	2,86	,413							
19 Yaş	2	2,63	,318							
Genel	400	2,95	,437							

Tablo 4.26.'de yaş değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda yaş ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olmadığı tespit edilmiştir, ($F_{(8,391)} = 1,742$ $p > .05$). Yani yaş değişkeni ile çocukların ruhsal sorunları arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.27.'de sosyal becerilerin yaş değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.27. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Yaş	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
11 Yaş	6	,78	,402	Gruplar Arası	5,537	8	0,692	1,079	0,377	
12 Yaş	34	1,19	,694	Gruplar İçi	250,797	391	0,641			
13 Yaş	80	1,06	,812	Genel	256,333	399				
14 Yaş	108	1,27	,855							
15 yaş	55	1,26	,893							
16 Yaş	54	1,33	,747							
17 Yaş	50	1,33	,688							
18 Yaş	11	1,09	,762							
19 Yaş	2	1,73	1,481							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.27.'de yaş değişkenine göre öğrencilerin sosyal becerilerine ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda yaş ile sosyal beceri arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olmadığı tespit edilmiştir, ($F_{(8,391)} = 1,079$ $P > .05$). Yani yaş değişkeni ile çocukların sosyal becerileri arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.28.'de sosyal medya bağımlılığının internetin amaçsız kullanımı değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.28. Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

İnternetin Amaçsız Kullanımı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
0	41	1,63	672	Gruplar Arası	22,213	6	3,702	6,452	0,000	0-(3-4), 0-(4-5),
0-1 Saat	1381	1,85	783	Gruplar İçi	225,490	393	0,574			(0-1)- (3-4)
1-2 Saat	1112	05,	792	Genel	247,703	399				
2-3 Saat	39	2,14	652							
3-4 Saat	36	2,47	676							
4-5 Saat	22	2,35	852							
5+ Saat	13	2,37	760							
Genel	4002	01,	788							

Tablo 4.28.'de internetin amaçsız kullanım değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda İnternetin amaçsız kullanımı değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olduğu tespit edilmiştir, ($F_{(6,393)} = 6,452$ $p < .05$). Yani internetin amaçsız kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığı incelemek için verilerin normal dağılışa uygun olması ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda internetin amaçsız kullanım saati 0 ($\bar{x} = 1,63$) saat olan ile internetin amaçsız kullanım saati (3-4) ($\bar{x} = 2,47$) ve (4-5) ($\bar{x} = 2,35$) saat kullananlar arasında farklılık gözlemlenirken, (0-1) ($\bar{x} = 1,85$) saat kullanımı ile (3-4) ($\bar{x} = 2,47$) saatleri arasında da farklılık tespit edilmiştir. Yani sosyal medya bağımlılığı arttıkça çocukların interneti amaçsız kullanımının arttığı görülmektedir.

Tablo 4.29.'de ruhsal sorunların internetin amaçsız kullanım değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.29. Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

İnternetin Amaçsız Kullanımı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
0	41	2,82	436	Gruplar Arası	1,412	6	0,235	1,136	0,287	
0-1 Saat	1382	97,457		Gruplar İçi	74,822	393	0,190			
1-2 Saat	1112	99,426		Genel	76,234	399				
2-3 Saat	39	2,95	425							
3-4 Saat	36	2,97	329							
4-5 Saat	22	2,92	465							
5+ Saat	13	2,77	532							
Genel	4002	95,437								

Tablo 4.29.'de internetin amaçsız kullanım değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda internetin amaçsız kullanımı ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. ($F_{(6,393)} = 1,136$ $p > .05$). Yani internetin amaçsız kullanımı ile çocukların ruhsal sorunları arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.30.'da sosyal becerinin internetin amaçsız kullanımı değişkeni ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.30. Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin İnternetin Amaçsız Kullanımı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

İnternetin Amaçsız Kullanımı	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
0	41	1,12	,748	Gruplar Arası	11,058	6	1,843	2,953	0,008	(1-2)-(5+)
0-1 Saat	138	1,31	,828	Gruplar İçi	245,276	393	0,624			
1-2 Saat	111	1,09	,775	Genel	256,333	399				
2-3 Saat	39	1,15	,742							
3-4 Saat	36	1,15	,610							
4-5 Saat	22	1,51	,966							
5+ Saat	13	1,87	,879							
Genel	400	1,23	,802							

Tablo 4.30.'de internetin amaçsız kullanım değişkenine göre öğrencilerin sosyal beceriye ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda İnternetin amaçsız kullanımı değişkeni ile sosyal beceri arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olduğu tespit edilmiştir. ($F_{(6,393)} = 2,953$ $p < .05$). Yani internetin amaçsız kullanımı ile sosyal beceri arasında farklılık olduğu söylenebilir. Bu farklılığı incelemek için verilerin normal dağılışa uygun olması ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda internetin amaçsız kullanım saati (1-2) ($\bar{x} = 1,09$) saat olan ile internetin amaçsız kullanım saati (5+) ($\bar{x} = 1,87$) saatleri arasında da farklılık tespit edilmiştir. Yani internetin amaçsız kullanımı arttıkça çocukların sosyal becerilerinin azaldığı görülmektedir.

Tablo 4.31.'de sosyal medya bağımlılık düzeylerinin sosyal medya kullanım süresi değişkenine göre aralarındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.31. Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sosyal Medya Kullanım Süresi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
0	27	1,30	,445	Gruplar Arası	48,904	6	8,151	16,113	0,000	0-(1-2), 0-(2-3),
0-1 Saat	13	1,75	,722	Gruplar İçi	198,798	393	0,506			0-(3-4),
1-2 Saat	93	2,01	,665	Genel	247,703	399				0-(4-5),
2-3 Saat	59	2,31	,680							0-(5+),
3-4 Saat	42	2,10	,771							(1-2)-(2-3),
4-5 Saat	32	2,63	,877							(1-2)-(3-4),
5+ Saat	16	2,74	,824							(1-2)-(4-5)
Genel										...
		4002,01	,788							

Tablo 4.31.'de sosyal medya kullanım saati değişkenine göre öğrencilerin sosyal medya bağımlılığına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sosyal medya kullanım saati değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılıklar incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, ($F_{(6,393)} = 16,113$ $P < .05$). Yani sosyal medya kullanım saati ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılık incelemek için verilerin normal dağılışa uygun olması ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda Sosyal medya kullanım saati 0 ($\bar{x} = 1,30$) ile Sosyal medya kullanım saati (1-2) ($\bar{x} = 1,75$), (2-3) ($\bar{x} = 2,31$), (3-4) ($\bar{x} = 2,10$), (4-5) ($\bar{x} = 2,10$) ve (5+) ($\bar{x} = 2,74$) saatleri arasında farklılık bulunmuştur aynı şekilde Sosyal medya kullanım saati (1-2) ($\bar{x} = 1,75$) ile Sosyal medya kullanım saati (2-3) ($\bar{x} = 2,31$), (3-4) ($\bar{x} = 2,10$), (4-5) ($\bar{x} = 2,10$) ve (5+) ($\bar{x} = 2,74$) saatleri arasında farklılık tespit edilmiştir. Yani sosyal medya kullanım saati arttıkça çocukların sosyal medya bağımlılık seviyesinin arttığı görülmektedir.

Tablo 4.32.'da Ruhsal sorunların sosyal medya kullanım saati değişkenine göre aralarındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.32.Ergenlerin Ruhsal Sorunlar Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sosyal Medya Kullanım Süresi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Anlamlılık
0	27	2,91,501		Gruplar Arası	1,159	6	0,193	1,011	0,417	
0-1 Saat	13	2,94,474		Gruplar İçi	75,075	393	0,191			
1-2 Saat	93	3,00,364		Genel	76,234	399				
2-3 Saat	59	2,94,396								
3-4 Saat	42	3,02,413								
4-5 Saat	32	2,85,500								
5+ Saat	16	2,81,467								
Genel	400	2,95,437								

Tablo 4.32.'de sosyal medya kullanım saati değişkenine göre öğrencilerin ruhsal sorunlarına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sosyal medya kullanım saati ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık tespit edilememiştir, ($F_{(6,393)} = 1,011$ $p > .05$). Yani sosyal medya kullanım saati ile çocukların ruhsal sorunları arasında farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.33.'de sosyal becerinin sosyal medya kullanım saati değişkenine ile arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.33.Ergenlerin Sosyal Beceri Düzeyinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Sosyal Medya Kullanım Süresi	N	\bar{x}	Ss	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler Sd	Kareler Ortalaması	F değeri	P değeri	Fark
0	27	1,22,705		Gruplar Arası	13,453	6	2,242	3,628	0,002	(0-1)-(4-5),
0-1 Saat	13	1,11,765		Gruplar İçi	242,881	393	0,618			(0-1)-(5+), (1-2)-(5+),
1-2 Saat	93	1,12,763		Genel	256,333	399				
2-3 Saat	59	1,30,766								
3-4 Saat	42	1,20,800								
4-5 Saat	32	1,59,913								
5+ Saat	16	1,84,968								
Genel	400	1,23,802								

Tablo 4.33.'de sosyal medya kullanım saati değişkenine göre öğrencilerin sosyal becerilerine ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) test istatistiği yer almaktadır. Tabloda sosyal medya kullanım saati değişkenine göre öğrencilerin sosyal becerileri arasındaki farklılık incelendiğinde %95 güven seviyesinde farklılık olduğu tespit edilmiştir. ($F_{(6,393)} = 3,628$ $P < .05$). Yani sosyal medya kullanım saati ile sosyal beceri arasında farklılık olduğu söylenebilir. Bu farklılığı incelemek için verilerin normal dağılışa uygun olması ve varyansların homojen olması durumu göz önüne alındığında Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinden faydalanılabilir. Tukey çoklu karşılaştırma testinin sonucunda sosyal medya kullanım saati (0-1) ($\bar{x} = 1,11$) ile sosyal medya kullanım saati (4-5) ($\bar{x} = 1,59$) ve (5+) ($\bar{x} = 1,84$) saatleri arasında farklılık tespit edilirken sosyal medya kullanım saati (1-2) ($\bar{x} = 1,12$) ile sosyal medya kullanım saati (5+) ($\bar{x} = 1,84$) saatleri arasında da farklılık tespit edilmiştir.

Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan korelasyon sonuçları tablo 4.34'te gösterilmiştir.

Tablo 4.34. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar Ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

		Sosyal Medya Bağımlılığı	Sosyal beceri	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz benlik	Somatizasyon	Hostilite
Sosyal Medya Bağımlılığı	r	1		-	-	-	-	-
Sosyal beceri	r	-.425**	1	-	-	-	-	-
Anksiyete	r	.347**	-.940**	1	-	-	-	-
Depresyon	r	.400**	-.935**	.832**	1	-	-	-
Olumsuz benlik	r	.406**	-.920**	.841**	.834	1	-	-
Somatizasyon	r	.360**	-.848**	.765**	.734	.712	1	-
Hostilite	r	.408**	-.816**	.729**	.717**	.663**	.653**	1

Tablo 4.34. incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beceri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-.425$, $p<.05$). Yani öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı arttıkça sosyal becerilerinin azaldığı görülmektedir.

Ruhsal sorunlar ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde sosyal medya bağımlılığıyla ruhsal sorunların alt boyutu olan anksiyete ($r=.347$, $p>.05$), depresyon ($r=.400$, $p>.05$), olumsuz benlik ($r=.406$, $p<.05$) somatizasyon ($r=.360$, $p>.05$) ve hostilite ($r=.408$, $p>.05$) arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre Sosyal medya bağımlılığı arttıkça öğrencilerin ruhsal sorunlarının arttığı görülmektedir.

Yine tablo 4.34 incelendiğinde sosyal beceri ile ruhsal sorunların alt boyutu olan anksiyete ($r=-.940$, $p<.05$), depresyon ($r=-.935$, $p<.05$), olumsuz benlik ($r=-.920$, $p<.05$), somatizasyon ($r=-.848$, $p<.05$) ve hostilite ($r=-.816$, $p<.05$) arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre ruhsal sorunlar arttıkça öğrencilerin sosyal beceri düzeyinin azaldığı görülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1.Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Sonuç ve Tartışması

5.1.1. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığının cinsiyet faktörüne göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Konuyla ilgili araştırmalar incelendiğinde yapılan bir çalışmada sosyal medyada geçirilen vakit açısından erkek ve kızlar arasında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır (Şeker, 2018). Sosyal medya kullanım süresi ve cinsiyet değişkeni açısından yapılan farklı çalışmalarda ise cinsiyete göre farklılaşma olmadığı görülmüştür (Tanrıverdi ve Sağır 2014; Shulz, 2015). Araştırmayı destekleyen diğer araştırmalar ele alındığında Macit’in (2019: 77) yaptığı çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet arasında farklılaşma tespit edilememiştir. Demir Türkoğan (2019: 86) erkek ve kız bireyler üzerinde yaptığı araştırmada da sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet arasında farklılaşma olmadığı yapılan analizler sonucunda ortaya çıkmıştır. Gösterilen literatürdeki çalışmalar araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Sosyal medya uygulamaları arasında yer alan Facebook kullanımıyla ilgili yapılan araştırmada cinsiyet faktörünün bağımlılık konusunda ayırt edici olmadığı görülmüştür (Koç ve Gülyavaş, 2013: 279). Çin’de ergen ve orta yaş grubunda yer alan telefon kullanıcıları üzerinde yapılan bir çalışmada da cinsiyetin sosyal medya bağımlılığında ayırt edici olmadığı tespit edilmiştir (Wu, 2013: 162). Sosyal medya uygulamaları internet tabanlı olduğu için internet bağımlılığı ile cinsiyet arasındaki farklılaşmaya bakmakta da fayda olacaktır. Ergen bireyler üzerinde yapılan çalışmada da cinsiyet açısından internet bağımlılığı ile farklılaşma bulgusuna ulaşılmamıştır (Taş, Eker ve Anlı, 2014: 52). Gelişen teknoloji ve ulaşılabilirlik açısından bakıldığında erkek ve kız bireyler sosyal medya uygulamalarına rahat bir şekilde ulaşabildiği için kullanım oranı olarak fark olmadığı görülmüştür. Dünya genelinde

bütün toplumların sosyal medya olanaklarını benimsemesi sonucu yüksek oranda kullanım ortaya çıkmaktadır.

Üniversite okuyan öğrencilerle yapılan bir araştırmada erkeklerin kızlara oranla daha fazla sosyal medya kullandıkları görülmüştür (Esen, 2010). Farklı çalışmalarda ise bu durumun tam tersi olarak kızların erkeklere göre daha fazla sosyal medya kullandıkları bulgusuna ulaşılmıştır (Duygun, 2018: 1351–1375; Ünlü, 2018). Ortaya çıkan bu sonuçların araştırmanın bulgularıyla çeliştiği görülmektedir. Sosyal medyanın kullanım amacıyla ilgili araştırmada kız bireylerin keyifli vakit geçirme ve sosyalleşerek iletişim kurmak amacıyla kullanırken erkek bireyler ise ait oldukları grubu ve kendini daha farklı görmek, sosyal kimlik oluşturmak amacıyla kullanarak kızlardan farklılaşmaktadır (Barker, 2009: 211). Kullanım amaçları farklı da olsa teknolojinin gelişmesiyle insan hayatında geniş yer tutan sosyal medyanın yoğun bir şekilde kullanıldığı ve bağımlılığa yol açtığı gerçeği göz ardı edilemez.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile cinsiyet faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık ergenlerde kızların erkelere göre daha fazla ruhsal sorunu olduğunu göstermektedir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde kız ergenlerin depresyon, anksiyete, somatizasyon, paranoid düşünceler ve kişiler arası duyarlılık açısından seviyeleri erkeklere göre fazla bulunmuştur (Yılmaz, 2010: 131). Koç ve Polat’ın (2006: 1-22) üniversitede okuyan bireylerle yapmış olduğu çalışmada erkeklerin ruhsal sorunlar bakımından kızlara göre daha az belirtiyeye sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmayla benzer çalışmalarda da kadınların erkeklere göre daha fazla psikolojik belirti gösterdikleri ve cinsiyet ile ruhsal sorunlar arasında farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir (Alver, 2003; Kesgin, 2008; Kartal vd., 2009: 161-166).

Lisede okuyan öğrencilerle yapılan çalışmada kızların erkeklere göre somatizasyon, anksiyete, depresyon, hostalite ve olumsuz benlik puanları bakımından daha yüksek olduğu veriler elde edilmiştir (Düzgün, 1995). Yılmaz E. B. (2010: 131-147) lisede okuyan ergenler ile yapmış olduğu araştırmada psikolojik belirtiler ve sosyal karşılaştırma ilişkisini ele almış, erkeklerin kızlara göre daha düşük psikolojik belirtileri olduğu bulgulara ulaşmıştır. Ergenlerin ruhsal sorunlar düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılaşmayı inceleyen ve benzer olan çalışmalar incelendiğinde araştırma

bulgularını destekleyen sonuçlara ulaşılmış bunun yanında bulgularla uyuşmayan sonuçların ise olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonucunda kızların erkeklere göre daha fazla ruhsal sorunu olmasının nedenleri incelenecek olursa kızların erkeklere göre daha duygusal bir yapıya sahip olmasının yanında yaşanan olaylara karşı daha hassas bir bakış açısına sahip olmaları da vardır. Toplumsal olarak kız çocuklarından beklentilerin erkeklere göre farklı olması da omuzlarına daha fazla yük yüklenmesine neden olmaktadır. Toplum ve ailelerin kızları yetiştirme tarzı ve onları baskılamaları ruhsal bozuklukların daha sık görülme oranını artırmaktadır. Erkeklere ise daha özgür bir yaşam alanı tanınmakta ve daha destekleyici yaklaşımlar sergilenmektedir. Sonuç olarak baskılanan bireylerin cinsiyeti ne olursa olsun ruhsal bakımdan daha yüksek puanlara sahip olacağı düşünülmektedir.

