


## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FACEBOOK BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ: SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU ÖRNEĞİ

 Mahmut BELER<sup>1</sup>

 İsmail UYSAL<sup>2</sup>

 Ali AKGÜN<sup>3</sup>

### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışma ön lisans eğitimi alan üniversite öğrencilerinin Facebook bağımlılığını ilişkili değişkenler açısından incelemek ve Facebook bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

**Gereç ve Yöntemler:** Tanımlayıcı ve analitik olan bu araştırmanın evrenini bir devlet üniversitesindeki sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan, araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, bölüm, Facebook'taki arkadaş sayısı, günlük hayattaki arkadaş sayısı, ne kadar süre Facebook'ta zaman geçirdikleri gibi bilgilerine ilişkin 12 sorudan oluşan tanımlayıcı bilgi formu ile 5'li likert tipinde, 6 faktör altında toplanabilen (Aşırı Kullanım, Sınır Koyamama, Duygudurum Değişikliği İçin Kullanım, Nüks Etme, Bırakamama, Hayatın Akışını Etkileme) 18 sorudan oluşan "Facebook Bağımlılık Ölçeği" kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırma katılanları %51,8'i kız, %85,7'si 18-21 yaş aralığındadır. Katılımcıların %76,8'i Facebook'u kendi isimleri ile kullanırken, % 64,3'sü ise günde bir saatten az Facebook'ta vakit geçirdiklerini %48,2'si Facebook'a cep telefonu ile bağlandıklarını, %41,1'i Facebook'ta 500'den fazla arkadaşı olduğunu belirtmişlerdir. Facebook dışı uygulama kullananlar %94,6 idi ve Twitter, Instagram, Periscope gibi uygulamalar kullanılıyorken, LinkedIn, Myspace gibi uygulamaların kullanımı tercih edilmemekteydi. Facebook bağımlılık ölçeği total puanı ortalama 34 iken alt ölçek puanları oldukça düşüktü. Facebook bağımlılık ölçeği total puanları sadece Facebook Kullanım yılı ( $r: 0,576, p<0,001$ ) ve Facebook günlük ortalama Kullanım ( $r: 0,815, p<0,001$ ) saati ile anlamlı olarak ilişkili bulundu ( $p<0,05$ ).

**Sonuç:** Çalışmamıza göre, Facebook bağımlılık oranları literatürdeki diğer çalışma sonuçlarıyla kıyaslandığında görece daha az bağımlı oldukları bulunmuştur. Belirli aralıklarla Facebook ve diğer sosyal medya uygulamalarına yönelik bağımlılığının izlenmesi gerektiği önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Facebook, Bağımlılık, Facebook Bağımlılığı, Üniversite Öğrencileri

<sup>1</sup> Sorumlu Yazar /Corresponding Author, Öğr.Gör. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Fethiye Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Muğla, Türkiye, mahmutbeler@mu.edu.tr

<sup>2</sup> Öğr.Gör. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Fethiye Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Muğla, Türkiye, ismailuysal@mu.edu.tr

<sup>3</sup> Öğr.Gör. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Fethiye Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Muğla, Türkiye, aliakgun@mu.edu.tr

Makale Geliş Tarihi/Submission Date; 07.11.2022

Kabul Tarihi/ Accepted Date; 24.10.2022

Çalışma için Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan izin (28/02/2018 Tarih ve 25 Sayılı) alınmıştır.

## DETERMINING FACEBOOK ADDICTION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS: THE EXAMPLE OF HEALTH CARE VOCATIONAL SCHOOL

### ABSTRACT

**Objective:** This study was conducted to examine the Facebook addiction of associate degree students in terms of related variables and to determine their Facebook addiction levels.

**Material and Methods:** The universe of this descriptive and analytical research consists of health care vocational school students at a state university. As a data collection tool, a descriptive information form consisting of 12 questions on the age, gender, class, department, the number of friends on Facebook, the number of friends in daily life, how long they spend time on Facebook, was used by the researchers. The "Facebook Addiction Scale" consisting of 18 questions, which can be grouped under 6 factors (Excessive Use, Unable to Limit, Use for Mood Change, Relapse, Inability to Quit, Influence on the Flow of Life) was used in a 5-Likert type.

**Results:** 51.8% of the research participants were girls and 85.7% were between the ages of 18-21. While 76.8% of the participants used Facebook with their own names, 64.3% of them spent less than one hour a day on Facebook, 48.2% connect to Facebook by mobile phone, 41.1% stated that they had more than 500 friends on Facebook. Those who also used applications other than Facebook were 94.6% and while applications such as Twitter, Instagram, Periscope were used, applications such as LinkedIn and Myspace was not preferred. While the total score of the Facebook addiction scale was 34 on average, the subscale scores were quite low. Facebook addiction scale total scores were found to be significantly associated only with Facebook Usage years ( $r: 0.576, p<0.001$ ) and Facebook daily average Usage ( $r: 0.815, p<0.001$ ) hours ( $p<0.05$ ).

**Conclusion:** According to our study, Facebook addiction rates were found to be relatively less than the results of other studies in the literature. It is recommended that addiction to Facebook and other social media applications should be monitored periodically.

