

Ergenlerde Öz-Kontrol ve Sosyotelizm Arasındaki İlişki: Sosyal Medya Bağımlılığının Aracı Rolü*

Dilara Vuslat Erdem**¹ ve Zeynep Şimşir Gökalp²

Öz

Bu araştırmanın amacı ergenlerde öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm arasındaki ilişkileri incelemektir. Ayrıca öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının rolünü içeren aracı modeli test etmektir. Bu araştırmanın bağımsız değişkeni öz-kontrol, bağımlı değişkeni sosyotelizm ve aracı değişkeni sosyal medya bağımlılığıdır. Araştırma 2021-2022 yılları arasında Mersin ve Konya'daki ortaokul ve liselerde öğrenim gören 12-18 yaş arası 623 [320 (%51.4) kız, 303 (%48.6) erkek] ergenin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veriler korelasyon analizi ve aracılık testi ile analiz edilmiştir. Dolaylı etkinin anlamlılığını test etmek için bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öz-kontrol ile sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunurken, sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Gerçekleştirilen aracılık testi sonucunda öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığı kısmi aracı role sahip olduğu bulunmuştur. Başka bir ifadeyle öz-kontrol hem doğrudan hem de sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla sosyotelizmi yordamaktadır. Bulgular, ilgili literatür kapsamında tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler

Öz-kontrol
Sosyotelizm
Sosyal medya bağımlılığı
Ergenlik

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi
09 Kasım 2023
Kabul Tarihi
20 Mayıs 2024
Makale Türü
Araştırma Makalesi

The Relationship Between Self-Control and Phubbing in Adolescents: The Mediating Role of Social Media Addiction *

Abstract

The objective of this research was to examine the interrelationships among self-control, social media addiction, and phubbing in adolescents. Furthermore, the study aimed to test a mediating model that analyzed the role of social media addiction in the relationship between self-control and phubbing. The independent variable of this study is self-control, the dependent variable is phubbing and the mediator variable is social media addiction. The sample of the research consisted of 623 adolescents between the ages of 12-18 who were enrolled in secondary and high schools in Mersin and Konya. The sample was divided into 320 girls (51.4%) and 303 boys (48.6%). The data was analyzed through correlation and mediation tests, and the significance of the indirect effect was determined through the use of the bootstrapping method. The results of the study showed that there is a negative and statistically significant relationship among self-control and both phubbing and social media addiction. On the contrary, a significant and positive relationship was detected between phubbing and social media addiction. The mediation test revealed that social media addiction partially mediated the relationship between self-control and phubbing. The findings are discussed within the context of the relevant literature and suggestions are presented.

Keywords

Self-control
Phubbing
Social media addiction
Puberty


Article Info


Received
November 09, 2023
Accepted
May 20, 2024
Article Type
Research Paper

Atf: Erdem, D.V. ve Şimşir Gökalp, Z. (2024). Ergenlerde öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişki: Sosyal medya bağımlılığının aracı rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 25(2), 87-100. <https://doi.org/10.12984/egcedf.1388373>

* Araştırmanın bir kısmı 22-25.06.2022 tarihinde Ege Üniversitesi tarafından düzenlenen 9. Uluslararası Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur. [A part of the research was presented as a paper at the 9th International Eurasian Educational Research Congress organized by Ege University on 22-25.06.2022.]

** Sorumlu Yazar / Corresponding Author

¹  Milli Eğitim Bakanlığı, Türkiye, psk.dan.dilaravuslaterdem@gmail.com

²  Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Türkiye, zeynep.simsir@selcuk.edu.tr



Extended Abstract

Introduction

Interest in smart phones is increasing day by day. The increasing interest in smart phones is popularizing the use of phones among individuals. Smart phones and the internet, which attract the attention of individuals of all ages, increase the time spent by adolescents and young people on social media (Aydın, 2016; Dan, Bae, Koo, Wu, & Kim, 2015). In the digital world, smart phones are seen as a means of socialization. Smart phones enable individuals to communicate more easily. The ease of communication provided by smart phones has forced individuals to use smart phones and the internet (Karaş, 2019).