‘Ergenlerde sosyal beceri cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile cinsiyet faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bulunan bu farklılık, kızların sosyal beceri puanlarının erkeklere göre daha fazla olduğu şeklindedir. Yani kızlar erkeklere göre daha sosyal bireylerdir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde kızların erkeklere göre sosyal beceri seviyelerinin daha yüksek çıktığı çalışmalar olduğu görülmüştür (Kalafat, 2006; Çilingir, 2006). Balyan (2009) ergen grubuyla yapmış olduğu çalışmada sosyal beceriyi olumlu ve olumsuz olarak iki grup halinde incelemiştir. Araştırma sonucunda kızların olumlu, erkeklerin ise olumsuz sosyal beceri puanlarının daha yüksek olduğu veriler elde etmiştir. Bu durum erkeklerin kızlara göre daha antisosyal davranışlar sergilediği şeklinde düşünülebilir. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada kızların erkeklere göre sosyalleşme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Şahin, 2007). Yapılan araştırmalar çalışmanın bulgularıyla paralel olduğu için desteklemektedir.

Günlük hayatta kız ve erkek ergenlerin sosyal beceri açısından farklılık gösterdiği görülmektedir. Erkekler küçüklükten itibaren belirli kalıplarla yetiştirilmekte ve hareket alanları iletişim alanında kısıtlanmaktadır. Kültürel etkilerin bu durum üzerinde etkisi daha fazladır. Daha eski yıllarda yapılan bir araştırma olsa durumun tersi bir sonuç ortaya çıkabilirdi ancak günümüz dünyasında kız çocukları hak ettiği değeri bulmuş ve hareket alanları genişleyerek sosyal becerilerini daha rahat sergileyebilir olmuştur. Kız ergenlerin erkeklere göre olaylara karşı daha ılımlı

yaklaşması da sosyal beceri puanlarının daha yüksek çıkmasını sağladığı düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde sosyal beceri ile cinsiyet arasında anlamlı ilişkinin olmadığı araştırmalarda mevcuttur. Daşci (2019: 104) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkeni ile sosyal beceri arasında farklılaşma olmadığı sonucuna varmıştır. (Akbaş, 2019: 37) de araştırmasında cinsiyet ile sosyal beceri arasında fark bulamamışken (Duman, 2008) Almanya'daki Türk gençlerle yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkeninin sosyal beceriyi etkilemediği verilere ulaşmıştır. Araştırma bulgularıyla uyuşmayan çalışmaların yapıldığı tarih ve uygulanan kişiler açısından farklılık göstermesinin çelişme noktasında etkili olduğu düşünülmektedir.

5.1.2. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Yaş Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

'Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile yaş faktörü arasında anlamlı farklılaşma tespit edilmemiştir. Sosyal medya bağımlılığı ve yaş değişkeni ile ilgili literatür incelendiğinde yaş faktörünün sosyal medya bağımlılığına üzerinde etkisi olmadığı bulgularına ulaşılmıştır (Akbulut, 2018: 130; Ateş, 2018). Sosyal medya bağımlılığının da bir bozukluk olduğu düşünülecek olursa Cavga'nın (2019: 128) 883 ergen bireyle yaptığı çalışmada yaş ile sosyal medya kullanım bozukluğu arasında farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan bu çalışmalar araştırmancının bulgularıyla paralellik göstererek desteklemektedir.

Eskiden sadece bilgisayar olanaklarıyla kullanılan sosyal medya, akıllı telefonların insan hayatına hızlı bir şekilde girmesi sonucunda geniş kitlelere ve anlık ulaşılabilirliği artırmıştır. Sosyal ağların mobil olarak tasarlanması ve ailelerin de ev dışında çocuklarını gözlemleme durumunun fazla olmaması sonucunda çok küçük yaşlardaki bireylerin de bağımlı olduğu düşünülmektedir. Sosyal platformların kullanımında yaş engelinin de olmayışı her yaş grubundan kullanıcının olmasını sağlamaktadır.

Sosyal medya bağımlılığının yaşlara göre gruplandırılarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiği araştırmada 14-17 yaş aralığında kullanımın arttığı 18 yaşından itibaren ise kullanım oranının azalmaya başladığı görülmüştür. Demir Türkoğan (2019: 87) yapmış olduğu çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile yaş arasında farklılaşma olduğu

sonucuna ulaşmıştır. Sosyal medya kullanan 194 birey üzerine yapılan çalışmada kişilerin yaşı arttıkça kullanım oranında düşüş olduğu görülmüştür (Turel ve Serenko, 2012: 512-528). Sosyal medya uygulamaları içerisinde yer alan Facebook bağımlılığıyla ilgili yapılan bir çalışmada 423 kişiye anket uygulanmış ve yaş düştükçe kullanıcı sayısının arttığı görülmüştür (Andreassen, 2012). Kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılığını araştırmak amacıyla yapılan bir çalışmada da yaş arttıkça bağımlılığın azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Correa, Hinsley ve De Zuniga, 2010). Literatürde ulaşılan bu sonuçların araştırmanın bulgularıyla uyuşmadığı görülmektedir.

Yapılan araştırmada yaş ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılık bulunmamış olsa da farklı çalışmalarda farklılık olduğuna dair bulgulara ulaşılmıştır. Genel olarak yaş azaldıkça bağımlılık düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun nedenlerine bakılacak olursa yeni neslin teknoloji ile dünyaya gelmiş olması etken olarak gösterilebilir. Yaş ortalaması büyük bireyler akıllı telefon ve mobil uygulamalara uyum sürecinden geçerken erken çocukluk dönemindeki kişiler uyum süreci olmadan kullanıma başlar hale gelmiştir.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile yaş faktörü arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilmemiştir. Araştırma yapılan grubun hepsinin ergenlik yaşında olması genel olarak aynı sorunları yaşamakta olduklarını göstermektedir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Yılmaz’ın (2010: 131-147) yaş ile ruhsal belirtilerin varlığını araştırdığı çalışmada tüm yaş gruplarında ruhsal sorunların olduğu görülmüştür. KSE alt ölçeklerinde bulunan ruhsal sorunların tamamının 15-19 yaş grubunda görüldüğünü belirtmiştir. Benzer bir çalışmada (Gürsu, 2012: 110-130) yaş ile psikolojik sağlık ilişkisi ele almış ve anlamlılık seviyesi görülmesi de alt ölçeklerde ergenlik yıllarından ziyade ergenlik sonrasında ruhsal sorun puanlarının daha da yükseldiği veriler elde etmiştir. Ergenlik dönemi sonuna doğru durulmalar ve psikolojik sağlığın iyileşmesi beklenirken çalışmada tam tersi bir sonuç görülmüştür.

Ergenlik, dönem olarak fırtınalı geçen kişilerin ruhsal olarak bu döneme uyum sağlamaya çalıştığı yoğun duyguların yaşandığı yıllar olarak görülebilir. Bu dönemde aile ve sosyal destek, kişinin ileriki hayatında psikolojik sağlığını koruyabilmesi için önemlidir. Ergenliğin ilk yıllarında dönemin farklılaşmalarına alışmaya çalışırken yaşanan ruhsal sorunlar son yıllarında da sınav stresleri, hayata hazırlık aşamalarının

verdiği kaygıyla devam etmektedir. İnsan yaşamının her dönemi özel olsa da ergenlik yıllarında geçirilen ruhsal sorunlar yetişkinlik dönemini de olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle ergen bireylerin her yaş grubunda ruhsal sorunları olduğu göz ardı edilmeden yeterli destek sağlanmalıdır.

‘Ergenlerde sosyal beceri yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile yaş faktörü arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar varken bulgularla çelişen sonuçlara rastlanmamıştır. Akbaş (2019: 38) spor yapan ve yapmayan gençlerle yapmış olduğu çalışmada sosyal beceri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Okul öncesi ve lisede okuyan bireylerle yapılan araştırmalarda da sosyal beceri ile yaş ilişkisi incelenmiş ancak sosyal becerinin yaş değişkeni tarafından etkilenmediği bulguları elde edilmiştir (Öğreten, 2020: 63; Kara oğlu, 2016).

Sosyal beceri konusunda araştırmalar genel olarak okul öncesi döneme yoğunlaşmıştır. Sosyal becerilerin bu yaşlarda kazanıldığı düşüncesi hakim olsa da bireyin yaşamı boyunca özellikle ergenlik döneminde sosyal anlamda birçok farklılığa ve değişime uğradığı görülmektedir. Sosyal olarak aileden ve ben merkezlikten uzaklaşan ergenler arkadaş ilişkilerine daha fazla önem vermekte ve bir gruba dahil olma amacı gütmektedir. Bu dönemde sosyal beceri eğitimlerinin önem kazanarak ergenlerin yanlış ilişkiler içerisine girmesinin bireyin geleceği açısından olumsuz sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir. Araştırmada katılımcıların hepsinin ergen grubunda olmasından dolayı yaş ile anlamlı bir ilişki oluşmadığı sonucuna varılmıştır.

5.1.3. Ergenler Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Sınıf Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığının sınıf faktörüne göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ve sınıf değişkeni ile ilgili literatür incelendiğinde Göksu’nun (2019: 66) ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapmış olduğu araştırmada sınıf değişkenine göre inceleme yapmış ve anlamlı bir farklılık oluşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan farklı çalışmalarda da sosyal medya bağımlılığı ile sınıf değişkeni arasında farklılık olup olmadığı araştırılmış ve araştırma bulgularına uygun sonuçlara ulaşılmıştır

(Turgur ve Ünal, 2015: 24-42; Gürültü, 2016). Yapılan bu çalışmalar araştırmanın bulgularıyla paralellik göstererek desteklemektedir. Sosyal medyaya bağlanılan cihazlara ulaşım çok kolay olduğu için sınıf düzeyleri değişse de sosyal medyaya bağlanılma oranının değişmemesi araştırma sonucunda farklılık oluşmamasını etkilememiştir. Ergen bireyler arasında sosyal medya uygulamaları ve bunların kullanım şekli çok çabuk yayıldığı için karşılıklı örnek oluşturma durumu ortaya çıkmaktadır ve bunun sonucunda sosyal medyayı bağımlılık derecesine varacak kadar yoğun kullanılmaktadırlar. Sınıf düzeyi değişse de bağımlılık oranının aynı olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Literatür incelendiğinde araştırma bulgularından farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların olduğu da görülmüştür. Durar (2018,) üniversitede okuyan bireylerin sosyal medya bağımlılığı üzerine yapmış olduğu çalışmada birinci sınıftakilerin diğer sınıf düzeylerine göre daha fazla sosyal medya kullandıkları bulgularını elde etmiştir. Sosyal medya kullanım bozukluğuyla ilgili lise öğrencileriyle yapılan farklı bir çalışmada 10. sınıfta okuyan kişilerin diğer sınıf düzeylerine göre sosyal medya bağımlık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Cavga, 2019: 139). Ortaokulda okuyan ergenlerin sosyal medyayı kullanırken hangi amaçlar doğrultusunda hareket ettiklerini inceleyen farklı bir çalışmada 5. ve 6. sınıfta öğrenim görenlerin 8. sınıfta okuyanlara göre daha fazla sosyal medya kullandıkları görülmüştür (Tuğlu, 2017) . Bu durumun nedenlerine bakılacak olursa 8. sınıf öğrencilerinin liseye hazırlık döneminde oldukları göz önüne alınırsa sosyal medyayı daha az kullanıp ders çalışmaya daha fazla vakit ayırdıkları sonucu ortaya çıkmaktadır. İnternet bağımlılığı ve sınıf değişkeninin farklılaşp farklılaşmadığının araştırıldığı çalışmada da 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin 11. sınıfta okuyanlara göre daha fazla internet kullandıkları bulguları elde edilmiştir (Yılmaz vd., 2014).

Sosyal medya kullanımının artmasıyla farklı kültürler de ortaya çıkmaya başlamıştır. Bazı gruplar için kazanç sağlama, bazı gruplar için beğenilme ihtiyacının karşılanması, farklı gruplar için ise takipçi sayısının fazla olması beklentileriyle hareket etme davranışları ortaya çıkmıştır (Balcı ve Bekiroğlu, 2019: 37-38). İnternet kullanım amaçlarıyla ilgili çalışmalarda da oyun ve iletişim kurmak amacıyla kullanan bireylerin bağımlı olma riskini daha fazla taşıdıkları sonucuna ulaşılmıştır (Günüç, 2009; İnan, 2010). Sınıf düzeyine göre bağımlılık oranlarındaki değişmelerde genel olarak sınav dönemine yakın olanların daha az; bu dönemden uzak, boş vakitleri fazla

olanların ise daha fazla kullanım oranına sahip olarak bağımlılık risklerinin yüksek olduğu sonucuna varılabilir.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile sınıf faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda 7. sınıf ve 9. sınıf öğrencileri arasında farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Bu farklılık açıklandığında 7. sınıf öğrencilerinin ruhsal sorunları ortalama puanları açısından 9. sınıf öğrencilerinden daha yüksektir ve 7. sınıf öğrencilerinin daha fazla ruhsal sorun yaşadığı görülmektedir. Konuyla ilgili ve benzer çalışmalar incelendiğinde Koç ve Polat (2006) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada anksiyete düzeyinde farklılık olduğu ve bu durumda son sınıfa doğru giderek azaldığı bulgularını elde etmiştir. Yapılan farklı bir araştırmada ara sınıflarda okuyan öğrencilerin ruhsal sorunlar açısından son sınıflara göre daha yüksek puanlara sahip oldukları gözlemlenmiştir (Tanrıverdi ve Ekinci, 2007: 42-51). Araştırma 7. ve 12. sınıf arasındaki bütün sınıflara uygulanmış ortaokulun ara sınıfı olan 7. sınıfta daha yoğun ruhsal sorunlar olduğu görülmüştür. İncelenen çalışmalarda da ara sınıflarda yoğun psikolojik belirtiler gözlemlendiği için araştırma bulgularıyla paralellik göstererek araştırma bulgularını desteklemektedirler.

Araştırma bulguları incelendiğinde 7. sınıfların ruhsal sorun puanının fazla çıkmasının nedenleri incelenecek olursa ergenliğin başlangıç yılları olması nedeniyle bireylerde bedenini yeni imajına uyum sağlama ve kimlik bocalaması sorunları yaşanmaktadır. Diğer yandan liseye hazırlık sürecinin başlaması ile ergenlerde gelecek kaygısı ve sınav stresinin başlamasıyla psikolojik açıdan yorulmaya başladıkları düşünülmektedir. 9. sınıfa başladıklarında ise ergenliğin getirmiş olduğu fırtınalara alışmış ve sınav sürecini arkasında bırakan bireyler ruhsal olarak durağanlaşmaya başlamaktadır.

Yılmaz (2010: 132) yapmış olduğu araştırmada son sınıfta okuyan bireylerin diğerlerine göre daha fazla ruhsal sorun belirtileri gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Balaban (2020) lisede okuyan bireylerin psikolojik bozukluk ile sınıf değişkeni arasındaki farklılığı araştırmış ve 12. sınıf öğrencilerinin 9. sınıfta okuyanlara göre daha fazla ruhsal sorununun olduğu görülmüştür. Üniversitede okuyan bireylerle yapılan çalışmada ise son sınıfta eğitim görenlerin yeni başlayanlara göre kişisel, sosyal ve uyum puanları daha düşük çıkmıştır (Aktaş, 1997: 107-110). Araştırma

bulgularıyla ters düşen bu çalışmalarda 12. sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ile ruhsal sorunlarının arttığı düşünülmektedir. Üniversite öğrencileri ise ergenlik sonrası bir dönemi ifade ettiği için farklı yaş gurubunda yer almaktadır.

‘Ergenlerde sosyal beceri sınıf değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri ile sınıf faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Daşci, (2019: 107) yapmış olduğu araştırmada sosyal beceri ile sınıf değişkeni arasında farklılaşma olup olmadığını incelemiş, anlamlı bir farklılık olmadığı verilerini elde etmiştir. Sosyal beceri ile okul türü ve sınıf düzeyi arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada ise olumsuz sosyal beceriler açısından farklılık oluştuğu görülse de olumlu sosyal beceri açısından herhangi bir farklılık oluşmadığı görülmüştür (Balyan, 2009). Yapılan bu çalışmalar araştırma bulgularıyla aynı sonuçları içerdiği için araştırmayı desteklemektedir. Araştırma yapılan bireyler farklı sınıf seviyelerinde olsa da ergenlik döneminde oldukları için sosyal açıdan benzer özellikler sergilemektedir. Bu nedenle araştırma sonucunda anlamlı bir farklılığa ulaşılmadığı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularıyla çelişen sosyal beceri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşan çalışmalarda mevcuttur. Akbaş (2019: 40) yapmış olduğu araştırmada sınıf ile sosyal beceri arasında pozitif yönde anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan birçok çalışmada da anlamlı farklılık olduğu bulgular elde edilmiştir (Şenol ve Ergün, 2015: 297-315; Arslanoğlu vd., 2010). Şahin (2007) üniversiteye okuyan bireylerle yapmış olduğu çalışmada pozitif yönlü anlamlı bir farklılık olduğu verilerini elde etmiştir. Örnek gösterilen çalışmaların araştırma bulgularıyla paralellik göstermesinin temelinde uygulama zamanları ve seçilen örneklemelerdeki farklılıkların etkili olduğu düşünülmektedir.

5.1.4. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığının kardeş sayısı faktörüne göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ve kardeş sayısı değişkeniyle ilgili literatür incelenmiş ve bu alanda yorumlanabilecek çalışma olmadığı görülmüştür. Ancak ergenlerde sosyal medya kullanım bozukluğu ile kardeş sayısı değişkeninin farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili yapılan bir çalışmada

farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır (Cavga, 2019: 132). Benzer bir çalışma olan internet bağımlılığı ve kardeş sayısı arasında yapılan araştırmada ise ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiştir (Günüç, 2009). Yapılan benzer çalışmalar araştırmadan elde edilen bulguları destekler niteliktedir.