**Keywords:** Facebook, Addiction, Facebook Addiction, University Students

### GİRİŞ

İnternetin temel amacı bilgi paylaşımı ve iletişimi arttırıp kolaylaştırmak olsa da çok büyük insan topluluklarında kullanılması ile beraber bazı olumsuz durumlarda meydana gelmektedir. İnsan bio-psiko-sosyal açıdan çok çeşitlilik gösteren bir canlı olduğu için farklı durumlar farklı psikolojik yanıtlar veya sorunlar üretebilmektedir. Bu psikolojik sorunlardan sadece birisi olan bağımlılık insanlık tarihi boyunca farklı türleri ile karşımıza çıkmaktadır (Tutgun Ünal ve Deniz, 2016). Günümüzde hızla yayılan bir bağımlılık çeşidi olan ve bağımlılığın temel özelliklerini içinde barındıran dijital bağımlılık; akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı, oyun bağımlılığı gibi bağımlılıkların tümünü

kapsar (Bardakçı ve Aslan, 2021). Bu bağımlılık türü; dijital araçlardaki internet, bilgisayar oyunları (online oyunlar dahil), mobil cihazlar ile sosyal paylaşım ağları gibi dijital platformların aşırı seviyede kullanılmasının kontrol edilme problemi olarak tanımlanmaktadır (Bardakçı ve Aslan, 2021; Singh ve Singh,2019).

Altmışlı yıllarda Amerika’da bir askeri haberleşme ağı projesi olarak ortaya çıkan internet son yüzyılın en önemli teknolojik buluşlarından biri haline gelmiştir. İnsan ile ilgili olan ya da olmayan eğitim, sağlık, ticaret, spor ve sanat gibi birçok alanı ilgilendiren internet hayatımızın değişmez bir parçası olmaya başlamıştır. Artık internet erişimine ulaşım ve maliyet kolaylığı (cep telefonu, tablet, akıllı saat vb.) internetin daha kolay, rahat ve sık kullanılmasına sebep olarak iletişim ve haberleşme yönünden de yaşamımızın değişmez bir parçası olmuştur (Atamtürk vd., 2020; Duman, 2017). Teknolojinin gelişmesi ile beraber değişen iletişim şekilleri denilince akla ilk olarak gelen sosyal medya, modern toplumdaki sosyalliğin önemli bir parçası olarak sayılmakta; birey, gruplar, kurumlar ve diğer sosyal sistemlerle ilişki içerisinde görülmektedir (Işık ve Topbaş, 2015). İlişki kurma yaşamsal bir ihtiyaç olmakla birlikte varoluşun özne-özne etkileşimi ile başka varlıklarla teması olarak da tanımlanan insanın temel dinamiklerindedir (Tutgun Ünal ve Deniz, 2016). Modernleşmenin günümüzde bireyselleşmeye evrildiği unutulmamalıdır. Öncelikle modern toplumlardan başlayarak aile kavramı değişmiş; önceleri küçük yerleşim birimlerinde klanlar hâlinde yaşayan toplumlar zamanla geniş aile ve sanayi devrimiyle birlikte çekirdek aile hâline gelmişlerdir, günümüzde ise apartlarda, küçük dairelerde yaşam yaygınlaşmaya başlamıştır. Postmodern dönemde bireyselciliğin artışı ile tüm sınırlar ortadan kalkmış ve dijital kimliklere sahip insanların “sosyalleşme” adı altında bir araya geldiği dijital alanlar meydana gelmiştir (Akın vd., 2013). Unutulmamalıdır ki insan, yalnızlaşan; fakat yalnız kalamayan bir canlıdır; bu durumda sosyal paylaşım mecralarına günlük yaşamda ayrılan zamanda artışı göz önüne sermektedir (Çam ve İsbulan, 2012). Yalnız yaşam ile ortaya çıkan sosyalleşme ihtiyacı bireyde; sanal ortamlarda dijital araçlara bağımlılık meydana getirir. Temelde bağımlılık ikiye ayrılmaktadır (madde ve davranış bağımlılığı). Davranışsal bağımlılıkta kendi içinde araçsal ve eylemsel olarak ikiye ayrılır. Eylemsel bağımlılıkta bir davranışı gerçekleştirmek bağımlılık sebebi iken araçsal bağımlılıkta kullanılan araç veya bulunulan ortamla ilişkili bir bağımlılık söz konusudur (Tutgun Ünal ve Deniz, 2016; Bardakçı ve Aslan, 2021). Davranışsal bağımlılığın çeşitleri: yeme-içme, alışveriş, televizyon, oyun, bilgisayar, internet, porno, kumar, dijital araç-gereçleri kullanma, sanal ortamlarda bulunma gibi bağımlılık türleridir. Griffiths’ (1999) günümüzde hızla yayılmakta olan ve bağımlılığın temel özelliklerini içerisinde barındıran dijital bağımlılığın belirtilerini ve gelişimini altı madde ile açıklamıştır: (a) dikkat çekme, bağımlılık bireyin hayatında dikkat çekmeye başlar ve bağımlılığın hislere (bağımlı olunan maddeye özlem