Since the commonly used smart phones provide easy access to the internet, digital games and social media platforms, it causes individuals to be interested in smart phones instead of interacting face to face (Uyar, 2022). The use of social media platforms, especially by young people, is increasing day by day. This increase shows that a new communication method has developed (Aydın, 2016). When adolescents gather with their friends in their social circles, they need to deal with their mobile phones and want to check their social media accounts. The reason why individuals constantly want to check their social media accounts is that they check whether their own posts get interaction and they are curious about others' posts. Some individuals involuntarily check their smart phones and social media accounts when they are in the same environment with their friends. This situation is associated with smart phone addiction and social media addiction (Ünalın & Yıldırım, 2020). In addition to the social media addiction that has emerged with the growing use of social media platforms, it has also revealed some problems arising from constantly dealing with social media platforms. One of these problems is phubbing. (Karadağ, Tosuntaş, Erzen, Duru, Bostan, & Şahin, 2016).

Phubbing, which means that individuals are constantly dealing with their smart phones while communicating face-to-face, has a multidimensional structure. phubbing consists of smartphone addiction, social media addiction, application addiction, game addiction, internet addiction dimensions (Karadağ et al., 2015). Phubbing is a new behavior in the literature and studies on phubbing are limited. Considering the responsibilities of middle and high school students who constitute the study group of the research, it is thought that phubbing is a problematic behavior for students. It is thought that individuals who have difficulties in performing self-control behavior cannot control their smart phone use (Latifa, Mumtaz, & Subchi, 2019).

Method

The objective of this study is to examine the interrelationships between self-control, social media addiction, and phubbing in adolescents. In addition, it is to test the mediator model that includes the role of social media addiction in the relationship between self-control and phubbing. The following questions are being asked in order to reach this goal: (i) Does the level of self-control in adolescents significantly predict the level of phubbing? (ii) Does the level of self-control in adolescents significantly predict social media addiction? (iii) Does social media addiction significantly predict the level of phubbing in adolescents? (iv) Does the level of self-control in adolescents significantly predict the level of phubbing through social media addiction?

This research was conducted with the correlational research method. The sample of the study consisted of 623 adolescents aged 12-18 attending middle and high schools in Mersin and Konya. The measurement tools were shared with the working group via Whatsapp and Instagram. In addition, it was collected face-to-face by going to schools and asking the study group to fill in the measurement tools in a way that suits them. Data collection has been performed entirely by volunteers.

In order to gather the data, several assessment instruments were utilized, including the "Personal Information Form", the "Brief Self-Control Scale", the "Phubbing Scale" and the "Social Media Addiction Scale for Adolescents".

Pearson Correlation Coefficient was calculated to examine the relationship between the self-control skills, phubbing levels and social media addictions of the study group. Descriptive statistics and correlation analysis were performed using IBM SPSS 22 program. Mediation test was applied to investigate the mediating role of social media addiction in the relationship found between self-control and phubbing. Bootstrapping technique was used to test the significance of the direct and indirect effects of the proposed model. To test the effect of this mediating role, the mediation was assessed by bootstrapping technique and 5000 resampling was tested at 95% confidence interval. In order to examine the mediating role of social media addiction in the relationship between self-control and phubbing, the mediation test was conducted with The Jamovi V2.2 program.

Findings

The results of the study revealed that there was a significant negative relationship between adolescents level of self-control and social media addiction. When the literature is scrutinized, it is seen that findings similar to the research were obtained (Bheo, Lerik, & Wijaya, 2020; Ekşi, Turgut, & Sevim, 2019; Habermann, 2021; Shaw &