Aile içerisindeki birey sayısı arttıkça anne babanın yeterli ilgiyi gösteremeyeceği için ergenlerde ortaya çıkacak ilgi ihtiyacının sosyal medya bağımlılığına yol açacağı düşünülse de yapılan araştırma bulguları bu durumu destekler nitelikte değildir. Aile bireylerinden her birinin fazlasıyla sosyal medya hesabına sahip olması ve uzun süreler boyunca kullanımda bulunması sonucunda aile içi iletişimsizlik ortaya çıkmaktadır. Tek çocuk veya fazla çocuk olması durumu anne babanın sosyal medya kullanım süresini etkilemediği için kardeş sayısı değişkeni sosyal medya bağımlılığına göre farklılaşma göstermemiştir. Bu noktada aile içi iletişimin ve beraber vakit geçirme alışkanlıklarının önemli olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile kardeş sayısı faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde ruhsal sorunlar ile kardeş sayısı değişkenini inceleyen araştırmalara rastlanmamıştır. Konuyla benzer olan çalışmalara bakıldığında Cavga (2019) psikolojik dayanıklılık ile kardeş sayısı değişkeni arasında farklılaşma olmadığı bulgularını elde etmiştir. Psikolojik dayanıklılıkla ilgili diğer çalışmalarda da kardeş sayısına göre farklılaşma olmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Atarbay, 2017; Ergün, 2016; Altundağ, 2013; Esen ve Aktay, 2010). Benzer çalışmalardan elde edilen sonuçlar ile araştırma bulguları paralellik göstererek desteklenmektedir.

Ergenlerin kardeş sayısının fazla olması aile ilgisinin az olacağını ve ruhsal sorunlarının fazla olacağını düşündürse de araştırma sonuçları bu durumu desteklememektedir. Toplumsal yapının gün geçtikçe bireyselleştiği ve bu durumun ailelere de yansıdığı görülmektedir. Bu nedenle aile içinde kardeş sayısı az veya fazlada olsa kişiler zaten bireyselmeye uyum sağlamış durumdadır. Ergenlik dönemi özellikleri göz önüne alındığında kişilerin sosyal çevreye aileden daha çok önem verdiği görülmektedir. Bu nedenle kardeş desteğinde veya anne baba desteğinde ziyade arkadaş desteği önem kazanmaktadır. Ruhsal sorunlar yaşayan bireylerin aileden çok arkadaşlarıyla bu durumu paylaştığı ve bu nedenle kardeş sayısı açısından farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşıldığı düşünülmektedir.

'Ergenlerde sosyal beceri kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile kardeş sayısı faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Oluşan bu farklılık incelendiğinde kardeş sayısı arttıkça ergenlerin sosyal becerilerinin geliştiği görülmektedir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Aydın (2019: 46-50) yapmış olduğu çalışmada sosyal beceri ile kardeş sayısı değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu farklılık kardeşi olmayan bireylerin olanlara göre sosyal becerilerinin daha düşük olduğu yönündedir. Kardeşi olan ve olmayan çocukların sosyal beceri açısından farklılaşmasıyla ilgili çalışmalarda kardeş faktörünün sosyal beceriyi etkilediği ve artırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Avşar, 2007: 197-206; Bülbül ve Dinçer, 2008: 683-687; Kapıkıran ve Özgüngör, 2009; Ogelman, 2014). Araştırma bulgularıyla paralel olan bu çalışmalar ortaya çıkan sonuçları desteklemektedir.

Ergenlerin küçüklükten itibaren kardeşlerinin olması onlarla iletişim kurmayı, paylaşmayı ve beraber vakit geçirmeyi öğrenmesi sosyal becerilerinin temelini atmaktadır. Çocukluk döneminde yapılan kardeş kavgalarının iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirdiği düşünülmektedir. Aile içerisinde etkili iletişim ve kardeşleriyle olumlu ilişkiler geliştiren bireyler sosyal beceri açısından diğerlerinden ön planda olacaktır. Araştırma sonucunda görülen kardeş sayısının artmasıyla sosyal becerilerin gelişmesi olgusunun geçerli olduğu diğer çalışmalarında desteklemesiyle görülmektedir.

Literatür incelemesinde araştırma bulgularıyla çelişen çalışmalar olduğu da görülmüştür. Sosyal beceri düzeyi ile kardeş sayısı değişkeni arasında anlamlı farklılık olup olmadığı araştırılmış ve anlamlı bir farklılaşma olmadığı verileri elde edilmiştir (Gültekin, 2008; Akman, 2012). Ortaya çıkan bu uyumsuzlukların sebepleri uygulama zamanlarındaki ve örneklem gruplarındaki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

5.1.5. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Anne Baba Tutumu Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

'Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı anne baba tutumu değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığının baba tutum değişkenine göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Anne tutumu ve sosyal medya bağımlılığı arasında ise anlamlı bir farklılık bulunduğu söylenebilir.

Yapılan analizlerin sonucunda otoriter anne tutumunun sosyal medya bağımlılığını artırdığı görülmüştür. Demokratik ve koruyucu tutumun ise sosyal medya bağımlılığına etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Seçilen örneklem grubunun Esenler ilçesinde olduğu için bölge şartlarına göre değerlendirme yapmakta fayda olacaktır. Genel olarak babalar çalışmakta ve anneler ev hanımı konumunda çocuklarla ilgilenmektedir. Baba ilgisinden ziyade anne ile vakit geçiren çocuklar anne tutumu etkisiyle hareket etmeye başlamaktadır. Araştırma bulgularında da baba tutumlarına göre farklılaşma tespit edilemezken otoriter anne tutumu değişkenine göre farklılaşma olduğu görülmüştür. Otoriter tutum sergileyen annelerin çocuklarına daha az vakit ayırdığı düşünülmektedir. Oluşan baskı sonucunda çocuklar zihinsel meşguliyeti dağıtmak için sosyal medyaya daha fazla vakit ayırmakta ve bağımlılık oluşmaya başlamaktadır.

Sosyal medya bağımlılığı ve anne baba tutumlarıyla ilgili literatür incelenmiş ancak bu alanda yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Benzer çalışmalar incelendiğinde ergenlerde internet bağımlılığı ile anne baba tutumları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiş ve anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (Elftekin, 2019). Sosyal medya kullanım bozukluğu alanında yapılan farklı bir çalışmada ise anne baba tutumlarına göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Cavga, 2019: 135). Yapılan çalışmalar anne tutumu değişkeni ile paralellik göstererek desteklese de baba tutumu değişkeni ile uyuşmamaktadır. Bu durumda araştırmaların yapıldığı bölgesel farklılıklar etkili olduğu düşünülebilir.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar anne baba tutumu değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile anne baba tutum faktörleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde ruhsal sorunlar ile anne baba tutumu değişkenlerini inceleyen araştırmalara rastlanmamıştır. Konuyla benzer olan çalışmalara bakıldığında Düzgün’ün (1995) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada otoriter anne baba tutumu ve KSE’nin alt ölçeklerinden çıkan sonuçlar arasında pozitif yönde bir farklılaşma olduğu, demokratik anne baba tutumuna göre ise negatif yönlü bir farklılaşma olduğu bulgularına ulaşmıştır. Ergenlerin anne baba tutumları ile psikolojik belirtilerinin araştırıldığı çalışmada otoriter anne baba tutumunun psikolojik belirtileri artırdığı görülmüştür (Kaplan ve Ak, 2018: 154-171). Benzer çalışmalardan elde edilen sonuçlar ile araştırma bulguları uyuşmamakta ve farklılaşma olduğu yönündedir.

Araştırma sonucunda ruhsal sorunlar ile anne baba tutumları arasında farklılık görülmesi de demokratik anne baba tutumu dışında tutumların bireylerin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Otoriter bir ailede yetişen ergenler baskılandığı için ruhsal açıdan yıpranacak ve yaşanan olumsuzluklar karşısında dirençsiz kalacaklardır. İlgisiz anne baba tutumuna sahip aileler çocuklarına yeterli zamanı ve ilgiyi veremedikleri için çocuklar psikososyal açıdan desteklenemeyecektir. Aşırı koruyucu ailelerde ise bireyler için her şey yapıldığı için yeterli özgüven gelişimi sağlanamayacak ve zorluklar karşısında dirençsiz kalacaktır. Ruhsal açıdan sağlam bireyler yetiştirmek için onlara karşı demokratik bir tutum sergilenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

‘Ergenlerde sosyal beceri anne baba tutumu değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri ile anne tutum faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken baba tutum faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Oluşan bu farklılık incelendiğinde baba çocuğa ilgisiz tutum ile yaklaştığında demokratik, otoriter ve koruyucu tutum ile yaklaşan babaların çocuklarına göre çocuğun sosyal becerisinin arttığı söylenilebilir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde lisede okuyan 356 bireyle yapılan araştırmada sosyal beceri ile anne baba tutumları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (Parish ve Parish, 1991). Farklı okullarda eğitimine devam eden 10. sınıflarla yapılan çalışmada anne baba davranışlarının ergenlerin sosyal becerileri üzerinde etkili olduğu sonucu bulunmuştur. Pasternak ve Guy (2015) 8-12 yaş aralığındaki çocuklarla yaptıkları çalışmada ebeveynlerin disiplin tarzları ile sosyal beceri arasında ailenin davranışları olumlu oldukça çocukların sosyal beceri puanlarının da yüksek olduğu veriler elde etmişlerdir. İncelenen çalışma sonuçları araştırma bulgularıyla uyumakta ve desteklemektedir.

Demokratik aile ortamında yetişen bireylerin iletişim ve sosyal becerilerinin daha gelişmiş olduğu düşünülmektedir. Anne babasıyla sağlıklı ilişki içerisinde olan çocukların sosyal çevreleriyle ilişkileri de olumlu yönde artacaktır. Araştırma sonucunda bu düşünceden farklı olarak ilgisiz babaların çocuklarında sosyal beceri puanlarının daha yüksek çıktığı gözlenmiştir. Ortaya çıkan durum, baba ilgisinden mahrum kalan çocuğun ilgi ihtiyacını karşılamak amacıyla arkadaş gruplarına yöneldiği ve sonuç olarak sosyal becerilerini geliştirdiği şeklinde açıklanabilir.

Literatür incelemesinde araştırma bulgularıyla çelişen çalışmalar olduğu da görülmüştür. Özyürek ve Özkan (2015: 73-88) yapmış oldukları çalışmada ebeveyn tutumları değişkeni ile sosyal beceri arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Özkan (2014) yaptığı araştırma da demokratik anne baba tutumuna sahip ailelerin çocukları sosyal beceri açısından daha yüksek puanlar almıştır. Ortaya çıkan farklılıkların nedeni olarak uygulanan anket ve bölgesel farklılıklar görülebilir.

5.1.6. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Anne Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı anne baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır? alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığının anne baba eğitim seviyesi faktörüne göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Konuyla ilgili araştırmalar incelendiğinde yapılan bir çalışmada sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük bulunan öğrencilerin farklı eğitim seviyesine sahip ailelerden geldiği görülmüş ve aile eğitim seviyesinin sosyal medya bağımlılığını etkilemediği sonucuna varılmıştır (Durdu, 2019). Farklı çalışmalarda anne baba eğitim seviyesi ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki farklılaşma olmadığı bulgularına ulaşılmıştır (Atalay, 2014; Argın, 2013; Akbulut ve Yılmazel, 2012). Gürültü (2016) yapmış olduğu araştırmada kullanılan ölçeğin alt ölçeklerinden meşguliyet bölümünde baba eğitim seviyesi ortaöğrenim olanların sosyal medyayı daha uzun süre kullandığı görülmüştür. Benzer bir çalışma olan internet bağımlılığını da anne baba eğitim seviyesinin etkilemediği görülmüştür (Gökçearslan ve Günbatar, 2012: 10-24). Yapılan bu çalışmalar araştırmanın bulgularıyla uyuşmakta ve araştırmayı desteklemektedir.

Anne babanın eğitim seviyesi yükseldikçe çocuklarına karşı davranışları ve zaman ayırma yöntemlerinin değişeceği, bunun sonucunda da sosyal medya kullanım sürelerinde düşüş yaşanacağı düşünülebilir. Ancak araştırma sonuçları da göz önüne alındığında ebeveynlerin eğitim seviyesi ne olursa olsun ergenlerdeki sosyal medya bağımlılığı seviyesi değişmemektedir. Bu durumun nedeni eğitim düzeyleri değişse de ebeveynlerin kendileri de yüksek oranda sosyal medya kullandığı için aile içi iletişim zayıflamasıdır. Aile içinde yaşanan bu olumsuzluklar da ergenleri sosyal medyada vakit geçirmeye iterken bağımlılıklarının gelişmesini hızlandırmaktadır.

Sosyal medya bağımlılığına bezer alan olan internet bağımlılığıyla ilgili çalışmalarda araştırma bulgularıyla ters düşen sonuçlara rastlanmıştır. Anne eğitim seviyesindeki yüksekliğin internet bağımlılığı düzeyini de etkileyerek yüksek oranda internet kullanımına ve sonucunda bağımlılığa yol açtı görülmüştür (Ülgen, 2015; Elftekin, 2015). Ortaya çıkan sonuç bu araştırma bulgularını desteklemese de sosyal medya ile internetin kullanım amaçları farklılık gösterdiği için ulaşılan sonuçların paralel olmamasını etkilediği varsayılmıştır. Her iki bağımlılık türünde de büyük zaman kayıpları ve aile içinde, arkadaş ilişkilerindeki bozulmalar olduğu göz ardı edilemez bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar anne baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar düzeyi ile anne baba eğitim seviyesi faktörleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anne eğitim düzeyi ile çocuğun ruhsal sorunları arasındaki farklılığa bakıldığında okur-yazar olmayanların ilkökul, ortaokul, üniversite ve lisansüstü mezunu olanlara göre çocuklarında daha az ruhsal sorun olduğu görülmüştür. Buna ek olarak ilkökul mezunu annelerin lise mezunu annelere kıyasla çocuklarının ruhsal sorunların daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Baba eğitim düzeyi ile ruhsal sorunlar arasındaki farklılıkta da babanın eğitim düzeyi yükseldikçe çocukların ruhsal sorunlarının arttığı görülmüştür. Yani anne babanın eğitim düzeyi arttıkça çocuğun ruhsal sorunlarında artış olduğu söylenebilir. Bu durum eğitim seviyesi yüksek ebeveynlerin çocuklarına karşı yeterli destekleyici tutumu sergilemedikleri ve yaşadıkları sorunlar karşısında yanlarında olduklarını hissettiremedikleri şeklinde açıklanabilir. Ergenlik dönemine giren birey yaşanan değişimlere ayak uydurmaya çalışırken birçok sorunla karşı karşıya kalmaktadır. Bütün bu sorunlarla başa çıkmaya çalışırken ailesinin desteğini alması son derece önemlidir. Eğitim seviyesi düşük ebeveynlerin ise yeterli bilgiye sahip olmamalarına rağmen çocuklarına karşı daha içten bir yaklaşım içerisinde oldukları ve ruhsal açıdan destekledikleri şeklinde ifade edilebilir.

Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Yılmaz E.B.’nin (2010: 131-147) araştırmasında anne eğitim seviyesine göre farklılaşma bulunmasa da baba eğitim seviyesine göre somatizasyondan alınan puanlar yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre psikolojik belirtilerinin incelendiği araştırmada ise eğitim düzeyi en yüksek ve en düşük olan bireylerde somatizasyon belirtilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Savcı, 2013: 164-179). Bu durum eğitim düzeyinin çok yüksek

ve çok düşük olması halinde bireyin üstünde oluşan baskının artması sonucu olarak ortaya çıkan tepki şeklinde düşünülebilir. Ayrıca psikolojik belirtiler ile anne baba eğitim seviyeyi arasındaki farkın anlamlılık seviyesine ulaşmadığı araştırmalarda yapılan incelemeler de literatürde mevcuttur (Karasar ve Öğülmüş, 2016: 97-121; Yılmaz, 2010: 132). İncelenen çalışmalar farklılık göstermekte ve araştırma bulgularını desteklememektedir.

‘Ergenlerde sosyal beceri anne baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri ile anne baba eğitim düzeyi faktörleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde bulguları destekleyecek çok fazla araştırmaya rastlanmamıştır. Ekici (2015) okul öncesi eğitim alan çocuklarla yapmış olduğu çalışmada aile özellikleri ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi araştırmış ve anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucunu elde etmiştir. Anne baba eğitim seviyesinin sosyal beceri düzeyini etkilemediği görülmüştür. Yapılan araştırma okul öncesi döneme uygulandığı için çalışmayı kısmen desteklemektedir. Ebeveynlerin eğitim seviyesi çocuklarla olan iletişimi de etkileyerek sosyal beceri açısından destekleyecektir. Ancak ergenlik dönemindeki bireyler aileden çok arkadaş çevresiyle etkileşim halinde olduğu için araştırma bulgularında farklılaşma olmadığı düşünülmektedir.

Anne baba eğitim seviyesi ve sosyal beceri arasında farklılaşmayı araştıran ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmalar olduğu görülmüştür. (Yılmaz, 2018:60) yapmış olduğu araştırma sonucunda farklılaşma olduğu görülmüş ve bu farklılaşma anne eğitim düzeyi lise ve üstü olan kişilerin diğerlerine göre sosyal beceri puanlarının daha yüksek olduğu yönündedir. Okul öncesi eğitim etkilerinin araştırıldığı bir çalışmada anne eğitim düzeyi ile sosyal beceri arasında pozitif yönlü anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur (Erbay, 2008). Benzer bir çalışma olan iletişim becerileri konusunda anne eğitim düzeyi arttıkça çocuklarına karşı olumlu yetiştirme puanlarının yükseldiği ve sonuç olarak iletişim becerilerinin pozitif yönde etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmaların bulgularla çelişmesinde temel etkenin okul öncesi döneme uygulanmış olması ve okul öncesi dönemin ergenlik döneminden sosyalleşme açısından farklı özellikler barındırması olduğu düşünülmektedir. Çocukluk döneminde aileye bağımlı olan birey ergenlik döneminde aileden uzaklaşarak arkadaş gruplarına dahil olmaktadır.