duyma), düşünceye (kognitif problemler) ve davranışlara (sosyal yaşamda problemler) etkileri görülmeye başlanır; (b) duygu değişikliği, bireyler farklı ve çoklu duygular hissettiklerini belirtebilirler; (c) tolerans, bağımlı birey bağımlılığına daha fazla zaman ayırır ve müsamaha (tolerans) geliştirmeye başlar; (d) geri çekilme belirtileri, bağımlı bireylerde bağımlılık durumu istenmeyen duygular meydana getirdiği için bu davranışı birden bire azaltma ya da tamamen bitirme davranışları oluşur; (e) çatışma, bireyin kişiliği veya günlük aktiviteleri ile bağımlılığı arasında içsel veya dışsal çatışmalar yaşamaya başlar; (f) tekrarlama, birey bağımlılık davranışını sürekli tekrarlamaktadır (Bardakçı ve Aslan, 2021; Griffiths, 1999; Seki ve Kurnaz, 2022). Dijital bağımlılık, psikolojik iyilik durumunu olumsuz etkileyen kronik bir problemdir. Cham ve ark. (2019) yaptıkları çalışmada dijital bağımlılığın; ailevi problemlere (evi ihmal, çocukları ve eşi ihmal, evde uyuşmazlık ve ilişki problemleri vb.), iş veya okul performansına (akademik başarısızlık durumu, okuldan kaçma, işi savsaklama, iş veya okul arkadaşlıkları ile ilişkilerin bozulması vb.), özel yaşama (sanal saplantılara ve bireylerin toplumdaki kişisel profillerinde değişimler vb.), yeme bozukluklarına (düzensiz yeme ve öğün atlama, aile ile veya toplu yemek yeme davranışlarından kaçınma vb.), duygu-duruma (yetersizlik duygusu, saldırganlık, aşırı agrezyon, saldırganlık vb.), düşüncelere (konsantrasyon düşüklüğü, kafa karışıklığı vb.) ve sosyal ilişkilere (sosyal ilişkilerde ihmal, yakın arkadaşlıkların bozulması, yüz yüze iletişim becerilerinin azalması vb.) olumsuz etkilerinin olduğunu belirtmişlerdir (Seki ve Kurnaz, 2022; Chan vd., 2019). Düşük yaşam doyumu, ebeveynlerin dijital bağımlılığı, ekonomik gelir düşüklüğü gibi etkenler dijital bağımlılığın önemli sebeplerindendir (Cheng ve Li, 2014; Hazar, 2019). We Are Social (2022) Türkiye raporuna göre 85,3 milyon olan Türkiye'nin nüfusunun (yaş ortalaması:32,2) 69,95 milyonu internet kullanmaktaydı ve 2 saat 59 dakika sosyal medya ile ilgiliydi. Türkiye'de sosyal medyayı kullanımının ilk nedeni arkadaşları ve aileleriyle bağlantıda kalmak iken İkinci neden ise haberleri okumaktı. Whatsapp (%93,2) en çok tercih edilen platform olarak görünse de favori sosyal medya uygulaması platformunun kullanımını 13 yaş ve üstü kişilerle sınırlandıran Facebook (%78,1) ve Facebook Messenger (%54,3)'di. Instagram tek başına Facebook' tan daha sık kullanılmasına rağmen Facebook Messenger ve Facebook çok daha fazla kişiye ulaşmıştır. Yurdumuzda Facebook'ta zaman geçirme süresi aylık 12,6 saattir. Facebook 2022 başında 34,4 milyon kullanıcıya sahipken reklam kitlesinin yüzde 34,4'ü kadın, yüzde 65,6'sı erkekti (We Are Social 2022 Türkiye Sosyal Medya Kullanımı Verileri, 2022).

Bu çalışmadaki amaç ön lisans eğitimi alan üniversite öğrencilerinin Facebook bağımlılığını ilişkili değişkenler açısından incelemek ve Facebook bağımlılık düzeylerini belirlemektir. Benzer çalışmalar daha çok lisans öğrencilerinde çalışılmış fakat ön lisans öğrencilerinde benzer çok fazla çalışma yapılmamıştır. Bu amaçla bir devlet üniversitesi sağlık

hizmetleri meslek yüksekokulu'nda (MYO) eğitimlerini sürdüren öğrencilerde bu çalışmanın yapılması planlanmıştır.

## 1. MATERYAL VE YÖNTEMLER

Bu araştırma tanımlayıcı ve analitik bir araştırmadır. Araştırmanın evrenini Nisan-Mayıs 2018 tarihleri arasında bir devlet üniversitesi sağlık hizmetleri myo'da yer alan 72 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise çalışmaya katılmayı kabul eden ve ilgili devlet üniversitesi sağlık hizmetleri myo öğrencisi olan toplam 56 öğrenci dâhil oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı olarak üniversite öğrencilerinin sosyo- demografik özelliklerine ilişkin 12 sorudan oluşan tanımlayıcı bilgi formu ile 18 madde ve 6 boyuttan oluşan "Facebook Bağımlılığı Ölçeği (FAÖ)" kullanılacaktır. Facebook Bağımlılığı Ölçeği (FAÖ) 18 maddeden oluşan, 5'li Likert tipi (1: Çok nadir ve 5: Çok sık) derecelendirmeye sahiptir. Ölçek her birinde 3 madde olan 6 alt gruptan (Aşırı Kullanım, Sınır Koyamama, Duygudurum Değişikliği İçin Kullanım, Nüks Etme, Bırakamama, Hayatın Akışını Etkileme) oluşmaktadır. Orijinal çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek olası puanlar 18 ile 90 arasında değişmekte ve yükselen puanlar problemlili Facebook kullanımına işaret etmektedir. FAÖ'nün Türkçe'ye uyarlanması Türkyılmaz (2015) tarafından yapılmıştır. Türkçe formunun Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.93 olarak ifade edilmiştir (Türkyılmaz M, 2015).

Kişisel Bilgi Formu; araştırmacılar tarafından hazırlanan form, araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, bölüm, Facebook'taki arkadaş sayısı, günlük hayattaki arkadaş sayısı, ne kadar süre Facebook'ta zaman geçirdikleri gibi bilgilerin toplanması amacıyla kullanılacaktır.