Black, 2008; Purba & Istiana, 2019; Ritonga & Kiram, 2018:). In the study, a negative relationship was found between adolescents self-control scores and phubbing scores. It is seen that there are results parallel to this result in the related literature (Álvarez & Moral, 2020; Benvenuti, Blachnio, Przepiorka, Daskalova, & Mazzoni, 2020; Brkljačić, Šakić, & Kaliterna-Lipovčan, 2018; Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Unlike the research findings, some studies did not find a relationship between self-control and phubbing. Isrofin & Munawaroh (2021) found that self-control did not predict phubbing behavior in the results of their research with university students. In the study, a positive relationship was found between phubbing and social media addiction in adolescents. When the related literature is analyzed, it is seen that the studies support the research findings (Büyükgebiz-Koca, 2019; Chotpitayasunondh & Douglas, 2016; David & Roberts, 2017; Karadağ et al., 2015; Krasnova, Abramova, Notter, & Baumann, 2016; Ünalın & Yıldırım, 2020). Additionally, results of the research indicated that self-control indirectly affects phubbing through social media addiction. Social media addiction levels of adolescents with low self-control levels increase. It also increases the phubbing levels of adolescents. At the same time, the social media addiction of adolescents with high self-control levels decreases, and accordingly, the phubbing levels decrease. The results are similar to the findings of various studies (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016; Fang, Wang, Wen, & Zhou, 2020; Geng, Gu, Wang, & Zhang, 2021; Isrofin & Munawaroh, 2021).

Discussion and Conclusion

The reason for finding a positive and significant correlation between phubbing and social media addiction in adolescents may be that social media platforms have an important place among the addictive elements of smartphones (Kwon et al., 2013). When the factors that cause phubbing are evaluated in the literature, it is seen that smartphone use, digital game addiction, internet addiction and social media addiction are the factors that cause phubbing (Toker & Tuncay, 2020). The development of social media platforms, which emerged with the use of the internet in computers, and their transformation into a new form with smart phones, explains the sociothelist behavior (Karadağ et al., 2015).

The self-control mechanism is an important factor for addictive behaviors. It was found that adolescents who had difficulty taking responsibility for their lives had high levels of social media addiction. It is seen that adolescents with high social media addiction experience inadequacy in self-control. It is observed that adolescents who do not take responsibility for their lives and experience inadequacy in self-control spend more time with their smart phones (Alkaya, 2020). The frequency of impulsive behaviors of adolescents and young people is a risk factor for phubbing and social media addiction. (Demirhan, 2021). Online social interaction is thought to be one of the main reasons for smartphone and social media use. According to individuals, online social interaction is safer, more comfortable and more effective than face-to-face interaction (Caplan, 2005). In addition, it has been found that using the Internet to regulate online social interaction and mood facilitates low self-control and problematic Internet use (Caplan & High, 2007). In other words, one of the symptoms of problematic internet use such as phubbing and social media addiction is thought to be the inability to control one's behavior. This situation also overlaps with the literature (Caplan & High, 2007; Shapira et al., 2003; Wu, Cheung, Ku, & Hung, 2013). In summary, in this study, it was revealed that social media addiction has a mediating role in the relationship between self-control and phubbing in adolescents. This result is in parallel with the research findings in the current literature. Low self-control increases social media addiction. Social media addiction also increases phubbing. Therefore, it supports the correlation between social media addiction, self-control and phubbing. In other words, social media addiction has a role as a mediator in the relationship between self-control and phubbing.

Giriş

Birçok araştırmacı tarafından farklı şekilde bahsedilen öz-kontrol; irade, hazzın ertelenmesi, öz-düzenleme gibi birçok kavramı içinde bulundurmaktadır (Duckworth, 2011). Öz-kontrol; bireyin çevresindeki bireyler ile sağlıklı ilişki kurabilmesi için kendisindeki duygu, düşünce ve davranış üçlüsünü yönetmesi anlamına gelmektedir (Nebioğlu, Konuk, Akbaba ve Eroğlu, 2012). Ayrıca bireyin dürtülerini engelleme ve dürtüsel davranışlardan kaçınmasına yardımcı bir mekanizmadır. Birey bu şekilde dürtüsel davranışlarını ve olumsuz duygularını kontrol edebilir hale gelir. Öz-kontrol becerisi bireyin kişiliğindeki en önemli süreçlerden biri olarak kabul edilmektedir. Öz-kontrol becerileri düşük olan kişilerin problemleri davranışlarda bulunduğu tespit edilmiştir (Sinha, 2008). Araştırma sonuçlarından yola çıkarak düşük öz-kontrolün kişinin yaşamında olumsuz sonuçlar yaratacak durumları ortaya çıkartacağı söylenebilmektedir (Sağar, 2021).