5.1.7. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Algılan Akademik Başarı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı algılan akademik başarı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile algılan akademik başarı faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık incelendiğinde algılan akademik başarı oranı düşük öğrencilerin, başarı durumu yüksek öğrencilere kıyasla daha fazla sosyal medya bağımlısı olduğu görülmüştür. Yani sosyal medya bağımlılığı ile algılan akademik başarı arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Göksu (2019: 66) sosyal medya bağımlılığı ile akademik başarı değişkenini araştırmış ve başarı oranı düştükçe sosyal medya bağımlılığının arttığı sonucunu elde etmiştir. Sosyal medya hesabı ve not ortalamaları değişkeninin incelendiği araştırmada ise sosyal medya hesabı olmayan bireylerin olanlara göre daha yüksek not ortalamalarına sahip olduğu verileri elde edilmiştir (Bedir, 2016). Konuyla ilgili benzer çalışmalar incelendiğinde ergenlerde internet bağımlılığını etkileyen demografik bilgilerin incelendiği araştırmada başarı oranı düşük kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür (Esen, 2010). Paul ve Lee’nin (2012: 403-418) yapmış olduğu çalışmada da sosyal medya kullanım süresi fazla olan öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğu bulguları elde edilmiştir. ABD’de yapılan araştırmada üniversitede okuyan bireylerin Facebook kullanımlarıyla akademik başarıları incelenmiş ve yoğun kullanım içerisinde olanların düşük başarıya sahip oldukları yani negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Glass vd., 2013: 119-126). Yapılan çalışmaların araştırmanın bulgularıyla paralellik göstererek desteklediği görülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı, ergen bireylerin uzun süre sosyal ağ sitelerinde zaman geçirdiğini göstermektedir. Zaman yönetimini sağlayamayan ergenler derslerine yeterli vakti ayıramadığı için algılan akademik başarılarında düşüş olduğu araştırma sonuçlarında da görülmektedir. Sosyal medyayı az kullanan ergenler okul derslerine yeterince vakti ayırabilmekte ve gelecek planlarını hayata geçirme çabası içerisine girmektedirler. Hayata dair belirli amaçlar edinen bu kişiler akademik olarak da yüksek başarıya sahip olmaktadır. Literatürdeki benzer çalışmalar da göz önüne alındığında sosyal medya bağımlılığının öğrenciler açısından olumsuz sonuçlar doğurduğu görülmektedir.

Konuyla ilgili araştırma bulgularında yapılan çalışmadan farklı sonuçların da ortaya çıktığı görülmektedir. Sosyal medya uygulamaları olan sosyal ağlar ile başarı düzeyi arasında yapılan incelemede sosyal ağların akademik başarıyı etkilemediği görülmüştür (Toraman, 2013). Pakistan da 726 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada sosyal medya kullanımını ile okul başarısı arasındaki farklılaşma incelenmiş ancak farklılaşmadığı bulguları elde edilmiştir. Bunun yanında aynı çalışmada kişilerin zaman yönetimi ve akademik başarılarının iyi olduğu görülmüştür (Ahmed ve Qazi, 2011: 5022-5031). Araştırma bulgularıyla farklı sonuçlara ulaşılan bu çalışmalarda anket uygulanan bireyler ve zamanların farklı olmasının etkili olduğu söylenebilir.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar algılan akademik başarı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile algılan akademik başarı faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Yılmaz F.(2010: 135) yapmış olduğu çalışmada akademik başarı ile toplam ruh sağlığı alt puanları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varmıştır. Yapılan araştırma bulguları, çalışma bulgularıyla paralel olduğu için desteklemektedir. Akademik başarının düşük veya yüksek oluşu kişiyi psikolojik yönden etkilemediği düşünülmektedir. Ergen, akademik başarısı yüksek olduğu için rahatlar ve gelecek kaygısı yaşamazken akademik başarısı düşük olanlar zaten gelecek planlarını farklı alanlarda yaptığı için ruhsal olarak yorulmayacaktır. Bu nedenlerden dolayı akademik başarının ruhsal sorunları etkilemediği düşünülmektedir.

Araştırma sonucu farklılık olmadığı görülse de aksi bulguların olduğu çalışmalarda mevcuttur. Yılmaz (2010: 131-147) üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada akademik başarısı düşük olanların orta ve yüksek olan öğrencilere göre obsesif kompulsif, hostalite, psikotizm ve kişiler arası duyarlılık alanlarında psikolojik belirti puanlarının daha yüksek olduğu veriler elde etmiştir. Akademik başarı ile nevrotik eğilimler arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada da negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Koç vd., 2004: 483-497). Üniversite hayatı sonrasında işe başlamak zorunda olan bireylerin rakipleriyle yarış halinde olması akademik başarısı düşük olması durumunda hem kendini değersiz hissedecek hem de diğerlerine karşı düşmanlık besleyecektir. Yapılan çalışmaların araştırma bulgularıyla ters düşmesinde yaş grubu ve gelecek beklentisindeki farklılıkların etkili olduğu düşünülmektedir.

'Ergenlerde sosyal beceri algılan akademik başarı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile algılan akademik başarı faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Oluşan bu farklılık incelendiğinde algılan akademik başarısı yüksek olan ergenlerin düşük olanlara göre sosyal beceri puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Yani sosyal beceri ile algılan akademik başarı arasında pozitif yönlü anlamlı bir farklılaşma vardır. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Strahan (2003) akademik başarı ile sosyal beceri ilişkisini incelediği çalışmada akademik başarısı yüksek olan kişilerin sosyal becerilerinin daha iyi olduğunu görmüştür. Akademik başarıya hazır olma durumundaki eksikliğin sosyal beceriyi negatif yönde etkilediği çalışmanın sonucunda ortaya çıkmıştır (Furnham, 1991). ABD'de yapılan bir araştırmada Afrika'dan göç eden bireylerin sosyal beceri ve akademik performans düzeyleri araştırılmış ve akademik başarısı yüksek olanların sosyal beceri puanlarının da yüksek olduğu görülmüştür (William, 2004). Konuyla benzerlik taşıyan üniversitede okuyan bireylerle yapılan bir çalışmada akademik başarının kişiler arası ilişkiyi pozitif yönde etkilediği görülmüştür (Koç vd., 2004). İncelenen çalışmaların araştırma bulgularıyla paralellik göstererek desteklediği görülmektedir.

Sosyal beceri bebeklik döneminden başlayarak hayatın bütün dönemlerinde gelişmeye açık bir alan olarak görülebilir. Araştırma sonucunda algılan akademik başarının sosyal beceriyi pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Okul şartları göz önüne alındığında sınıf içerisinde başarısı yüksek olan çocukların daha ön planda olduğu ve sınıf içi görevler verildiği dikkat çekmektedir. Herhangi bir iş ve işlem yapılacağına yine başarılı öğrencilerin üstesinden geleceği düşünülerek bu görevler genel olarak onlara verilmektedir. Verilen bu görevler ergenlerin sosyal ilişki içerisine girmesini ve becerilerini geliştirmesini etkilediği düşünülmektedir. Ayrıca akademik başarının yüksek oluşu bireyin özgüvenini de artıracığı ve ilişkilerine yansıtacağı varsayılmaktadır. Literatürde araştırma bulgularıyla çelişen çalışmalara ise rastlanmamıştır.

5.1.8. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Amaçsız İnternet Kullanımı Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

'Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı amaçsız internet kullanımı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile internetin amaçsız kullanımı faktörü arasında anlamlı bir farklılaşma

tespit edilmiştir. Yani İnternetin amaçsız kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında farklılaşma olduğu söylenebilir. Sosyal medya bağımlılığı arttıkça ergenlerin interneti amaçsız bir şekilde kullanımının arttığı pozitif yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde interneti eğlence amaçlı kullanan kişilerin araştırma ve kendini geliştirme amacıyla kullananlara göre daha fazla bağımlı olduğu görülmüştür (Yüksel ve Yılmaz, 2016). İncelenen birçok çalışmada internet kullanımının temel amacının sohbet ve eğlence olduğu görülürken bu durumun bağımlılığın tetikleyicisi olduğu sonucuna varılmıştır (Martin ve Schumacher, 2000; Bayraktar, 2001; Tsai ve Lin, 2003; Cao vd., 2007; Yang ve Tung, 2007, Hawi, 2012). Benzer çalışmalar olan internete bağlanma süresi ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisiyle ilgili yapılan çalışmada internete bağlanma süresi fazla olan kişilerin sosyal medya bağımlılığının arttığı pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Durdu, 2019). İnternette geçirilen süre ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda da paralel internetin amaçsız kullanımında olduğu gibi sosyal medya bağımlılığında artış olduğu verileri elde edilmiştir (Şentürk, 2007; İnce ve Koçak, 2017; Ergenç, 2013). Araştırma bulgularını destekleyen bu çalışmalara bakıldığında sosyal medyanın eğlence ve iletişim amacı güttüğü varsayılarak hareket edilirse internete bağlanma amacının bilgi edinmeden çok sosyal medya bağımlılığına neden olduğu sonucuna varılabilir.

Çağımızda eğitim ve araştırma çalışmaları internet üzerinden yoğun bir şekilde yapılmaktadır. Sosyal medya uygulamaları da internet tabanlı olduğu için araştırma ve bilgi edinme amacıyla internete bağlanan kişilerin birçoğu sosyal medya sitelerine de vakit ayırmaya başlamaktadır. Bir süre sonra bağımlılık belirtileri gösteren bireyler interneti amacı dışında kullanarak sosyal ağlarda uzun süreler geçirmeye başlamaktadır. Araştırma bulguları da göz önüne alındığında internette geçirilen süre arttıkça kişinin amacı dışına çıkarak sosyal medya bağımlılığı düzeyini artırdığı sonucuna varılabilir.

Literatürde araştırmanın bulgularıyla çelişen çalışmalara rastlanmamıştır. Aileler, çocuklarının internette geçirdikleri süre içerisinde araştırma yaptıklarını ve ödevlerine yardımcı olabilecek siteleri kullandıklarını düşünerek takip etme ihtiyacı hissetmemektedirler. Bu konuyla ilgili ailelere bilgi verme çalışmaları yaparak ergen bireylerin interneti amaç çerçevesi içerisinde kullanımları teşvik edilebilir.

'Ergenlerde ruhsal sorunlar amaçsız internet kullanımını değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile internetin amaçsız kullanımını faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. İnternete bağlanma amacı kişinin internet bağımlılığı oranını etkilemektedir. İnternete bilgi edinme ve araştırma amaçlı girmeyen kişiler daha çok eğlence, iletişim ve oyun amacıyla girmektedir, bu durumun sonucunda da internet bağımlısı olmaktadır. İnternete bağlandığı süre içerisinde yeni çevreler ve ortamlarla karşılaşan bireyler daha fazla vakit geçirmeye başlayacaktır. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Taş'ın (2018: 38) yapmış olduğu benzer bir çalışma olan psikolojik belirtiler ile internete bağlanma amacı arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. İnternete bağlanma amacıyla internet bağımlılığı arasında farklılaşmayı inceleyen çalışmalarda pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Alaçam, 2012; Durak, Batıgün ve Kılıç 2011: 1-10).

Yapılan araştırmanın sonucunda ilişki çıkmasa da internet bağımlılığının kişileri ruhsal olarak olumsuz etkilediği düşünülmektedir. İnternet bağımlılığının oluşum aşamalarına bakıldığında literatürdeki çalışma bulgularına göre internetin amaçsız kullanımını internet bağımlılığına neden olmaktadır. Araştırmada internetin amaçsız kullanımını ile ruhsal sorunlar arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

'Ergenlerde sosyal beceri amaçsız internet kullanımını değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?' alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile amaçsız internet kullanım süresi faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bulunan bu ilişki incelendiğinde internetin amaçsız kullanımını arttıkça çocukların sosyal becerilerinin azaldığı negatif yönlü bir farklılık olduğu söylenebilir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde benzer çalışmaları olan problemlili internet kullanımıyla ilgili araştırmalar olduğu görülmüştür. Problemlili internet kullanımını ile sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada sosyal beceriyi olumsuz yönde etkilediği görülmüştür (Gök, 2017: 88). Debernardi'nin (2012) araştırmasında sosyal becerileri zayıf bireylerin interneti yüksek oranda problemlili bir şekilde kullandıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Eğer birey utangaç bir yapıya sahipse interneti problemlili bir şekilde kullanma oranı da yüksek puanda çıkmaktadır (Odacı ve Çelik, 2013). Cooper (2003) yapmış olduğu araştırmasında yüz yüze sosyal ilişki geliştiremeyen bireylerin internet üzerinden sanal ilişkiler kurarak bu eksikliklerini gidermeye çalıştıklarını ve sonucunda da problemlili internet kullanımını puanlarının yüksek olduğunu dile

getirmiştir. İncelenen benzer çalışma sonuçları araştırma bulgularıyla paralellik göstererek araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Sosyal becerileri zayıf bireylerin bu eksikliklerini gidermek amacıyla internet tabanlı ilişkilere yöneldikleri görülmektedir. Sosyal becerileri konusunda kaygı ve endişe taşıyan kişiler bu endişelerini atlatmak için internet kullanımlarını artırmaktadırlar. İnternet araştırma ve bilgi edinme dışında kullanıldığı için amacı dışına çıkmış olmaktadır. Sosyal anlamdaki eksiklerini gidermek isteyen kişilerin kurduğu sanal ilişkiler zamanla bireyi yalnızlığa iterek kısır bir döngü içerisine sokacaktır. Sonuç olarak sosyal beceri düzeyi yüksek olan kişilerin amaçsız internet kullanım oranının düşeceği ve sosyal anlamda kendilerini daha da geliştireceği düşünülmektedir.

5.1.9. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Becerinin Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenine Göre Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı sosyal medya kullanım süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medya kullanım saati faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bulunan bu farklılık ergenlerin sosyal medya kullanım saati arttıkça sosyal medya bağımlılık seviyesinin de arttığı pozitif yönlü bir ilişki olarak ifade edilebilir. İlgili literatür incelendiğinde sosyal medyada geçirilen süre ile iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı arasında farklılaşma olup olmadığının incelendiği bir araştırmada sosyal medya kullanım süresi ile bağımlılığı arasında farklılaşma olduğu, sosyal medya kullanım süresi arttıkça bağımlılık oranının arttığı sonucuna varılmıştır (İliş, 2018). Turgut ve Ünal’ın (2015) yapmış olduğu çalışmada sosyal medyada geçirilen süre fazlalaştıkça bağımlılık bulgularının arttığı görülmüştür. Sosyal medya kullanım sıklığı ile günlük sosyal medyada geçirilen sürenin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisinin incelendiği araştırmada değişkenlerin sosyal medya bağımlılığını etkilediği görülmüştür. Yapılan analizlere göre sosyal medya kullanım sıklığı ve günlük sosyal medyada geçirilen süre arttıkça sosyal medya bağımlılığının da arttığı pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Durdu, 2019). Araştırma bulgularına paralel diğer iki çalışmada da sosyal medyada geçirilen süre arttıkça sosyal medya bağımlılığının arttığı veriler elde edilmiştir (Şentürk, 2017; Demir Türkdoğan, 2019: 86). İncelenen çalışmalarda elde edilen veriler araştırma bulgularıyla paralellik göstererek bulguları desteklemektedir.

Davranışlar, diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi kullanım sıklığı ve süresi fazlalaştıkça artış göstererek bağımlılık oluşumunu etkilemektedir. İnsan doğuştan birçok davranışı bilmemekte ve zaman içerisinde görerek, yaşayarak deneyimlemekte ve öğrenilmiş davranışlar oluşmaktadır. Sigara bağımlılığı düşünülecek olursa kullanmayan birisi bir tane kullanarak başladığı sigarayı zaman içerisinde artırarak hem sayısını artırmakta hem de bağımlı hale gelmektedir. Sosyal medya bağımlılığında da aynı şekilde iletişim, eğlence amacıyla başlayan kullanım süresi ve sıklığı arttıkça zaman içerisinde bağımlılık haline gelmektedir. Yapılan araştırmalarda bu durumu desteklemekte ve sosyal medya bağımlılığının da diğer bağımlılık türleri gibi riskli olduğunu göstermektedir. Gelişen teknoloji ve sosyal medya uygulamalarına ulaşmadaki kolaylığın bağımlılık oluşumunu hızlı bir şekilde artırdığı düşünülebilir.

‘Ergenlerde ruhsal sorunlar sosyal medya kullanım süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır’ alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar düzeyi ile sosyal medya kullanım süresi faktörü arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarını destekleyecek çalışmalara rastlanmamıştır. Ancak Bilgin (2018) yapmış olduğu araştırmada sosyal medya kullanım süresi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemesi sonucunda paranoid düşünceler ve psikotizm arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgularını elde etmiştir. Sosyal medyayı daha uzun süreli kullanan kişilerin paranoid düşünceleri ve psikotizm düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Paranoid düşünceler kişiyi arkadaşlarıyla ilgili şüpheciliğe iteceği için sosyal medyada onları takip edecek ve böylece daha fazla vakit harcamış olacaktır. Psikotizm de bireyi içe dönük bir kişiliğe sürüklediği için birey günlük hayatta kuramayacağı iletişimi sosyal medya aracılığıyla kurarak sosyal medyada daha fazla vakit geçirecektir.

Araştırma konusu olan sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medya kullanım süresi değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar arasında da ilişki olduğu sonucuna varan birçok araştırma olduğu görülmektedir (Appel vd., 2016: 44-99; Feinstein vd., 2013: 161-170; Park ve Baek, 2017: 83-93). Dolayısıyla araştırma sonucunda ilişki çıkmamış olsa da sosyal medya kullanım süresi arttıkça ergenlerde ruhsal sorunların arttığı düşünülmektedir. Günlük hayatta kendini ifade edemeyen kişilerin kimlikleri gizli olabildiği için sosyal medya araçlarının sıkça kullanıldığı görülmektedir. Bunun

yanında ilgi ve onaylanma ihtiyacı hissedenden depresif kişilerin bu ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla sosyal medyada uzun vakitler geçirdiği düşünülmektedir.

‘Ergenlerde sosyal beceri sosyal medya kullanım süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır’ alt problemi incelenmiş ve sosyal beceri düzeyi ile sosyal medya kullanım süresi faktörü arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Oluşan bu farklılaşma incelendiğinde sosyal medya kullanım saati arttıkça ergenlerin sosyal becerileri seviyesinin arttığı pozitif yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde sosyal medya kullanım süresi ile sosyal beceri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Benzer çalışmalar incelendiğinde Demir (2016) farklı seviyelerde eğitim gören öğrencilerle yaptığı araştırmasında sosyal medyada fazla vakit geçirenlerin bu ortamda iletişim becerilerin daha iyi olduğu sonucuna varmıştır. Sosyal medya üzerinden alıveriş yapan bireylerle yapılan çalışmada sosyal medya bağımlılığının iletişim becerilerini olumlu etkilediği görülmüştür (Wong ve Weii, 2012). Yapılan benzer çalışmaların araştırmayı desteklediği görülmektedir. Sosyal medya eğlence ve iletişim amacıyla kullanıldığı için bireyler arkadaş çevresi veya yeni tanıştığı kişilerle iletişime geçmektedir. Yapılan paylaşımlar sonucunda beğeniler alınmakta ve yorumlar vasıtasıyla sosyalleşilmektedir. Oluşan bu sanal iletişim sayesinde bireyler sosyal becerilerinin geliştiğini düşünmüş olabilirler.