IBM-SPSS 22.0 programı kullanılarak istatistiksel analiz gerçekleştirildi. Normal dağılım Kolmogorov-Smirnov ve görsel yöntemlerle (histogram ve olasılık grafikleri) analiz edildi. Tanımlayıcı istatistikler kullanılarak normal dağılıma uyan veriler ortalama ve standart sapma ve normal dağılıma uymayan veriler ortanca ve çeyreklikler (IQR, %25-75) şeklinde hesaplandı. Nitel değişkenler ise frekans ve yüzde değeri kullanılarak gösterildi. Facebook bağımlılık ölçeği total puanı ile yaş, Facebook kullanım yılı ve günlük ortalama kullanım saati arasındaki ilişki Spearman Testi ile analiz edildi ve tip 1 hata düzeyi % 5 ise istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

Bu çalışma için Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 27.02.2018 tarih ve 25 numaralı etik izin alınmış ve bu çalışmanın yapılabilmesi için Helsinki Bildirgesi kurallarına uyulmuştur. Çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Bu makalenin içeriği ile ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması olmadığını ve çalışma sırasında herhangi bir mali destek alınmadığını beyan ederiz.

## 2.BULGULAR

Çalışmaya yaş aralığı on sekiz ile yirmi yedi yaş aralığında olan toplam 56 öğrenci (29 Kadın, 27 Erkek) dahil edilmiştir. Tablo 1 öğrencilerin temel demografik özelliklerini göstermektedir.

**Tablo 1. Demografik Bilgiler**

	N(%)/Median (IQR)
Cinsiyet	
Kız	29 (%51,8)
Erkek	27 (%48,2)
Yaş (Yıl)	20 (19-21)
Yaş Ortalaması n(%)	
18-21	48 (%85,7)
22-24	6 (%10,7)
25 ve üzeri	2 (%3,6)

Katılımcıların Facebook ve diğer sosyal medya kullanımına ilişkin bilgiler tablo 2 de gösterilmektedir. Katılımcıların %76,8'i Facebook kullandığını, kullananların %76,8'si kendi adına ait Facebook hesabı ile kullandığını, %44,6'sı beş yıldan fazla bir süredir Facebook kullandığını,% 64,3'sü günde bir saatten az Facebook'ta vakit geçirdiği belirtti. Facebook'ta 500 den fazla arkadaşı olan katılımcıların oranı %41,1 iken, Facebook'a cep telefonu ile bağlananların oranı %48,2 idi. Annesi Facebook kullananların oranı %25 iken babası Facebook kullananların oranı %42,9, kardeşi Facebook kullananların oranı %39,3 olarak belirlenmiştir. Facebook dışı uygulama kullananlar %94,6 idi ve Twitter, Instagram, Periscope gibi uygulamalar kullanılıyorken, LinkedIn, Myspace gibi uygulamaların kullanımı tercih edilmemekteydi.

**Tablo 2. Katılımcıların Facebook ve Diğer Sosyal Medya Uygulamaları Kullanımına İlişkin Bilgiler**

	N	(%)
Facebook kullanımı (%)		
Evet (n)	43	(%76,8)
Hayır (n)	13	(%23,2)
Facebook hesabınızda kendi isminizi mi kullanıyorsunuz?		
Evet (n)	43	(%76,8)
Hayır (n)	13	(%23,2)
Kaç yıldır Facebook kullanıyorsunuz? (%)		
1 yıldan az (n)	3	(%5,4)
1-2 yıl (n)	3	(%5,4)
3-4 yıl (n)	12	(%21,4)
5 ve üzeri (n)	25	(%44,6)
Facebook kullanmayan (n)	13	(%23,2)
Günde ortalama kaç saatinizi Facebook'ta geçiriyorsunuz? (%)		
1 saatten az (n)	36	(%64,3)
1 saat (n)	1	(%1,8)
2 saat (n)	6	(%10,7)
Facebook kullanmayan (n)	13	(%23,2)
Facebook Hesabınızda kaç arkadaşınız var? (%)		
1-500 (n)	23	(%41,1)
501-1000 (n)	16	(%28,6)
1001-1500 (n)	2	(%3,6)
1501-2000 (n)	1	(%1,8)
3501-4000 (n)	1	(%1,8)
Facebook kullanmayan (n)	13	(%23,2)
Facebook'a nasıl bağlanıyorsunuz?		
Cep telefonu (n)	27	(%48,2)
Bilgisayar (n)	3	(%5,4)
Her İkisinde (n)	16	(%28,6)
Facebook kullanmayan (n)	10	(%17,9)
Anne Facebook kullanıyor (n)	14	(%25)
Anne Facebook kullanmıyor (n)	42	(%75)
Baba Facebook kullanıyor (n)	24	(%42,9)
Baba Facebook kullanmıyor (n)	32	(%57,1)
Kardeş Facebook kullanıyor (n)	22	(%39,3)
Kardeş Facebook kullanmıyor (n)	34	(%60,7)
Eş Facebook kullanıyor (n)	2	(%3,6)
Eş Facebook kullanmıyor (n)	54	(%96,4)
Evde benden başka Facebook kullanan yok (n)	4	(%7,1)
Evde benden başka Facebook kullanan var (n)	52	(%92,9)
Facebook'tan başka sosyal medya uygulaması kullanıyorum (n)	53	(%94,6)
Facebook'tan başka sosyal medya uygulaması kullanmıyorum (n)	3	(%5,4)
Twitter kullanıyorum (n)	20	(%35,7)
Twitter kullanmıyorum (n)	36	(%64,3)
Instagram kullanıyorum (n)	48	(%85,7)
Instagram kullanmıyorum (n)	8	(%14,3)
LinkedIn kullanıyorum (n)	0	
LinkedIn kullanmıyorum (n)	56	(%100)
Myspace kullanıyorum (n)	0	
Myspace kullanmıyorum (n)	56	(%100)
Periscope kullanıyorum (n)	2	(%3,6)
Periscope kullanmıyorum (n)	54	(%96,4)
Youtube kullanıyorum (n)	23	(%41,1)
Youtube kullanmıyorum (n)	33	(%58,9)

Tablo 3'te katılımcıların Facebook Bağımlık Ölçeğine ait soruları yanıtlama yüzdeleri gösterilmiştir. Öğrencilerin 21'i (%37,5) Facebook kullanımını planlamaya veya Facebook'u düşünmeye çok zaman harcamadığını söylerken yarısından (%37,5) fazlası da daha fazla zaman ayırmak hiç aklına gelmemiştir. Yine öğrencilerin yarısından fazlası planladığından daha fazla zaman harcadığını düşünmezken (%62,5) yine yarısından fazlası (%55,4) harcadığı zamanı arttırmayı da düşünmediğini söylediler. Yine çoğu Facebook'u olumsuzluk durumlarını unutmak için kullanmadıklarını belirtti. Yine çoğu fazla kullanım ile dış uyarıları dinleyip (%64,3) bırakma deneyimi yaşamadıklarını (%83,9) belirtmişti. Yine yarısından çoğu farklı sorularda Facebook'un sosyal durumlarını, ödevlerini, işlerini ve rekreasyonel aktivitelerini etkilemediğini belirtti. Yine yarısından çoğu erişim kısıtlamaları ve yasaklamalarından ise çok etkilemediğini vurguladılar.

**Tablo 3. Katılımcıların Facebook Bağımlık Ölçeğine Ait Soruları Yanıtlama Yüzdeleri**

		N	%
1	Facebook kullanımını planlamaya veya Facebook'u düşünmeye çok zaman harcadım. hiç katılmıyorum katılmıyorum kararsızım katılıyorum tamamen katılıyorum Facebook kullanmıyorum	21 12 4 5 1 13	(%37,5) (%21,4) (%7,1) (%8,9) (%1,8) (%23,2)
2	Facebook kullanımı için nasıl daha fazla zaman ayırabileceğimi düşündüm. hiç katılmıyorum katılmıyorum kararsızım katılıyorum Facebook kullanmıyorum	30 9 2 2 13	(%53,6) (%16,1) (%3,6) (%3,6) (%23,2)
3	Son zamanlarda Facebook'ta neler olup bittiği (arkadaşlarımın paylaşımları, fotoğrafları...) hakkında daha fazla düşündüm. hiç katılmıyorum katılmıyorum kararsızım katılıyorum tamamen katılıyorum Facebook kullanmıyorum	0 23 15 2 3 13	(%0) (%41,1) (%26,8) (%3,6) (%5,4) (%23,2)
4	Facebook kullanımı için harcamayı planladığım süreden daha fazla zaman harcadım. hiç katılmıyorum katılmıyorum kararsızım katılıyorum tamamen katılıyorum Facebook kullanmıyorum	27 8 4 3 1 13	(%48,2) (%14,3) (%7,1) (%5,4) (%1,8) (%23,2)
5	Facebook kullanım süresini her geçen gün artırmak için bir istek hissettim. hiç katılmıyorum	31	(%55,4)



	katılmıyorum	8	(%14,3)
	kararsızım	3	(%5,4)
	tamamen katılıyorum	1	(%1,8)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
6	Facebook kullanımından aynı hazzı almak için Facebook'u her geçen gün daha fazla kullanmam gerektiğini hissettim.		
	katılmıyorum	8	(%14,3)
	kararsızım	3	(%5,4)
	katılıyorum	1	(%1,8)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
	hiç katılmıyorum	31	(%55,4)
7	Facebook'u kişisel sorunlarımı unutmak için kullandım.		
	hiç katılmıyorum	19	(%33,9)
	katılmıyorum	11	(%19,6)
	kararsızım	9	(%16,1)
	katılıyorum	4	(%7,1)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
8	Facebook'u yoksunluk, depresyon, endişe ve suçluluk duygularını azaltmak için kullandım.		
	hiç katılmıyorum	26	(%46,4)
	katılmıyorum	8	(%14,3)
	kararsızım	6	(%10,7)
	katılıyorum	2	(%3,6)
	tamamen katılıyorum	1	(%1,8)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
9	Huzursuzluk hissini azaltmak için Facebook'u kullandım.		
	hiç katılmıyorum	25	(%44,6)
	katılmıyorum	8	(%14,3)
	kararsızım	5	(%8,9)
	katılıyorum	5	(%8,9)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
10	Başkalarının Facebook kullanımını azaltmam gerektiğini söylemelerine rağmen onlara kulak asmadım		
	hiç katılmıyorum	27	(%48,2)
	katılmıyorum	9	(%16,1)
	kararsızım	3	(%5,4)
	katılıyorum	1	(%1,8)
	tamamen katılıyorum	3	(%5,4)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
11	Facebook kullanımını bırakmayı denememe rağmen başarısız oldum.		
	hiç katılmıyorum	36	(%64,3)
	katılmıyorum	11	(%19,6)
	kararsızım	4	(%7,1)
	katılıyorum	2	(%3,6)
	Facebook kullanmıyorum	3	(%5,4)
12	Facebook'u daha az kullanmak kararı almama rağmen gerçekleştiremedim.		
	hiç katılmıyorum	38	(%67,9)
	katılmıyorum	10	(%17,9)
	kararsızım	5	(%8,9)