5.1.10. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuç ve Tartışması

‘Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeyi ile ruhsal sorunlar düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar faktörü arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar arasındaki ilişki incelendiğinde ise depresyon, anksiyete, somatizasyon, hostalite ve olumsuz benlik alt boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiş olduğu söylenebilir. Yani sosyal medya bağımlılığı arttıkça ruhsal sorunların da arttığını söylemek mümkündür. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Bilgin (2018: 243) sosyal medya bağımlılığı ile psikolojik bozukluklar arasında ilişkiyi araştırdığı çalışmasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Yapılan farklı çalışmalarda da araştırma bulgularına benzer bulgular elde edilmiştir (Appel vd., 2016; Feinstein vd., 2013; Park ve Baek, 2017; Li vd., 2008). Soydan (2015) üniversitede okuyan bireylerle gerçekleştirdiği araştırmada sosyal medya bağımlılığı

ile depresyon arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır. Yapılan farklı bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı arttıkça depresyon ve anksiyete düzeylerinin de arttığı görülmüştür (Şeker, 2018). Ergenlerin sosyal medya ve internet bağımlılıklarıyla ilgili araştırmada bireylerin depresyon, hostalite ve dikkat dağınıklığı puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Yen vd., 2007). Yapılan farklı çalışmalarda da sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında pozitif yönlü ilişki oldu bulguları elde edilmiştir (Alsabaani vd., 2018; Kırçaburun, 2016; Durar, 2018). Macit (2019)'un yapmış olduğu araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile depresyon, anksiyete, somatizasyon, hostalite, olumsuz benlik arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir. Araştırma bulgularıyla paralel sonuçlar elde eden çalışmalar elde edilen sonucu desteklemektedir.

Sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal sorunlar ilişkisine bakıldığında ruhsal sorunu fazla olan bireylerin sosyal medyayı daha fazla kullandığı görülmektedir. Kullanım amacı farklılıklar taşısa da bireyler sosyal platformlar aracılığıyla diğerleri ile kendisini kıyaslayarak kendi farkındalığını artırıyor olabilir. Sosyal ortamlarda yapılan paylaşımlar gerçek hayatı bire bir yansıtmadığı için diğerlerinin paylaşımlarını inceleyen kişilerde aşağılık duygusu oluşturarak depresyon belirtileri ortaya çıkarabilir. Karşılıklı iletişim halindeyken içinden geçen düşmanlık hislerini paylaşamayan ergenlerin bu duyguları sosyal medya aracılığıyla ifade ettikleri düşünülmektedir. Aynı şekilde sosyal fobi yaşayan bireyler yüz yüze iletişimde kendisini tam olarak ifade edemediği için sosyal medya aracılığıyla iletişim kurmakta ve sosyal medya bağımlılığını artırmakta olduğu söylenebilir. Psikotizm ve paranoid düşünceler bireylerin ilişkilerinde sorunlar ortaya çıkaracağı için bu kişilerin daha gizli ve yüzeysel ilişkilerin kurulabildiği sosyal platformları kullandıkları düşünülmektedir.

‘Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeyi ile sosyal beceri düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?’ alt problemi incelenmiş ve sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beceri faktörü arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beceri arasındaki ilişki incelendiğinde ise negatif yönde bir ilişki tespit edilmiş olduğu söylenebilir. Yani sosyal medya bağımlılığı arttıkça sosyal beceri düzeyinin düştüğü söylemek mümkündür. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde benzer bir çalışmada Çakmak (2014) araştırmasında sosyal medya kullanım süresi ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve sosyal medyayı sık kullanan bireylerin iletişim kaygı puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. Yanar (2015) araştırmasında

sosyal medya kullanımı fazla olan bireylerin kişiler arası ilişkilerinin zayıf olduğu, bire bir iletişimden uzaklaştıkları sonucuna varmıştır. Günüş (2009)'un araştırmasında sosyal medya bağımlılığının nedenleri araştırılmış ve iletişim becerilerindeki eksikliğin sosyal medya bağımlılığını etkilediği görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir (İliş, 2018: 72). İnternete bağlanma süresi ve sosyal beceri ilişkisi incelenmiş, uzun süre internete bağlanan kişilerin hem sosyal medya bağımlısı olduğu hem de sosyal beceri puanlarının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yılmazsoy ve Kahraman, 2017; Durak ve Seferoğlu, 2018). Sosyal medya araçlarından olan Facebook bağımlılığıyla ilgili çalışmada Facebook'ta fazla zaman geçiren kişilerin bir gruba dahil olma ve bu ilişkiyi sürdürebilme yeterliliğinin az olduğu görülmüştür (Tiyrek Şişman, 2014: 98).

Sosyal medya daha çok eğlence ve iletişim amacıyla kullanılmaktadır. Kişiler diğerlerinin görmek istediği şeyleri bu araçlar vasıtasıyla paylaşır ve etkileşim içerisine girerler. Ancak sosyal medya üzerinden yapılan arkadaşlıklar ve ilişkiler sanal bir niteliğe sahiptir ve kişileri gerçek hayattaki ilişkilerden uzaklaştırmaktadır. Araştırma sonucunda da bu durum sosyal medya bağımlılığının kişilerin sosyal becerilerinin düşük olduğu yönünde bulgulara yansımıştır. Sosyal medya bağımlısı olan gençler ergenlik dönemi özelliklerinden olan gruba dahil olma konusunda sanal grupları tercih etmektedirler. Günümüz gençlerinin sosyal medya araçlarını çok fazla kullanmasının, onları arkadaş çevrelerinden ve ailelerinden uzaklaştıracağı düşünülmektedir.

'Ergenlerin ruhsal sorunlar düzeyi ile sosyal beceri düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?' alt problemi incelenmiş ve ruhsal sorunlar ile sosyal beceri faktörü arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ruhsal sorunlar ile sosyal beceri arasındaki ilişki incelendiğinde ise negatif yönde bir ilişki tespit edilmiş olduğu söylenebilir. Yani ruhsal sorunlar arttıkça sosyal beceri düzeyinin düştüğü söylemek mümkündür. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde benzer çalışmalar olduğu görülmüştür. İlköğretimde eğitim gören bireylerle yapılan çalışmada sosyal beceri seviyesi yüksek olanların benlik saygısı puanlarının da yüksek olduğu görülmüştür (Yiğit, 2008). Prinstein (2016) yapmış olduğu çalışmada olumsuz akran deneyimlerinin ruhsal bozukluklara neden olduğu ve tedaviyi zorlaştırdığı sonucuna ulaşmıştır. Sosyal fobi ve akran ilişkilerinin araştırıldığı çalışmada arkadaşlarıyla iletişimi iyi olmayan

bireylerin sosyal fobilerinde ilerleme olduğu görülmüştür (Blumenthal, 2009). Bayramkaya, Toros, Özge, (2005) yapmış olduğu çalışmada depresyon ile sosyal fobi ilişkisini araştırmış ve depresyon düzeyinin sosyal fobiyi artırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Ruhsal sorunları olan bireylerin sosyal ortamlardan kaçınması sonucunda sosyal becerilerinin gelişemediği ve insanlardan uzak yalnız hayatlar yaşadıkları düşünülebilir. Bunun tersi durumda da sosyal becerileri zayıf kişilerin sosyal ortamlardan uzak olduğu için yeterli desteği alamadığı ve yaşanan sorunlar karşısında güçsüz kalıp ruhsal sorunlarının ortaya çıktığı söylenebilir. Özellikle sosyal fobi yaşayan bireylerin arkadaş ilişkilerinde zayıf olduğu ve sosyal çevre oluşturmakta zorlandığı görülmektedir. Ruh sağlığı için sosyal desteğin önemli olduğu ve karşılıklı paylaşımlar ile kişilerin sorunların üstesinden gelme konusunda daha başarılı olduğu düşünülmektedir. Ruhsal belirtileri fazla olan bireylerin sosyal ortamlardan dışlandıkları da görülebilmektedir. Sonuç olarak ruh sorunlar ve sosyal becerinin bir birini etkilediği düşünülmektedir.

5.2.Öneriler

5.2.1.Araştırma Sonucuna Dayalı Öneriler

- 1) Sosyal medya bağımlılığı ruhsal sorunlar ve sosyal beceri ile ele alındığında sosyal medya bağımlılığının her iki kavram üzerinde de olumsuz etkileri olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan olumsuz sonuçları azaltmak amacıyla ergenlere sosyal medya bağımlılığını azaltacak önleyici rehberlik faaliyetleri yapılabilir.
- 2) Yapılan çalışmada sosyal medya kullanım süresinin sosyal medya bağımlılığını artırdığı görülmüştür. Aile içi iletişimi güçlendirerek bireylerin sosyal medyada vakit geçirmek yerine ailesiyle vakit geçirmesini sağlayacak çalışmaların faydalı olacağı düşünülmektedir.
- 3) İnternetin amaçsız kullanımı sonucunda sosyal medya bağımlılığı ve sosyal becerilerin etkilendiği görülmüştür. İnternet kullanımının bilgi edinme ve araştırma amacıyla yapılması sağlanarak hem sosyal medya bağımlılığının azaltılacağı hem de sosyal becerilerin daha az etkileneceği düşünülmektedir.
- 4) Araştırma sonucunda sosyal medya bağımlılığı ve sosyal becerinin algılan akademik başarı değişkeninden etkilendiği görülmüştür. Bireylere verimli ders

çalışma konusunda seminerler düzenlenerek algılan akademik başarılarının artırılması hedeflenebilir.

- 5) Anne baba destek eğitimleri düzenlenerek ergenlerin daha sağlıklı bir aile ortamında yetişmesi sağlanabilir. Böylelikle kişilerin hem sosyal medya bağımlılığının önüne geçilmiş hem de sosyal anlamda güçlendirilmiş olacağı düşünülmektedir.
- 6) Kız öğrencilerde görülen ruhsal sorunları azaltmaya yönelik okullarda grupta danışma uygulamaları artırılması ve aile görüşmeleriyle desteklenmesinin yararlı olacaktır.
- 7) Sosyal beceri eğitimleri düzenlenerek bireylerin sosyal yönleri güçlendirilmeli ve ruhsal sorun yaşayan ergenlere psikolojik destek sağlanmalıdır.

5.2.2.Araştırmacılara Öneriler

- 1) Yapılan araştırma İstanbul ili Esenler ilçesinde eğitim gören ortaokul ve lise düzeyindeki ergenler ile sınırlıdır. Yapılacak çalışmalar farklı bölgelerde ve farklı yaş grupları ile yapılarak günümüz sorunlarından sosyal medya bağımlılığının etkilerinin daha iyi anlaşılmasını için fikir verebilir.
- 2) Araştırma sosyal medya ile ruhsal sorunlar ve sosyal beceri arasında yapılmıştır. Sosyal medya bağımlılığının farklı kavramlar ile araştırılması çalışma sonuçlarına göre bağımlılığın temelinde yatan nedenlerin ortaya çıkmasına ışık tutabilir.
- 3) Sosyal medya bağımlılığı tüm yaş gruplarında hızlı bir şekilde arttığı için bu artışın nedenleri hakkında araştırmaların önleme çalışmalarına yardımcı olacağı düşünülmüştür. Böylelikle ortaya çıkacak olumsuz etkilerin azaltılacağı varsayılmıştır.

KAYNAKÇA

- Acar, C. ve Kartalci, S. (2014). Sizofreninin Etyopatogenezinde Katekol-O-Metiltransferaz (COMT) Geninin Rolü/The Role of Catechol-O-Methyltransferase (COMT) Gene in the Etiopathogenesis of Schizophrenia. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(3): 217.
- Ahmed, I. ve Qazi, T. F. (2011). A Look Out For Academic Impacts Of Social Networking Sites (Snss): A Student Based Perspective. *African Journal of Business Management*, 5(12): 5022-5031.
- Akbaş, M. (2019). *Ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin spor yapma değişkenlerine göre sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Akbulut, Y. (2013). Çocuk Ve Ergenlerde Bilgisayar Ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2): 53-68
- Akbulut, S. (2018). *Erişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, beden imajı, sosyal anksiyete ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler
- Akdeniz, B. (2018). *14–16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: İstanbul ili örneği* (Yüksek Lisans Tezi). TC Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Akkök, F. (1999). *İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi (Anne-Baba El Kitabı)*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Aktaş, Y. (1997), Üniversite Öğrencilerinin Uyum Düzeylerinin İncelenmesi: Uzunlamasına Bir Çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 107-110.
- Aktı, S. (2011). *İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin medya okuryazarlığı ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Elazığ.

- Alaçam, H. (2012). *Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi* (Tıpta Uzmanlık Tezi). Aydın: Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Alkın, T. ve Onur, E. (2007). *Anksiyete Kavramı ve Anksiyete Bozukluklarına Genel Bir Bakış*. E. Köroğlu, C. Güleç ve S. Şenol. *Psikiyatri Temel Kitabı*, 2. Baskı, Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 296-303.
- 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.
- Alper, Y. (2001). *Depresyon Psikoterapisi.1.bs.* İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım Lmt.
- Alsabaani, A., Alshahrani, A.A., Abukaftah, A.S. ve Abdullah, S.F. (2018). Association Between Over-Use Of Social Media And Depression Among Medical Students, King Khalid University, Kingdom Of Saudi Arabia. *Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 70(8): 1305-1311.
- Alver, B. (2003). *Çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışanların empatik becerileri, karar stratejileri ve psikolojik belirtileri* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Altundağ, Y. (2016). Lise Öğrencilerinde Sanal Zorbalık ve Problemlili İnternet Kullanımı İlişkisi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 3(1): 27-43.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development Of A Facebook Addiction Scale. *Psychological reports*, 110(2): 501-517.
- Apel, H., Gerlach, A.L. ve Crusius, J. (2016). The İnterplay Between Facebook Use, Social Comparison, Envy, and Depression. *Current Opinion in Psychology*, 9: 44-49.
- Arslantaş, E. E. (2017). *Adolesanlarda internet bağımlılığı ile ruhsal sorunlar ve obezite arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

- Argın, S. F. (2013). *Ortaokul ve lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumlarının incelenmesi (Çekmeköy örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Argyle, M. ve Lu, L. (1990). Happiness and Social Skills. *Personality and Individual Differences*, 11(12): 1255-1261.
- Arslanoğlu, C., Yaman, M., Özmutlu, İ. ve Acar, G. (2010). *Spor yapan ve spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Asher, SR, Hymel, S. ve Renshaw, PD (1984). Çocuklarda Yalnızlık. *Çocuk Gelişimi*. 55: 1456-1464.
- Atalay, R. (2014). *Lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki (Bahçelievler ilçesi örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atarbay, S. (2017). *Farklı Bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin psikolojik dayanıklılıklarına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ateş, P. (2018). *Üniversite öğrencilerinde duygusal zekânın sosyal medya bağımlılığına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atkinson, R.L. ve Hilgard, E.R. (1995). *Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Sosyal Yayınlar, 622.
- Avcıoğlu, H. (2005). *Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklara Sosyal Becerilerin Öğretilmesinde İşbirlikçi Öğrenme Yöntemi İle Sunulan Öğretim Programlarının Etkinliğinin İncelenmesi*. Ankara: Omep Dünya Konsey Toplantısı ve Konferansı Bildiri Kitabı, Ya-pa Yayınları, 25-32.
- Avşar, Z. ve Kuter, F. Ö. 2007. 'Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi'. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 3(2): 197-206.

- Aydede, C. (2006). *Sanal Ortam Günlükleriyle Blog Çağı*. İstanbul: Hayat Yayınları, 23.
- Aydın, S. (2019). *Tek çocuklu aileler ve çoğul çocuklu ailelerin çocuklarının sosyal beceri düzeyi bakımından değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydoğan, F.ve Akyüz, A. (2010). *İkinci Medya Çağında İnternet*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Bacanlı, H. (1999). *Sosyal Beceri Eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Bacanlı, H. (2005). *Duyuşsal Davranış Eğitimi*. Ankara: Nobel Basım Dağıtım.
- Bacanlı, H. (2012). *Sosyal Beceri Eğitimi (4. baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Balaban, G. (2020). *Ergenlerde görülen psikolojik bozuklukların erken dönem uyumsuz şemalar ve duygu düzenleme ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Balcı, Ş. ve Bekiroğlu, O. (2019). Sosyal Medya Bağımlılığının Bir Belirleyicisi Olarak Öz Saygı Konya Örneğinde Bir Araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (48): 35–64.
- Baldwin, M.W. ve Fergusson, P. (2001). *Relationalschemas: Theactivation Of Interpersonal Knowladgestructures In Socialanxiety*. W.R. Crozier ve L. E. Alden (ed.) International Handbook Of SocialAnxiety. West Sussex, England: Wiley, 235-257.
- Baripoğlu, S. (2012). *Facebook ve Twitter Davranış Bozukluğu Yapıyor Mu?*. Çevrim-içi: <http://www.e-psikiyatri.com> [12 Ağustos 2017]
- Balkaya, F. (2001). Öfke: Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 4(7): 21-45.
- Balyan, M. (2009). *İlköğretim 2. kademe ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları, sosyal beceri ve özyeterlik düzeylerinin araştırılması* (Doktora tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Barker, V. (2009). Older Adolescents' Motivations For Social Network Site Use: The Influence of Gender, Group Identity and Collective Self-Esteem. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(2): 209-213.
- Bayraktar, C. (2013). *Sosyal medyanın kriz iletişimi aracı olarak kullanımı* (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bayraktutan, G., Binark, M., Tuğrul, Ç., İslamoğlu, G. ve Aydemir, A. (2012). Sosyal Medyada 2011 Genel Seçimleri: Nicel–Nitel Arayüzey İncelemesi. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 7(3): 5-29.
- Bayramkaya, E., Toros, F. ve Özge, C. (2005). Ergenlerde Sosyal Fobi ile Depresyon, Öz Kavram, Sigara Alışkanlıkları Arasındaki İlişki. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15: 165-173.
- Beers, M. H. ve Berkow, R. (2005). Disturbances İn Newborns and Infants. *The Merck Manual of Diagnosis and Therapy*,, 3, 32.
- Beck, A. T. (1976). *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar*(2. Baskı), (T. Özakkaş, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Beck, A. T. Ve Clark, D. A. (1997). An İnformationprocessing Model Of Anxiety: Automaticandstrategicprocesses. *Behaviourresearchandtherapy*, 35(1): 49-58.
- Bedir, A. (2016).*Sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin akademik başarılarına ve tutumlarına etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum
- Berksun, O. E. (2003). *Anksiyete ve Anksiyete Bozuklukları*. İstanbul: Turgut Yayıncılık, 1-75.
- Bernstein, G.H., Borchardt C.M., Pervien, A.R. (1996) AnxietyDisorders in ChildrenandAdolescents: A Review of thePast 10 Years. *J AmAcad Child AdolescPsychiatry*, 35: 1110-1119.
- Bettles, B.A.ve Walker E. (1986). Symptoms Associated Whith Suicidal Behavior İn Childhood And Adolescence. *Journal Of Abnormal Child Psychology*, 14(4):591-604.

- Bierman, K. L. ve Furman, W. (1984). The Effects Of Social Skills Training And Peer Involvement On The Social Adjustment Of Preadolescents. *Child Development*, 151-162.
- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik Bozukluklar Arasındaki İlişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3): 237-247.
- Birliği, A. P. (2000). *Mental Bozuklukların Tanısal Ve Sayımsal El Kitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR)*. Washington DC.
- Birliği, A. P. (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı. Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev.: E Köroğlu)*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 129-31.
- Blumenthal, D. (2009). Stimulating The Adoption Of Health Information Technology. *West Virginia Medical Journal*, 105(3): 28-30.
- Bostancı, M. (2010). *Sosyal medyanın gelişimi ve iletişim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Boyd, D. M. Ve Ellison, N. B. (2007). Social Network Sites: Definition, History, Andscholarship. *Journal of computer-mediated Communication*, 13(1): 210-230.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Bülbül, N. E. ve Dinçer, Ç. 2009. “4 Yaş Çocuklarının Sosyal Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi” *Uluslararası 5. Balkan Eğitim ve Bilim Kongresi*, 683-687.
- Buffardi, L. E. ve Campbell, W. K. (2008). Narcissism and Social Networking Web Sites. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 34(10): 1303-1314.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik (çev. İD Erguvan Sarıoğlu)*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Cao, F., Su, L., Liu, T. ve Gao, X. (2007). The Relationship Between İmpulsivity and İnternet Addiction İn A Sample Of Chinese Adolescents. *European Psychiatry*, 22: 466-471.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic İnternet Use and Psychosocial Well-Being: Development Of A Theory-Based Cognitive–Behavioral Measurement Instrument. *Computers İn Human Behavior*, 18(5): 553-575.
- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumunu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar Ve İnternet Kullanımında Yeni bir Boyut: 'İnternet Bağımlılığı'. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22: 83–98.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürçan, A. (2007). The Validity and Reliability Of The Problematic İnternet Usage Scale. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(1): 411.
- Cicchetti, D. ve Rogosch, F. A. (2002). A Developmental Psychopathology Perspective On Adolescence. *Journal Of Consulting and Clinical Psychology*, 70(1): 6.
- Cooper, N. S. (2003). *The identification of psychological and social correlates of internet use in children and teenagers* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Alliant International University, Los Angeles.
- Copeand, J. W. (2005). *The relationship between academic achievement and social skills among elementary students* (Unpublished doctoral dissertation). Northern Arizona University, Arizona, USA.
- Correa, T., Hinsley, A. W. ve De Zuniga, H. G. (2010). Who İnteracts On The Web?: The İntersection Of Users' Personality and Social Media Use. *Computers İn Human Behavior*, 26(2): 247-253.
- Cuceloğlu D. (1993). *Yeniden İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Çağlar, E. (2018). *Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran, ebeveynleri boşanmış olan ve olmayan çocukların ruhsal sorunlar, psikolojik sağlamlık, öz-kavramı ve ebeveyn kabul/reddi açısından ve annelerinin benlik saygısı ve algılanan sosyal destek açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çakmak, V. (2014). *İletişim kaygısının sosyal medya kullanımı üzerine olan etkisi: Üniversite öğrencileri üzerine örnek olay incelemesi* (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Çetin H.E. (2012) Blog nedir ve türleri nelerdir? Blog nedir?. 07.09.2019. <http://halitersancetin.blogcu.com/blog-nedir-ve-turleri-nelerdir/11620346> adresinden erişim sağlandı.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 (4): 0-0
- Çilingir, A. (2006). *Fen lisesi ile genel lise öğrencilerinin sosyal beceri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Çubukçu, Z. ve Gültekin, M. (2006). İlköğretimde Öğrencilere Kazandırılması Gereken Sosyal Beceriler. *Bilig*, (37): 155-174.
- Çuhadaroğlu, F. ve Sonuvar, B. (1992). Adolesanlarda Depresyon. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 29: 145-150.
- Çoban, S.(2013). Siyasi Bir Ajan Olarak ‘Sosyal Medya’, C.Bilgili ve G.Şener (Ed.) *Sosyal Medya ve Ağ Toplumu-2: Kültür, Kimlik, Siyaset*, İstanbul: Grafik Tasarım Yayıncılık San. Ve Tic. Ltd. Şti., 307-320.
- Dailymotion Nedir? 12.11.2019. <https://bilgihanem.com/dailymotion-nedir-nasil-kullanilir/> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Daşci, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin, sosyal becerilerle iletişim becerileri düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Davison, G. C. ve Neale, J. M. (2011). Duygudurum Bozuklukları. İ. Dağ (Ed.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 234-271.

- Debernardi, N. R. (2012). *Problematic Internet Use: Exploring The Roles Of Attachment And Social Competency* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Missouri-Kansas City Üniversitesi, Kansas.
- Demir, Ü. (2016). Sosyal Medya Kullanımı ve Aile İletişimi: Çanakkale’de Lise Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk İletişim* , 9 (2): 27-50.
- Demir Türkdogan, R. (2019).*Sosyal medya bağımlılığı ve gençlik: cumhuriyet üniversitesi örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Dereboy, İ. F. (1993). *Kimlik Bocalaması, Anlamak, Tanımak, Ele Almak*. Malatya: Özmert Ofset.
- Dikmeer, D. İ. (1997).*Sosyal beceri eğitiminin sosyal içedönük ergenlerin içedönüklük düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Downes, S. Lytras, M. D., Sicilia, M. A., Sampson, D., (2005). Semantic Networks and Social Networks. *The Learning Organization*, 12(5): 411- 417.
- Dökmen, Ü.(1995). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 21-23.
- Dökmen, Ü.(2000). *Varolmak-Gelişmek-Uzlaşmak*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 266.
- Duman, M. Z. (2008). İnternet Kullanımının Öğrencilerin Sosyal İlişkileri ve Okul Başarıları Üzerindeki Etkisi. *Toplum ve Demokrasi Dergisi*, 2(3): 93-112.
- Duman, S. (2008). *Almanya’da yaşayan 13-16 yaşları arasında spor yapan ve spor yapmayan Türk öğrencilerinin uyum düzeylerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Durak Batıgün, A. ve Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67): 1-10.
- Durak, H. ve Seferoğlu, S. S. (2018). Ortaokul Öğrencilerinin Akıllı Telefon Kullanımları Ve Bağımlılık Düzeyleriyle İlgili Unsurlar. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 8(1): 1-23.

- Durar, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının depresyon ve sosyal fobi ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.
- Durdu, A. (2019). *Ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi* (Doktora Tezi). Toros Üniversitesi, Mersin.
- Durdu, M. (2013). *Duyuşsal davranış eğitiminin erinlik dönemi çocuklarının sosyal beceri düzeyine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Durualp, E. ve Aral, N. (2010). Altı Yaşındaki Çocukların Sosyal Becerilerine Oyun Temelli Sosyal Beceri Eğitiminin Etkisinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39): 160-172.
- Durualp, E. ve Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1): 29-46.
- Duygun, A. (2018). Sosyal Medya Bağımlılığının Tüketici Satın Alma Karar Sürecine Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6(2): 1351-1375.
- Düzgün, Ş. (1995). *Lise öğrencilerinin psikolojik belirtileri ile ana-baba tutumları arasındaki ilişkiler* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Erzurum.
- Eftekin, P. (2015). *Ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Egan, G. (1975). Psikolojik Danışmaya Giriş (Ed: Füsun Akkoyun) A Division of Wads-Worth Publishing Company, Inc. California.
- Egger, O. ve Rauterberg, M. (1996). *Internet Behaviour and Addiction* (Semester thesis). Swiss Federal Institute of Technology, Zurich.

- Ekici, F. (2015). Okul Öncesi Eğitime Devam Eden Çocukların Sosyal Becerileri İle Aile Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 7: 0-2.
- Elksnin, K.L ve Elksnin, N (1995). *Assessment and Instruction of Social Skills*. Second Edition, London: Singular Publishing Group, INC
- Engin, R. (2019). *Lise öğrencilerinde sosyal destek algısı ve ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Erbay, E. (2008). *Okul öncesi eğitim alan ve almayan ilköğretim birinci sınıf öğrencilerinin sosyal becerilere sahip olma düzeyleri* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Eremiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Büküşoğlu, N. D., Altıntoprak, E., Bildik, T. ve Çetin, S. K. (2009). Ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan okul öncesi yaş grubu çocukların annelerinin mizaç özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1): 14-21.
- Ergenç, A. (2011). *Web 2.0 ve sanal sosyalleşme: Facebook örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zekâ özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Cris is*. New York: W. W.
- Erten, H. (2012). *Okul öncesi eğitime devam eden 5-6 yaş çocuklarının sosyal beceri, akran ilişkileri ve okula uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin izlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Ertuğrul A. (2010). *Şizofreninin Nörobiyolojisi, Temel Psikofarmakoloji*, 1. baskı. Ankara.
- Erwin, P. (2000). *Çocuklukta ve Ergenlikte Arkadaşlık*.(Çev.: Osman Akınhay). İstanbul: Alfa/Aktüel Kitabevleri.
- Esen-Aktay, T. (2010). *Risk altındaki ortaöğretim 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin kendini toplama güçlerinin incelenmesi* (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Esen, E. (2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Esen, E. ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(36): 127-138.
- Feinstein, B.A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative Social Comparison On Facebook and Depressive Symptoms: Rumination As A Mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(3): 161-170.
- Felner, R. D., Adan, A. M., & Silverman, M. M. (1992). *Risk Assessment and Prevention Of Youth Suicide İn Schools and Educational Contexts. Assessment and Prediction Of Suicide*. RW Maris, AL Berman, JT Maltzberger ve ark.(Ed), New York, 8: 420-447.
- Filiz, O., Osman, E. R. O. L., Dönmez, F. İ. ve Kurt, A. A. (2014). BÖTE Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amaçları ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 3(2): 26-28
- Fizy Nedir? 16.09.2019. <https://www.tecnoloji.com/fizy/> adresinden erişim sağlandı.
- Flickr Nedir? 02.01.2020. <https://www.recelinteractive.com/Blog/flickrcom-nedir-nasil-kullanilir> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Furnham, A. (1991). Personality, Needs, Social Skills and Academic Achievement:A Longitudinal Study.*Personality and Individual Differences* 12 (10): 1067-1073.
- Gander, M. J. ve Gardiner, H. W. (1998). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*.(çev A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur)(3. bas). Ankara: İmge.
- Garland, A. F. ve Zigler, E. (1993). Adolescent Suicide Prevention: Current Research And Social Policy İmplications. *American Psychologist*, 48(2): 169.
- Gençtan, E. (1984). *Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar*. İstanbul: Maya Yayınları.

- Glass, R., Prichard, J., Lafortune, A. ve Schwab, N. (2013). The Influence Of Personality And Facebook Use On Student Academic Performance. *Issues in Information Systems*, 14(2): 119-126
- Gökçearsan, Ş. ve Günbatır, M. S. (2012). Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2): 10-24.
- Gök, A. Y. (2017). *Ergenlerde problemlı internet kullanımı, kişilik özellikleri ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Greenspan, S.I. ve Breslau-Levis, N. (1999). *Building Healthy Minds: The Six Experiences That Create Intelligence And Emotional Growth In Babies And Young Children*. Cambridge, MA: Perseus.
- Griffiths, M. (2012), “Kore’de İnternet Bağımlılıkları ve Zihinsel Fonksiyonlar” 1. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi,(İstanbul: Grand Cevahir Kongre Merkezi): 189-192.
- Guindon, M. (2010). *Self-Esteem, Across The Lifespan*. New York: Routledge Taylor Francis
- Gülay, H. (2004). *Korunmaya muhtaç çocuklarla ailesi ile yaşayan 6 yaş çocuklarının sosyal becerilerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Gülay, H. ve Akman, B. (2009). *Okul Öncesi Dönemde Sosyal Beceriler*, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Gülbahar, Y., Kalelioğlu, F. ve Madran, O. (2010). *Sosyal Ağların Eğitim Amaçlı Kullanımı [Educational Use of Social Networking]*. XV. Türkiye’de İnternet Konferansında sunulan bildiri, İstanbul Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Güleç, M. Y. (2009). Psikosomatik Hastalıklarda Mizaç ve Karakter/Temperament and Character in Psychosomatic Disorders. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3): 201.
- Güney, S. (1998). *Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü*. Ankara: Ocak Yayınları.

- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Gürsu, O. (2012). Ergenlerde Psikolojik Sağlığın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 5(1): 110-130.
- Gürültü, E. (2016). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Güven, İ. S. ve Güçray, S. (2009). Ergenlerin Psikolojik Belirtileri Ve Genel Sağlık Örüntüleri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 30(30): 119-136.
- Harre, R. ve Secord, P. F. (1972). *The explanation of social behaviour*. Rowman: Littlefield
- Hatice, G. (2019). *Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarıyla ilişkisi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Master tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Hawi, S. N. (2012). Internet addiction among adolescents in Lebanon. *Computers in Human Behavior*, 28: 1044–1053.
- Hawi, N. S. ve Samaha, M. (2016). Relationships Among Smartphone Addiction, Stress, Academic Performance, And Satisfaction With Life. *Computers in Human Behavior*, 57: 321-325.
- Hi5 Nedir?10.11.2019. <https://sosyalmedyagundem.wordpress.com/2013/12/02/hi5-nedir/> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Hortaçsu, N. (2003). *İnsan ilişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi.
- İliş, A. (2018). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

- İnan, A. (2010). *İlköğretim II. kademe ve lise öğrencilerinde internet bağımlılığı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- 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.
- Instagram Nedir Nasıl Kullanılır. 05.07.2019 <https://gezgindunyasi.com/instagram-nedir-nasil-kullanilir/> adresinden erişim sağlandı.
- Irak, D. ve Yazıcıoğlu, O. (2012). *Türkiye ve Sosyal Medya*. İstanbul: Okuyanur Yayınları, 15-19.
- Jacobs, J. E., Bleeker, M. M. ve Constantino, M. J. (2003). The self-system during childhood and adolescence: Development, influences, and implications. *Journal of Psychotherapy Integration*, 13(1): 33.
- Kalafat, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyet düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Kahraman, M.(2013). *Sosyal Medya 101 2.0*. İstanbul: Mediacat Yayınları.
- Kapıkıran, Ş. ve Özgüngör, S. (2009). Ergenlerin Sosyal Destek Düzeylerinin Akademik Başarı ve Güdülenme Düzeyi İle İlişkileri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(1): 21-30.
- Kaplan, Y. ve Ak, T. (2018). Ergenlerde Psikolojik Belirtiler ve Problem Davranışlarda Anne-Baba Tutumlarının Rolü. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(2): 154-171.
- Karaca, M. (2007). Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elazığ örneği (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Karagözoğlu-Aslıyüksek, M. (2017). Bilgi Profesyoneli Adaylarının İnternet Bağımlılığı Düzeyleri: Marmara Üniversitesi Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümü Örneği. *Bilgi Ve Belge Araştırmaları Dergisi*, 6: 23-45.

- Karaman, M. K. ve Kurtoğlu, M. (2009). *Öğretmen Adaylarının İnternet Bağımlılığı Hakkındaki Görüşleri. Akademik Bilişim '09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, 641–650.
- Karamustafalıoğlu, O. ve Akpınar A. (2010). Anksiyete Bozuklukları. Karamustafalıoğlu (editör) *Aile Hekimleri İçin Psikiyatri*. 1. Baskı, İstanbul: MT Uluslararası Yayıncılık, 71-88.
- Karamustafalıoğlu, O. ve Yumrukçal, H. (2011). Depresyon ve anksiyete bozuklukları. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 45(2): 65-78.
- Karoğlu, H. (2016). *Okul öncesi dönem çocuklarının gelişim özellikleri ve sosyal beceri düzeyleri* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Burdur.
- Karasar, B. ve Öğülmüş, S. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Onay İhtiyacı ve Psikolojik Belirtilerin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (32): 97-121.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*.(24. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 81.
- Kartal, A., Çetinkaya, B. ve Turan, T. (2009). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Ruhsal Belirtilerin Taranması. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(2): 161-166.
- Kashani, J. H. ve Orvaschel, H. (1990). A Community Study Of Anxiety İn Children and Adolescents. *The American journal of psychiatry*, 147(3): 313-318.
- Kelly, J. A. (1982). *Social-Skillstraining*. New York: Springer.
- Keskin, A. (2008), *Eskişehir ilinde ruhsal hastalıkların sıklığı ve sosyodemografik değişkenlerle ilişkisi* (Tıpta Uzmanlık Tezi). Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.
- Kılıcı, Y. (2000). *Okulda Ruh Sağlığı. Mentalhealth İn School*. Ankara: Ani Yayıncılık.
- Kılıcı, Y. (2006). *6-15 Yaş Öğrencilerinin Gelişimsel Güçleri ve Kişilik Gelişimini Kolaylaştırma, İlköğretimde Rehberlik*. Ankara: Nobel.