	katılıyorum	0	(%0)
	Facebook kullanmıyorum	3	(%5,4)
13	Facebook kullanımım yasaklandığında huzursuz oldum.		
	Hiç katılmıyorum	21	(%37,5)
	Katılmıyorum	9	(%16,1)
	Kararsızım	8	(%14,3)
	Katılıyorum	5	(%8,9)
	Tamamen katılıyorum	0	(%0)
14	Facebook kullanımım yasaklandığında asabileştim.		
	hiç katılmıyorum	28	(%50,0)
	katılmıyorum	7	(%12,5)
	kararsızım	6	(%10,7)
	katılıyorum	2	(%3,6)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
15	Çeşitli nedenlerle Facebook'a giremediğimde kendimi kötü hissettim.		
	Hiç katılmıyorum	28	(%50,0)
	Katılmıyorum	8	(%14,3)
	Kararsızım	4	(%7,1)
	Katılıyorum	3	(%5,4)
	Tamamen katılıyorum	13	(%23,2)
16	Facebook'u aşırı kullanmam işimi, ödevlerimi ve çalışmalarımı olumsuz etkiledi.		
	hiç katılmıyorum	20	(%35,7)
	katılmıyorum	12	(%21,4)
	kararsızım	6	(%10,7)
	katılıyorum	1	(%1,8)
	tamamen katılıyorum	4	(%7,1)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)
17	Facebook yüzünden hobilerime, spora ve diğer boş zaman etkinliklerine daha az öncelik verdim.		
	hiç katılmıyorum	22	(%39,3)
	katılmıyorum	13	(%23,2)
	katılmıyorum	5	(%8,9)
	kararsızım	3	(%5,4)
	tamamen katılıyorum	13	(%23,2)
	Facebook kullanmıyorum		
18	Facebook yüzünden arkadaşlarımı, ailemi ve onların tekliflerini reddettim.		
	hiç katılmıyorum	33	(%58,9)
	katılmıyorum	8	(%14,3)
	kararsızım	1	(%1,8)
	katılıyorum	1	(%1,8)
	Facebook kullanmıyorum	13	(%23,2)

Katılımcıların Facebook bağımlılık ölçeği total puanları ve alt boyutlarının puanları tablo 4 'te gösterildi. Alt boyutların median puanları sırasıyla; Facebook aşırı kullanımı 7 (6-9,75), Facebook sınır koyamama 6 (5-8,75), Facebook duygudurum değişikliği 6 (5-8,75), Facebook nüksetme 5,5 (4-7,75), Facebook bırakmama 5 (4-6,75), Facebook hayatı engelleme 4

(3-6) idi. Katılımcıların Facebook bağımlılık ölçeği total puanı ise 34 ( 27,25-50,25) şeklinde idi.

**Tablo 4. Katılımcıların Facebook Bağımlılık Ölçeği Total Puanı ve Alt Boyut Puanları**

Anket Alt Boyutları	Median (IQR)
Facebook aşırı kullanım	7 (6-9,75)
Facebook sınır koyamama	6 (5-8,75)
Facebook duygu değişikliği	6 (5-8,75)
Facebook nüksetme	5,5 (4-7,75)
Facebook bırakmama	5 (4-6,75)
Facebook hayatı engelleme	4 (3-6)
Facebook bağımlılık ölçeği total	34 ( 27,25-50,25)

Facebook bağımlılığı ile yaş, cinsiyet, kullanım yılı, kullanım ortalama saati arasındaki ilişki tablo 5'te gösterildi. Facebook ölçeği total puanları sadece Facebook Kullanım yılı (r: 0,576, p<0,001) ve Facebook günlük ortalama Kullanım (r: 0,815, p<001) saati ile anlamlı olarak ilişkili bulundu (p<0,05).

**Tablo 5. Facebook Bağımlılığının Yaş, Kullanım Yılı, Kullanım Saati İle İlişkisi**

	r	p
Yaş(yıl)	-0,096	0,483
Cinsiyet	-0,226	0,094
Kullanım yılı	0,576	<0,001*
Kullanım ortalama saati	0,815	<0,001*

Spearman test, \*p<0,01

### 3.TARTIŞMA

Çalışmaya dâhil edilen katılımcıların büyük çoğunluğu kendi isimleri ile Facebook kullanırken % 64,3'sı (n=36) ise günde bir saatten az Facebook'ta vakit geçirdiği belirtti; yarısından fazlası Facebook'a zaman ayırmayı düşünmediklerini, Facebook'ta neler olduğu ile fazla ilgi olmadıklarını, Facebook'un kendilerinde bağımlılık yapmadığını ve olumsuz durumlardan sıyrılmak için Facebook kullanmadıklarını, Facebook'un sosyal ve iş-okul yaşamını fazla etkilemediğini belirtmişlerdir.