- Kırcaburun, K. (2016). Self-Esteem, Daily Internet Use and Social Media Addiction As Predictors Of Depression Among Turkish Adolescents. *Journal of Education and Practice*, 7(24): 64-72.
- Kısaç, İ. (1997). *Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kim, W., Jeong, O. R. ve Lee, S. W. (2010). On social Web sites. *Information Systems*, 35(2): 215-236.
- Kim, Y. H. (2003). Correlation Of Mental Health Problems With Psychological Constructs In Adolescence: Final Results From A 2-Year Study. *International Journal Of Nursing Studies*, 40(2): 115-124.
- Kim, D. (2012). “İnternette Kumar ve Oyun Bağımlılıkları: Endişe Edilmesi Gerekliyor mu?” 1. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi, İstanbul: Grand Cevahir Kongre Merkezi, 169-179.
- Kirschner, P. A. ve Karpinski, A. C. (2010). Facebook and Academic Performance. *Computers In Human Behavior*, 26(6): 1237-1245.
- Kocayörük, A. (2000). *İlköğretim öğrencilerinin sosyal becerilerinin geliştirilmesinde dramanın etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). A. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 40-53.
- Koç M, Avşaroğlu S. ve Sezer A. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları İle Problem Alanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11: 483–498.
- Koç, M. ve Ü. Polat (2006). Üniversite Öğrencilerinin Ruh Sağlığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2(3): 1-22.
- Koç, M. ve S. Gülyaçcı (2013). Facebook Addiction Among Turkish College Students: The Role Of Psychological Health, Demographic, and Usage Characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(4): 279-284.
- Korkut, F. (2004). *Okul Temelli Önleyici Rehberlik Ve Psikolojik Danışma*. Ankara: An Yayıncılık.

- Kozacıoğlu, G. ve Gördürür, H. E. (1995). *Bireyden Topluma Ruh Sağlığı*. İstanbul: Alfa Basım Yayım.
- Köroğlu E. (2007). *Amerikan Psikiyatri Birliği Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Dördüncü Baskı Yeniden Gözden Geçirilmiş Tam Metin (DSM-IV-TR)*, Hekimler Yayın Birliği, 4: 419-447, Ankara.
- Köroğlu, O. ve Tutgun nal, A. (2013). "ğretmen Adaylarının Sosyal Ağları Benimseme Düzeyleri ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İliğki" *I. Ulusal Yeni Medya Kongresi*, Kocaeli.
- Kulaksızıoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kuruoğlu, A. . (2007). *Ergenlik Dönemi. ocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları*. İstanbul: Golden Print.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction: A Literature Review Of Empirical Research. *International Journal of Environmental and Public Health*, 8(9): 3528-3552.
- Kuzgun, Y. (2006). İlkğretimde Rehberlik. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(8).
- Ladd, G. W. (1983). Social Networks Of Popular, Average, and Rejected Children In School Settings. *Merrill-Palmer Quarterly*, 1982: 283-307.
- Last fm Nedir? 05.12.2019. <https://buraksenguloglu.com/last-fm-nedir-last-fm-rehberi/> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Leary, M. R., Kowalski, R. M. ve Campbell, C. D. (1988). Self-Presentational Concerns and Social Anxiety: The Role Of Generalized İmpression Expectancies. *Journal of Research in Personality*, 22(3): 308-321.
- Lee, M. S., Oh, E. Y., Cho, S. M., Hong, M. J. ve Moon, J. S. (2001). An Assessment of Adolescent Internet Addiction Problems Related to Depression, Social Anxiety and Peer Relationship. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, 40(4): 616-628.
- Lerman, K. (2007). Social İnformation Processing İn News Aggregation. *IEEE Internet Computing*, 11(6): 16-28.

- Leung, L. ve Lee, P. S. (2012). Impact Of İnternet Literacy, İnternet Addiction Symptoms, and İnternet Activities On Academic Performance. *Social Science Computer Review*, 30(4): 403-418.
- Lewis, K., Kaufman, J., Gonzalez, M., Wimmer, A. ve Christakis, N. (2008). Tastes, Ties, and Time: A New Social Network Dataset Using Facebook. *Com. Social Networks*, 30(4): 330-342.
- Li, L., Li, G.Y., Wang,, Y.Y. ve Zhang, S. Y. (2008). The Effects of Residential Hospital Treatment On 48 İnternet Addiction Patients. *Journal of Psychiatry*, 21: 356-360.
- Linkedin Nedir? 09.11.2019. <https://www.brandingturkiye.com/linkedin-nedir-nasil-kullanilir-niye-onemlidir/> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Lipowski, Z. J. (1988). Somatization: The Concept and İts Clinical Application. *Am J Psychiatry*, 145(11): 1358-1368.
- Macit, H. (2019). *Marmara bölgesi 'nde sosyal medya bağımlılığı bulunan bireylerin psikolojik semptomlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Maranto, G. ve Barton, M. (2010). Paradox and promise: MySpace, Facebook, and The Sociopolitics of Social Networking İn The Writing Classroom. *Computers and Composition*, 27(1): 36-47.
- McCauley, C., Lerner, R. M., Lerner, J. V. and Von, E. A. (1999). Does Self-Competence Predict Gender Differences İn Adolescent Depression And Anxiety. *Journal of Adolescence*, 22(3): 397- 411.
- McFall, R. M. (1982). A Review and Reformulation Of The Concept Of Social Skills. *Behavioral Assessments*, 4(1): 1-33.
- Mercan, S. Ç. ve Yavuzer, H. (2007). *Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş sosyal beceri eğitiminin ergenlerin sosyal kaygı düzeyine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mischel, W. (1973). Toward A Cognitive Social Learning Reconceptualization of Personality. *Psychological Review*, 80(4): 252.

- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P., (2000). Incidence and Correlates of Pathological İnternet Use Among College Students. *Computers in Human Behavior*, 16: 13-29.
- Moses, A. (1999). Exposure To Violence, Depression and Hostility İn A Sample of İner City High School Youth. *Journal of Adolescence*, 22(1):21- 32.
- Motavallı Mukaddes, N. (2000). *Ergenlik Çağı Ruhsal Gelişim Özellikleri*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Mulvany, F., O'Callaghan, E., Takei, N., Byrne, M., Fearon, P. ve Larkin, C. (2001). Effect of Social Class At Birth On Risk and Presentation of Schizophrenia: Case-Control Study. *Bmj*, 323(7326): 1398-1401.
- Myspace nedir, nasıl kullanılır. 09.08.2019. <https://teknodestek.com.tr/myspace-nedir-nasil-kullanilir/> adresinden erişim sağlandı.
- Neslitürk, S. (2013). *Anne değerler eğitimi programının 5-6 yaş çocuklarının sosyal beceri düzeyine etkisi* (Doctoral tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- North, C. S. (2002). Somatization İn Survivors of Catastrophic Trauma: A Methodological Review. *Environmental Health Perspectives*, 110(4): 637-640.
- Odacı, H. ve Berber Çelik, H. (2013). Who Are Problematik İnternet Users? An İnterinvestigation Of The Correlations Between Problematic İnternet Use and Shyness, Loneliness, Narcissism, Aggression And Self-Perception. *Computers in Human Behavior*, 29: 2382–2387.
- O'Donohue, W. ve Krasner, L. (1995). *Handbook of Psychological Skills Training. Clinical Techniques and Applications*. Boston: Allyn & Bacon
- Offer, D., Kaiz, M., Howard, K. I. ve Bennett, E. S. (1998). Emotional Variables İn Adolescence, and Their Stability and Contribution To The Mental Health of Adult Men: Implications For Early İntervention Strategies. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(6): 675-690.
- Ogelman, H. G. ve Sarıkaya H. E. (2014). 5-6 Yaş Çocukların Sosyal Beceri, Akran İlişkileri ve Okula Uyum Düzeyleri İle Kardeş Değişkenleri Arasındaki İlişkiler. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 41: 0-11.

- Ogilvy, C. M. (1994). Social Skills Training With Children and Adolescents: A Review Of The Evidence On Effectiveness. *Educational Psychology*, 14(1): 73-83.
- Onur, B. (1987). *Ergenlik Psikolojisi*. Ankara: Hacettepe Taş Yayıncılık.
- Öcal, D. (2018). Yeni İletişim Teknolojilerinin Tüm Dünyada Askeri Ve Sivil Yaşamda, İş Süreçlerinin Otomasyon Yapılarında Ve Gündelik Yaşam Pratiklerinde Yaygınlık Kazanması, Pazarlama İletişiminin Kurallarının Yeniden Gözden Geçirilmesi. *İnif E-Dergi*, 3(1): 23–36.
- Ögel, K., Evren, C., Karadağ, F. ve Gürol, T. (2012). Bağımlılık Profil İndeksi'nin (BAPİ) Geliştirilmesi, Geçerlik Ve Güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(4): 264-273.
- Öğreten, Ö. (2020). *Lise öğrencilerinin sosyal beceri, sosyal uyum ve kariyer olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özata, F. Z. (2013). Sosyal Medya Platformları. *Dijital İletişim ve Yeni Medya, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları*, 1911: 76-99.
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik.[Youth]*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Özdemir, F. (1996). *Korunmaya muhtaç çocuklar için koruyucu aile bakımı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö. ve Ekşi, H. (2019). Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Turkish Journal on Addictions*, 6: 629-662.
- Özgül, G. E. (2015). Yanılsamalar Labirentinde Bir Yanılsama Olarak Özne. *İletişimde Sosyal Medya-Sosyal Medyada İletişim*, İstanbul: Kalkedon Yayınları, 83-107.
- Özkan, İ. (2014). *Ergenlerde anne baba tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, M. O. (2001). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. 8. basım*. Ankara, Feryal Matbaası.

- Öztürk, M. O. (2004). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. (10. baskı). Nobel Tıp Kitabevleri: Ankara.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1): 36-41.
- Özyürek, A. ve Özkan, İ. (2015). Ergenlerin Algıladıkları Anne Baba Tutumları İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3): 73-88.
- Park, S.Y. ve Baek, Y.M. (2017). Two Faces Of Social Comparison On Facebook: The İnterplay Between Social Comparison Orientation, Emotions, And Psychological Well-Being. *Computers in Human Behavior*, 79 (1): 83-93.
- Parish, T. S. ve Parish, J. G. (1991). The Effects of Family Configuration and Support System Failures During Childhood and Adolescence On College Students' Self-Concepts And Social Skills. *Adolescence*, 26(102): 441.
- Pasternak, R. ve Guy, A. (2015). The Effect of Parental Discipline Style On Mothers' Perceptions of Social Skills And Learning Motivation. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 6(2):108-121
- Pescitelli, D. (1996). An analysis of Carl Rogers' theory of personality. *Retrieved September, 20: 2009.*
- Phillips, D. M. ve Phillips, J. K. (1998). A Social Network Analysis of Business Logistics and Transportation. *International Journal of Physical Distribution & Logistics Management*, 28(5): 328-348).
- Photobucket Nedir? 11.12.2019. <http://teknoolojihaberleri.blogspot.com/2012/03/photobucket-nedir-ozellikleri-nelerdir.html>
- Plurk Nedir? 15.08.2019. <http://sosyaletilisim.blogspot.com/2013/05/mikroblog-nedir.html> adresinden erişim sağlanmıştır.
- Polat, R. (2018). *Tüketim toplumu bağlamında sosyal medya bağımlılığı* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Ponter, R. (2012). *İnternet ve Sosyal Medya Araştırmaları El Kitabı* (Çev: Şensoy Ü.). İstanbul: Optimist Yayınları.

- Putallaz, M. ve Gottman, J. M. (1981). An İnteractional Model of Children's Entry İnto Peer Groups. *Child Development*, 52(3):986-994.
- Riggio, R. E. (1986). Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and social Psychology*, 51(3): 649.
- Riggio, R. E. D. ve Coffaro, J. T. (1989). Social Skills and Empathy. *Personality and Individual Differences*, 10(1): 93-99.
- Sadock, B. J. ve Sadock, V. A. (2008). *Kaplan & Sadock's concise textbook of clinical psychiatry*. Lippincott Williams: Wilkins.
- Sancak, A. (2006). *Altı ile on bir yaşları arasında anksiyete bozukluğu olan çocuklarla dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların WISC-R performans testlerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Santrock, J. W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim Gelişim Psikolojisi. Developmental Psychology of Lifelong Development*].(Çev. Ed: Yüksel G.). Ankara: Nobel Yayıncılık, 348-411.
- Sargent, L. R. (1998). *Social Skills for School and Community: Systematic Instruction for Children and Youth with Cognitive Delays*. CEC Publications, Council for Exceptional Children, 1920 Association Dr., Dept.
- Sargın, N. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İnternete Yönelik Tutumları ve Problemler İnternet Kullanımları. *Turkish Journal of Education*, 2(2): 44-53.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). *Bilissel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Savaşır, I. (2004). *Duygudurum Bozuklukları. Anormal Psikolojisi (İ. Dağ Çeviri Editörü)* Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Savcı, M. (2013). *Yatılı liselerde öğrenim gören gündüzlü ve yatılı kalan öğrencilerin psikolojik belirtilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Schlenker, B. R. ve Leary, M. R. (1982). Social Anxiety and Self-Presentation: A Conceptualization Model. *Psychological Bulletin*, 92(3): 641.
- Senemoğlu, N. (1997). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim*. Ankara: Ertem Matbaacılık.

- Senemoğlu, N. (2000). *İlk Çocukluk Döneminde Gelişim. (Der. E. Ceyhan). Çocuk Gelişimi ve Psikolojisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Seven, S. (2006). *6 yaş çocuklarının sosyal beceri düzeyleri ile bağlanma durumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Yayımlanmamış Doktora Tezi)* Ankara Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sevinç, S. S. (2015). *Pazarlama İletişiminde Sosyal Medya*. İstanbul: Optimist.
- Sevinçok, L. (1999). Somatizasyon Bozukluğu. *Psikiyatri Dünyası*, 1: 5-10.
- Shaffer, H. J., Hall, M. N. ve Bilt, J. V. (2000). 'Computer Addiction': A Critical Consideration. *American journal of Orthopsychiatry*, 70(2): 162-168.
- Shapiro, E. L. (2004). *Yüksek EQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek. (Çeviren: Ümran Kartal)*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Siyez, D. M. (2016). Lise Öğrencilerinde Problem Davranışların Görülme Sıklığı: İzmir Örneklemi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28): 15-31
- Smith, T. W. (1994). Concepts and methods in the study of Anger, Hostility, and health. *Anger, Hostility, and the heart*, 23-42.
- Sofuoğlu, S. (1984). Psikosomatik Tıp Anlayışı Ve Bunun Uygulanmasında Yeni Eğilimler. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 4(4): 339-344.
- Soydan, Z. M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Starcevic, V. (2009). *Anxiety Disorders in Adults A Clinical Guide*. Oxford University Press.
- Strahan, E. Y. (2003). The Effects of Social Anxiety and Social Skills On Academic Performance. *Personality and Individual Differences*, 34(2): 347-366.
- Suadiye, Y. ve Aydın, A. (2009). Anksiyete Bozukluğu Olan Ergenlerde Bilişsel Hatalar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 12(4): 172-179.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, New York (WW Norton).

- Şahin, A. (2007). *İlköğretim okulu yöneticilerinin kişiler arası iletişim becerileri ve çatışma yönetimi stratejileri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Şahin, F. (1997). *Grupla iletişim becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri (Briefsymptominventory-BSI). *Türk Gençleri İçin Uyarlanması, Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31): 44-56.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D. ve Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2): 125-135.
- Şeker, T.V.(2018). *Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şener, G. ve Özkoçak, Y. (2013). *Sosyal Ağlarda Görünür Olmak: Facebook Fotoğraflarında Bireyin Kendisini Sunum Stratejileri. Sosyal Medya ve Ağ Toplumu*, 2. İstanbul: Reklam Yaratıcıları Derneği Yayınları.
- Şengüder, Ş. (2006). *Lise 1-III sınıf öğrencilerinde denetim odağı ile ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve akademik başarı ile kıyaslanması* (Yüksek lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Şenol, F. B. ve Ergün, M. (2015). Okul Öncesi Öğretmen Adayları İle Okul Öncesi Öğretmenlerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Öz-Yeterlik İnançlarının Karşılaştırılması. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 8(3): 297-315.
- Şenol, S., İşeri, E., Şener, Ş. ve Güney, E. (2011). *Çocukluk ve Gençlik Döneminde Klinik Sendromlar. İçinde A. Ekşi (Der.)*, Ben Hasta Değilim. Ankara: Nobel, 238-254
- Şentürk, E. (2017). *Sosyal medya bağımlılığının depresyon, anksiyete bozukluğu, karışık anksiyete ve depresif bozukluk hastaları ile kontrol grubu arasında karşılaştırılması ve kullanıcıların kişilik özellikleriyle ilişkisinin araştırılması* (Uzmanlık Tezi). Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.

- Taatila, V. P., Suomala, J., Siltala, R. ve Keskinen, S. (2006). Framework To Study The Social Innovation Networks. *European Journal of Innovation Management*. 9(3): 312-326
- Kalafatoğlu, Ő. (2010). *KüreselleŐme karŐıtı hareketlerin sanal iletişim ortamlarını kullanımı* (Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Tanrıverdi, D. ve Ekinci M. (2007), HemŐirelik Öğrencilerinin Ruhsal Sorunlara Sahip Olma Durumları Ve Problem Alanlarının Saptanması. *Atatürk Üniversitesi HemŐirelik Yüksekokulu Dergisi*, 10(4): 42-51.
- Tanrıverdi, H. ve Sağır, S. (2014). Lise Öğrencilerinin Sosyal Ağ Kullanım Amaçlarının ve Sosyal Ağları Benimseme Düzeylerinin Öğrenci Başarısına Etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(18): 776-821.
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Belirtilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Anemon MuŐ Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1): 31-41.
- Taş, İ., Eker, H., ve Anlı, G. (2014). Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*,1 (2): 37-57.
- Tiyrek Şişman, Y. (2014). *Sağlık meslek lisesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılık durumu ile bağlanma stilleri benlik saygıları yalnızlık algıları ve sosyal beceriler arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Toprak, A. (2009). *Toplumsal Paylaşım Ağı Facebook: ' Görüliyorum Öyleyse Varım!'*. İstanbul: Kalkedon yayınları.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Tsai, C. C. ve Lin, S. S. J., (2003). Internet Addiction of Adolescents In Taiwan: An Interview Study. *CyberPsychology & Behavior*, 6(6): 649-652.
- Tubridy, A. ve Corry, M. (2007). *Depresyon Hastalık Değil Bir Duygu*. İstanbul: Profil Yayıncılık.