Bu çalışmada öğrencilerin Facebook bağımlılık düzeyi puanı 34, hayatı engelleme alt başlık puanı ise 4 bulunmuştur ve bu puan bağımlılığın fazla olmadığını ve buna bağlı olarak öğrencilerin derslerini ve işlerini bu bağımlılık yüzünden ertelediğini göstermiştir. Yurdakoş ve Biçer'in (2019) sağlık yönetimi öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada, internet bağımlılığı ile akademik erteleme arasında, Akdemir'in (2013) öğrencilerle yaptığı Facebook tutumları ile akademik erteleme eğilimleri çalışmasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Yurdakoş ve Biçer, 2019; Akdemir, 2013). Atamtürk'ün (2020) yaptığı çalışmanın sonuçları da bu sonucu

desteklemekteydi (Atamtürk vd., 2020). Literatüre göre öğrencilerde Facebook bağımlılığı puanları yükseldikçe, okuldaki akademik erteleme davranışı puanlarının da yükseldiği anlaşılmaktadır.

Araştırmanın sonuçlarına göre ön lisans öğrencilerinin Facebook bağımlılık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında bir ilişki saptanmamıştır. Bu alandaki sonuçlar çeşitlilik göstermektedir. Bu durumu teknolojiye olan ilgi ile bağdaştıran Taştan (2020) ile Yurdakoş ve Biçer'in çalışmasında erkeklerde daha fazla bağımlılık olduğu belirtilmiştir. Fakat çalışmamız ile benzer biçimde Şendoğan'ın (2020), Arıkan'ın (2016), Ekşi ve Dilmaç'ın (2010) ve Çakıcı'nın (2003) yaptığı çalışmalarda da cinsiyete göre anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir.

Yılmazsoy ve Kahraman'ın (2017) ve Günüş'ün (2009) yaptıkları çalışmalarda günlük internet kullanım süreleri ile internet bağımlılığı ortalamaları arasında anlamlı ilişki bulmuşlardır (Yılmazsoy ve Kahraman, 2017; Günüş, 2009). Yapılan bu çalışmada da Facebook bağımlılık puan ortalamaları ile internette geçirilen süre arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Greenfield (2011), keyif verici davranışların bağımlılık yapıcı özelliklerinin olduğunu, internetin ve dijital teknolojilerin keyif verici özellikleri bulunduğunu ve bu nedenle keyif verici duygu durum değişiminin daha sonraki kullanım ihtimalini artırdığını vurgulamaktadır (Greenfield, 2011). Bu bilgiden yola çıkarak, internet kullanımının keyif verici özelliği puan ortalamalarındaki artışın gerekçesi olarak açıklanabilir.

Araştırma sonucunda, ön lisans öğrencilerinin sosyal medyaya az bağımlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, çalışmanın gerçekleştiği zaman dilimi için çok tehlikeli bir bağımlılık sorununu ortaya koymamaktadır. Ancak literatür bilgilerinde günümüzde sosyal medya kullanımının ve çeşitliliğinin geçmiş yıllara göre giderek artması, araştırmamızdan elden edilen kullanım süresi ile kullanılan sosyal medya uygulama sayısının arttıkça gençlerin bağımlılık seviyesinin yükselmesi gibi sonuçlardan da görüldüğü gibi, sosyal medya bağımlılığının belirli aralıklarla izlenmesi gerektiğini görülmektedir (Tutgun-Ünal ve Deniz, 2016).

Katılımcıların sosyal medya bağımlılık seviyelerinin alt faktörler bakımından araştırılması neticesinde, düşük-orta seviyede bağımlılık düzeylerine sahip oldukları; buna karşın hayatı engelleme faktörü bakımından ise düşük düzeyde bağımlılığa sahip oldukları sonucu elde edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların sosyal medya ortamlarında bağımlılık duygusunu çok fazla yaşamadıkları, bu nedenle sosyal medya kullanımları sırasında ve sonrasında bağımlılıktan kaynaklanan olumsuz durumları yaşamayacak olmaları pozitif bir durum olarak değerlendirilebilir.

## SONUÇ

Araştırma sonucunda, katılımcıların Facebook bağımlılık oranları literatürdeki diğer çalışma sonuçlarıyla kıyaslandığında görece daha az bağımlı oldukları bulunmuştur. Aşırı kullanımın görülmediği, öğrencilerin sınır koyabildikleri, duygu-durum bozukluklarında Facebook'a başvurmadıkları ve günlük yaşamlarını çok etkilemediği saptanmıştır. Bu sonuç, literatürdeki diğer çalışma sonuçlarıyla kıyaslandığında görece daha az bağımlı olmasına rağmen literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarının yanı sıra araştırma sonuçlarından da görüldüğü gibi kullanım süresi, kullanılan sosyal medya uygulama sayısı arttıkça gençlerin bağımlılık seviyesinin yükselmesi, belirli aralıklarla sosyal medya bağımlılığının izlenmesi gerektiğini göstermektedir.

Çalışmanın alana katkıları yanında bazı sınırlılıkları vardır. Bu çalışma, bir devlet üniversitesi sağlık hizmetleri myo öğrencilerinden seçilen örnekleme sınırlı olduğundan, üniversite öğrencileri evrenini temsil etmesi bakımından daha kapsamlı örneklemlerle desteklenmeye ihtiyaç vardır. Meslek yüksekokullarında sadece 2 sınıf olduğu için sınıflar arası farklılıklar incelenememiştir. İnternet kullanım sebepleri de (bilgi almak, iletişim vb.) araştırılabilirdi (Katayıfçı vd., 2022). Ayrıca, Facebook kullanımını daha iyi anlayabilmek adına boylamsal araştırmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Çalışmadaki veriler öz-bildirimsel ölçme araçları ile elde edildiğinden katılımcıların verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Bu nedenle ortaya çıkan sınırlılıkları azaltmak ve daha derinlemesine bilgiler elde etmek için nitel veri toplama tekniklerinin kullanıldığı araştırma tasarımlarının da aydınlatıcı olabileceği düşünülmektedir. Araştırmacılara öneriler konusunda da, cinsiyete, öğrencinin yaşadığı bölgeye, sosyo-ekonomik durumuna, göre, gelir seviyesine göre Facebook kullanım amaçları konulu çalışma yapılması önerilebilir.

Sonuç olarak, literatür bilgilerinden de görüleceği üzere son yıllarda sosyal medya kullanımı hızla artmaktadır. Yapılacak yeni araştırmalar ile özellikle gençlerin sosyal medya bağımlılığının takip edilmesine ihtiyaç vardır. Sosyal medya kullanımında, ilgili kuramlar doğrultusunda bireylerin yaşadığı psikolojik süreçler, sosyal medya kullanım amaçları ile yapılan bu tür araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde, bağımlılık sorununun aşılabilmesi ve tehlikeli boyutlara ulaşmasının önlenmesi mümkün olacaktır.

## Yazar Katkıları

MB, İY, AA araştırma tasarımı; MB, İY, AA veri toplama; MB, İY, AA veri analizi; MB, İY, AA makale yazımına katkı sunmuştur.

## Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını bildirmişlerdir.

## KAYNAKLAR

Akdemir, NT. (2013). *İlköğretim Öğrencilerinin Facebook Tutumları İle Akademik Erteleme Davranışları Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Akin, A. Demirci, İ, Akin, U, Ocakci, H, Akdeniz, C, Akbas, ZS. (2013). Turkish Version Of The Facebook Addiction Scale. *In 13th European Congress of Psychology (ECP 2013)* 9-12.

Arıkan, E. (2016). *Öğretmen Adaylarının Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri İle Akademik Erteleme Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Atamtürk, E, Çalık, Var, E, Gökler, R. (2020). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları ve Akademik Erteleme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*, 1(1) , 1-20.

Bardakçı, S, Arslan, A. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(230), 899-922.

Cham, S, Algashami, A, Aldhayan, M., McAlaney, J, Phalp, K, Almourad, M, B, Ali, R. (2019). Digital Addiction: Negative Life Experiences And Potential For Technology-Assisted Solutions. *In World Conference on Information Systems and Technologies. Springer*, 921-931.

Cheng, C, Li, AYL. (2014). Internet Addiction Prevalence And Quality Of (Real) Life: A Meta-Analysis Of 31 Nations Across Seven World Regions. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 17(12), 755-760.

Çakıcı, DÇ. (2003). *Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Genel Erteleme ve Akademik Erteleme Davranışının İncelenmesi*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimin Psikolojik Temelleri Ana Bilim Dalı, Ankara.

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

Duman, F. (2017). Importance of anatomy education in physical therapy and rehabilitation in Turkey: A qualitative study. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 4(4), 64-71.

Ekşi, H, Dilmaç, B. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Genel Erteleme, Karar Vermeyi Erteleme Ve Akademik Erteleme Düzeylerinin Sürekli Kaygı Açısından İncelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23 (2) , 433-450.

Hazar, Z. (2019). An Analysis Of The Relationship Between Digital Game Playing Motivation And Digital Game Addiction Among Children. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 31-38.

Greenfield, D. (2011). The addictive properties of internet usage. internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment. ed. Kimberly S. Young, Cristiano Nabuco De Abreu. *John Wiley & Sons*, 135-153

- Griffiths, M. (1999). Internet Addiction: Fact Or Fiction? *The psychologist*. 12(5), 246–250.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi Ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretimi Bilim Dalı, Van.
- İşık, U, Topbaş, H. (2015). Facebook ve Bağımlılık: Medya Bağımlılığı Araştırması. *International Journal of Social Science*, 38, 319-336.
- Katayıfçı, N, Hüzmeli, İ, Dikmen, N, Yucekaya, B. (2022). Assessment Of Asthma And Chronic Obstructive Pulmonary Disease Awareness İn University Students. *The Medical Journal of Mustafa Kemal University*, 13(46), 196-202.
- Seki, T. Kurnaz, MF. (2022). Bireylerin Dijital Bağımlılıkları İle Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Bir Meta-Analiz Çalışması. *Educational Academic Research*, (45), 24-34.
- Singh, AK, Singh, PK. (2019). Digital Addiction: A Conceptual Overview. *Library Philosophy and Practice (e-journal)*, 3538.
- Şendoğan, S. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme ve Akılcı Olmayan İnançlar*. Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Ankara.
- Taştan, S. (2020). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Ve Nomofobi Düzeylerinin İncelenmesi. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Isparta.
- Tutgun-Ünal, A. Deniz, L. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının İncelenmesi. *Route Educational and Social Science Journal*, 3(2), 155-181.
- Türkyılmaz, M. Facebook Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeleştirilmesi ve Facebook Bağımlılığının Okuma Becerisine Etkisi. *The Journal of Academic Social Science Studies*. 2015; (36):365-280.
- We Are Social, Türkiye Sosyal Medya Kullanımı Verileri, <https://recrodigital.com/we-are-social-2022-turkiye-sosyal-medya-kullanimi-verileri/>, 01.11.2022.
- Yılmazsoy, B, Kahraman, M. (2017). Uzaktan Eğitim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Açık Öğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 9-29.
- Yurdakoş, K, Biçer, E. (2019). İnternet Bağımlılık Düzeyinin Akademik Ertelemeye Etkisi: Sağlık Yönetimi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (1) , 243-278.