- Tuğlu, B. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım amaçları ve sosyal medya kullanımlarına ilişkin tutumları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Turgut, Ö. P. (2010). *İnternet Reklâmlarında Tasarım Sorunları: Banner Reklamlar Üzerine Bir İnceleme*. <http://inet-tr.org.tr/inetconf10/bildiri/12.doc>, Erişim Tarihi:18.02.2020.
- Tumblr Nedir, 08.04.2020. <https://www.brandingturkiye.com/tumblr-nedir-nasil-kullanilir-ne-ise-yarar/adresinden-erişim-sağlandı>.
- 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* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tutgun Ünal, A. ve Deniz, L. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının İncelenmesi. *Route Educational and Social Science Journal*, 3(2): 155-181.
- Tutgun Ünal, A. ve Köroğlu, O. (2013). A Comparative Study Of Social Network Usage and Adoption Among Turkish Prospective Teachers. *Mevlana International Journal Of Education (MIJE)*, 3(4): 24-42.
- Türkçapar, M. H., Sungur, M. ve Sargın, E. (2015). *Bilişsel Davranışçı Terapiler. (E. Köroğlu ve H. TürkçaparEd.) Psikoterapi Yöntemleri Kitabı İçinde*. Ankara: HYB Yayıncılık, 77-144.
- Uğurlu, T. T., Şengül, C. B. ve Şengül, C. (2012). Bağımlılık Psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1): 37-50.
- Uz Baş, A. (2003). *İlköğretim 4. ve 5. sınıflarda okuyan öğrencilerin sosyal becerileri ve okul uyumu ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora tezi). DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Uzamaz, F. ve Güçray, S. (2004). Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişilerarası İlişki Düzeylerine Etkisi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(28): 29- 36.

- Ülgen, V. (2015). *12-18 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığında sosyal karşılıklılık ve yordayıcı faktörlerin değerlendirilmesi* (Uzmanlık Tezi). Marmara Üniversitesi, Pendik Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Ünal, T.Ü. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ünlü, F. (2018). Orta Yaş Üstü Bireylerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal İzolasyon. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1): 161-172.
- Ünlü, Z. R. (2018). *Sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik dayanıklılık* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vural, Z. ve Bat, M. (2010). Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Yasar University*, 5(20): 3348-3382.
- Yalçın, G. (2015). *Sosyal medyanın yoğun kullanımının ileri ergenlikte yalnızlık ve depresyona etkisi* (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul, 1-4.
- Yanar, E. (2015). *Ergenlerin sosyal medya tutumlarının kişisel gelişimleri üzerine etkileri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Yanbastı, G. (1996). *Kişilik Kuramları (2. baskı)*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yang, S. C. ve Tung, C. J., (2007). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23: 79-96.
- Yen, J., Ko, C., Yen, C., Wu, H., ve Yang, M. (2007). The Comorbid Psychiatric Symptoms of İnternet Addiction: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (Adhd), Depression, Social Phobia, and Hostility. *Journal Of Adolescent Health*, 41: 93-98.
- Yıldırım, T. (2015). Yurdum Evim, Ücretsiz İnternetim Projesinin KYK Yurtlarında Barınan Öğrenciler Üzerinde Etkisine İlişkin Öğrenci Görüşleri. *Eğitim Ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori Ve Uygulama*, 11: 195-218
- Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ. ve Osman, E. R. O. L. (2014). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre

- İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1): 133-144.
- Yılmaz, E.B. (2010). *Zeka türleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi ,Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Yılmaz, F. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal karşılaştırma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.
- Yılmaz, İ. (2018). *Okul öncesi dönemde çocukların bağlanma biçimi ile sosyal beceri ve problem davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmazsoy, B. ve Kahraman, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı İle Sosyal Medyayı Eğitsel Amaçlı Kullanımları Arasındaki İlişkinin İncelenme-Si: Facebook Örneği. *Journal Of Instructional Technologies & Teacher Education*, 6(1): 9-20.
- Yiğit, R. (2008). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin depresyon ve sosyal beceri düzeylerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Doktora Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya).
- Young, J. (2007). *The Vertigo of Late Modernity*. London: SAGE Publications Ltd.
- Youtube Nedir? Nasıl Kullanılır? Ne İşe Yarar? 05.04.2019.
https://bilgihanem.com/youtube-nedir-nasil-kullanilir/#youtube_nedir
adresinden erişim sağlandı.
- Yörükoğlu, A. (1990). *Gençlik Çağı: Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Yörükoğlu A. (2002). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları(11.Basım)*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yurdakavuştu, Y. (2012). *İlköğretim öğrencilerinde duygusal zekâ ve sosyal beceri düzeyleri* (Doktora tezi). DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yüksel, G. (1997). *Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyine etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Yüksel, M. ve Yılmaz, E. (2016). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elementary Education Online*, 15(3): 1031-1042.
- Zabora, J. R., Smith-Wilson, R., Fetting, J. H., ve Enterline, J. P. (1990). An Efficient Method For Psychosocial Screening of Cancer Patients. *Psychosomatics*, 31(2): 192-196.
- Wang, X., Yu, C. ve Wei, Y. (2012). Social Media Peer Communication And İmpacts On Purchase İntentions: A Consumer Socialization Framework. *Journal Of İnteractive Marketing*, 26(4): 198-208.
- Wasserman, S. ve Faust, K. (1994). Social Network Analysis İn The Socialand Behavioral Sciences. *Social Network Analysis: Methods and Applications*, 1994: 1-27.
- William, S. (2004). *The Academic achievement gap: linkages among behavioral, social and academic competens* (Yayınlanmış Doktora Tezi). The Universty of North Carolina at Chapel Hill. North Carolina.
- WordPress Nedir?. 08.05.2019. <https://www.wp-tr.org/hakkında/> adresinden erişim sağlandı.
- Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological Risk Factors of Addiction To Social Networking Sites Among Chinese Smartphone Users. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(3): 160-166.

EKLER

Kişisel Bilgi Formu (Ek 1)

Bilimsel bir araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan bu formda çeşitli sorular bulunmaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyup formda yer alan tüm soruları doğru ve samimi bir şekilde cevaplayınız. Hiç maddeyi boş bırakmayınız ve her bir madde için sadece bir seçeneği işaretleyiniz. Katkılarınız için teşekkürler.

Yusuf CUMA

- 1) **Cinsiyetiniz:** Erkek () Kız ()
- 2) **Yaşınız:**
- 3) **Sınıfınız:**
- 4) **Kardeş sayınız:**
- 5) **Annenizin size karşı tutumlarını nasıl değerlendiriyorsunuz?**
 - a) İlgisiz () b) Demokratik () c) Otoriter () d) Koruyucu ()
- 6) **Babanızın size karşı tutumlarını nasıl değerlendiriyorsunuz?**
 - a) İlgisiz () b) Demokratik () c) Otoriter () d) Koruyucu ()
- 7) **Annenizin eğitim durumu nedir?** a) Okur-yazar değil () b) İlkokul ()
 - c) Ortaokul () d) Lise () e) Üniversite () f) Lisansüstü ()
- 8) **Babanızın eğitim durumu nedir?** a) Okur-yazar değil () b) İlkokul ()
 - c) Ortaokul () d) Lise () e) Üniversite () f) Lisansüstü ()
- 9) **Akademik başarı açısından kendinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?**
 - a) Yüksek () b) Orta düzey () c) Düşük ()
- 10) **Günde kaç saat sosyal medya kullanıyorsunuz?**
- 11) **Amaçsız bir şekilde günde kaç saat internete girersiniz?**

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (Ek 2)

Değerli öğrenciler, Elinizdeki form sosyal medyayı kullanma düzeyinizi belirlemeyi amaçlamaktadır. Aşağıda sıralanan ifadelere yönelik düşüncelerinizi ‘Evet’ ve ‘Hayır’ şeklinde karşılarında yer alan parantezlere (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyup tüm maddeleri cevaplayınız. Katılımınız için teşekkür ederiz.		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen/ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
		1	2	3	4	5
	Son bir yılda,					
1	Aklımda sürekli sosyal medya yaptığım veya yapacağım etkinlikler vardır.					
2	Aklımda sürekli sosyal medya yaptığım veya yapacağım etkinlikler vardır.					
3	Sosyal medyayı çok kullandığım için sinema, tiyatro, müzik, spor gibi diğer etkinliklere veya hobilerime zamanım kalmıyor					
4	Sosyal medyada gezinirken ‘biraz daha’ diyerek süreyi uzatırım.					
5	Sosyal medya iş, okul veya aile hayatımı olumsuz etkilemesine rağmen sosyal medyayı kullanmaya devam ediyorum.					
6	Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
7	Kendimi mutlu hissetmek için sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
8	Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim.					
9	Sosyal medyada harcadığım süre yüzünden insanlarla (aile, arkadaş ve sosyal çevre) ilişkilerimde ciddi çatışmalar yaşarım.					

Kısa Semptom Envanteri (Ek 3)

AÇIKLAMA: Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmalarının bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtinin SİZDE BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAROLDUĞUNU aşağıdaki derecelendirmeye göre uygun olan yeri işaretleyiniz. Hiçbir maddeyi atlamamayı ve de tek bir yeri işaretlemeye özen gösteriniz.

TEŞEKKÜRLER

0 Hiç yok	1 Biraz var	2 Orta derecede var	3 Epey var	4 Çok fazla var
-----------	-------------	---------------------	------------	-----------------

1	İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali	0	1	2	3	4
2	Baygınlık, baş dönmesi	0	1	2	3	4
3	Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri	0	1	2	3	4
4	Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu	0	1	2	3	4
5	Olayları hatırlamada güçlük	0	1	2	3	4
6	Çok kolayca kızıp öfkelenme	0	1	2	3	4
7	Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar	0	1	2	3	4
8	Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu	0	1	2	3	4
9	Yaşamınıza son verme düşünceleri	0	1	2	3	4
10	İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi	0	1	2	3	4
11	İştahta bozukluklar	0	1	2	3	4
12	Hiçbir nedeni olmayan ani korkular	0	1	2	3	4
13	Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları	0	1	2	3	4
14	Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetmek	0	1	2	3	4
15	İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek	0	1	2	3	4
16	Yalnızlık hissetmek	0	1	2	3	4
17	Hüzünlü, kederli hissetmek	0	1	2	3	4
18	Hiçbir şeye ilgi duymamak	0	1	2	3	4
19	Ağlamaklı hissetmek	0	1	2	3	4
20	Kolayca incinebilmek, kırılmak	0	1	2	3	4
21	İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak	0	1	2	3	4

22	Kendini diğerlerinden daha aşağı görmek	0	1	2	3	4
23	Mide bozukluğu, bulantı	0	1	2	3	4
24	Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu hissi	0	1	2	3	4
25	Uykuya dalmada güçlük	0	1	2	3	4
26	Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğrumu diye kontrol etmek	0	1	2	3	4
27	Karar vermede güçlükler	0	1	2	3	4
28	Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkmak	0	1	2	3	4
29	Nefes darlığı, nefessiz kalmak	0	1	2	3	4
30	Sıcak soğuk basmaları	0	1	2	3	4
31	Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak	0	1	2	3	4
32	Kafanızın 'bomboş' kalması	0	1	2	3	4
33	Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar	0	1	2	3	4
34	Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği	0	1	2	3	4
35	Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları	0	1	2	3	4
36	Konsantrasyon(dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanmak	0	1	2	3	4
37	Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi	0	1	2	3	4
38	Kendini gergin ve tedirgin hissetmek	0	1	2	3	4
39	Ölme ve ölüm üzerine düşünceler	0	1	2	3	4
40	Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği	0	1	2	3	4
41	Bir şeyleri kırma, dökme isteği	0	1	2	3	4
42	Diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak	0	1	2	3	4
43	Kalabalıklarda rahatsızlık duymak	0	1	2	3	4
44	Bir başka insana hiç yakınlık duymamak	0	1	2	3	4
45	Dehşet ve panik nöbetleri	0	1	2	3	4
46	Sık sık tartışmaya girmek	0	1	2	3	4
47	Yalnız bırakıldığında/kalındığında sinirlilik hissetmek	0	1	2	3	4
48	Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek	0	1	2	3	4
49	Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetmek	0	1	2	3	4
50	Kendini değersiz görmek/değersizlik duyguları	0	1	2	3	4
51	Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu	0	1	2	3	4
52	Suçluluk duyguları	0	1	2	3	4
53	Aklında bir bozukluk olduğu fikri	0	1	2	3	4

Sosyal Beceri Ölçeği (Ek 4)

Aşağıda sizinle ilgili olabilecek bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyun ve size uyan maddenin karşısına (X) işareti koyunuz. 1) Hiç , 2)Bazen, 3) Genelde, 4) Tamamen Uyuyor. Anlamına gelmektedir.					
Araştırmamıza katkıda bulunduğunuz için teşekkür ederiz.		1	2	3	4
		Hiç	Bazen	Genelde	Tamamen
1	Grup içinde konuşmak istediğimde, izin alırım				
2	Grup içinde rahatlıkla konuşurum				
3	Sınıfa yeni gelen bir arkadaşın yanına gidip onunla tanışırım				
4	Hoşlandığım insanlarla yakınlık kurarım				
5	Arkadaşlarıma beğendiğim özelliklerini söylerim				
6	Arkadaşlarımin hatalı yönlerini kendilerine söyler ve uyarırım				
7	Gerektiğinde teşekkür etmeyi ihmal etmem				
8	Ortamdan ayrılırken ‘iyi günler’ demeyi unutmam				
9	Grup içinde birtakım görevler alırım				
10	Kırdığım veya üzdüğüm kişilerin gönlünü alırım				
11	Derste anlamadığım yerleri öğretmenime sorarım				
12	Doğru bildiğim konuları her yerde savunurum				
13	Gördüğüm aksaklıkları ilgili kişilere bildiririm				
14	Grup içinde yapılacak faaliyetlere ilişkin önerilerde bulunurum				
15	Problemlerimi kendim halledemediğimde, yardım isterim				
16	İlgi duyduğum sosyal faaliyetlere katılırım				
17	Birbirlerini tanımayan arkadaşlarıımı tanıştıtırırım				
18	Anlatılanları dikkatle dinlerim				
19	Sınavdan iyi not alan arkadaşlarıımı tebrik ederim				
20	Derslerimi bitirince, eğlenecek bir şeyler bulurum				

İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü İzni (Ek 5)



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.24999701
Konu: Anket ve Araştırma İzni

26.12.2018

Sayın: Yusuf CUMA

- İlgi: a) 11.12.2018 tarihli ve 23872393 Gelen Evrak No'lu dilekçe.
b) Valilik Makamının 25.12.2018 tarih ve 24888377 sayılı oluru.

"Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ruhsal Sorunlar ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu araştırma çalışmanız hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve söz konusu talebiniz; bilimsel amaç dışında kullanmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini rica ederim.

Timur TUĞRAL
Müdür a.
Şube Müdürü

- EK:
1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

Adres:İmren Öktem Cad.No:1 Eski Adliye Sarayı Fatih/ İST.
Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğü

Ayrıntılı bilgi için: Ayşe Eda ATAN
Tel: (0 212) 4550400-100/239

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 1383-5851-3970-9b9d-6992 kodu ile teyit edilebilir.

ÖZGEÇMİŞ

YUSUF CUMA – ÇORUM (1990)

Adres : Tuna mah. Sakarya Cad. 674. Sk. No23/2 Esenler/İST

Gsm : (0534) 829 75 87

E-mail : yusufcumatr@hotmail.com

Askerlik Durumu: Tamamladı

Kariyer Hedefim:

Lisans eğitimim süresince edindiğim bilgi ve becerilerimi, yüksek lisans programında edineceğim bilgi ve birikimle geliştirerek hizmet edeceğim kurumlara, edindiğim bilgi birikimini kullanma, bu süreçlerde olumlu yönde katkılarda bulmak ve bu konudaki olumlu olumsuz toplumsal gelişim süreçlerinde aktif ve etkili olabilmek.

Eğitim:

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Lisans: Sakarya Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü 2010-2014

Lise: Sungurlu Lisesi

İlköğretim: Büyük Polatlı Köyü Birleştirilmiş Sınıflı ilköğretim Okulu

Katıldığım Eğitim ve Seminerler:

Sınıfta yabancı uyruklu öğrenci bulunan Milli Eğitim Bakanlığı öğretmenlerinin eğitici kursu (Eğitmen)

Bağımlılık yapan maddelerle mücadele kursu

Çocuk koruma kanunu danışmanlık tedbirleri kararları uygulayıcı yetiştirme kursu

Disiplinsiz öğrencilere yönelik yaklaşımlar kursu

Geçici koruma statüsündeki öğrencilere yönelik rehberlik hizmetleri kursu

Çocuk ihmal ve istismarı kursu

Oryantiring Eğitimi Kursu

Psikososyal Destek Programı Uygulayıcı Eğitimi Kursu

AB Projeleri Hazırlama Teknikleri Kursu

Zekâ Oyunları Kursu

Beden Dili Kursu

Etkili Dinleme ve İletişim Kurma Kursu

Psikoeğitim Uygulayıcı Eğitimi Kursu

Disiplinsiz Öğrencilere Yönelik Yaklaşımlar Kursu

Çatışma ve Stres Yönetimi Kursu

Özel Yeteneklilerin Eğitiminde Etkinlik Geliştirme Kursu

Kapsayıcı Eğitim Bağlamında Okul Öncesi ve Sınıf Öğretmenlerinin Rehberlik Becerilerinin Geliştirilmesi Eğitici Eğitimi Kursu

İş/Staj Deneyimlerim:

- 1- Esenler Engincan Güre İlkokulu
- 2- Kemer İlkokulu
- 3- Şehit Sait Ertürk Ortaokulu
- 4- Harita Genel Komutanlığı

Yabancı Dil: İngilizce: Okuma: Orta, Yazma: az, Anlama: Az