Bireylerin öz-kontrol becerisi çocukluk döneminde başlayıp ergenlik döneminde gelişmeye devam etmektedir (Bilgin, 2018). Çocuklar, ergenler ve yetişkinler aynı düzeyde öz-kontrol becerisine sahip değildir (Yücekaya, 2019). Bununla birlikte aynı dönemdeki bireyler de aynı düzeyde öz-kontrol becerisine sahip değildir. Bireylerin yüksek öz-kontrol becerisine sahip olması onları öfke kontrolü, sorumluluklarını yerine getirme, sır tutma gibi konuların üstesinden gelmekte diğerlerinden daha iyi yapmaktadır. Öz-kontrol becerisi yüksek olan bireylerin hazzı ertelemesi diğer bireylere göre daha kolaydır (Tangney, Baumeister ve Boone, 2004).

Çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresi olan ergenlik döneminde yaşanan kimlik problemleri heyecan arama, madde kullanımı, kurallara uymama gibi dürtüsel ve riskli davranışları beraberinde getirmektedir (Ektiricioğlu, Arslantaş ve Yüksel, 2018; Modecki, Uink ve Barber, 2018). Ergenlerin riskli durumlar karşısında mücadele etme yöntemleri farklıdır. Bazı bireyler riskli davranışlara karşı savunmasızken, bazı bireyler mücadele etmeye yönelmektedir. Ergenlerin karşısına çıkan zorluklarla baş etme mücadelesi öz-kontrol becerileriyle ilgilidir (Ulus, 2018). Öz-kontrol sayesinde birey düşüncelerinin, duygularının, dürtülerinin ve davranışlarının kontrolünü elinde tutmaktadır (Forgas, Baumeister ve Tice, 2009). Finkenauer, Engels ve Baumeister (2005) ergenlerin öz-kontrol becerileri arttıkça duygusal ve davranışsal sorunlarının azaldığını belirtmişlerdir. Düşük öz-kontrol becerisine sahip ergenler ise görevlerini yerine getirmekte zorluklar yaşayabilmekte, aile ve çevresiyle ilişki sorunlarıyla karşılaşabilmekte, heyecanlarına yenik düşebilmektedir (Baumeister, Vohs ve Tice, 2007).

Ergenlik dönemindeki bireyler için akranlar arası iletişim, onay ihtiyacı ve sosyal kabul önemlidir (Subrahmanyam ve Lin, 2007). Bu nedenle ergenler sosyal medya aracılığıyla akranları ile ilişkilerini geliştirebilmektedir (Sistek-Chandler, 2012). Ergenlerin duygusal sorunları, kimlik arayışı, sosyalleşme ihtiyacı teknolojiyi çekici kılmaktadır (Griffiths, 2001). Ergenler bu ihtiyaçlarını sosyal medya araçları üzerinden karşılamaktadır. İnternet ortamlarında akranlarıyla e-posta, mesajlaşma, video ve fotoğraf, sohbet odaları yoluyla iletişim kurup sosyal kabul ve onay ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler (Tsai ve Lin, 2003). Ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal medya platformlarında yaptıkları paylaşımlar nedeniyle akranları tarafından kabul görmesi onları daha fazla akıllı telefon ve sosyal medya kullanmaya yönlendirmektedir (Kaygusuz, 2013).

Ergenlik döneminin akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyotizm, sosyal medya bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı için riskli dönem olduğu ifade edilmektedir (Shaw ve Black, 2008). Bu dönemde sanal ortamda kurulan ilişkilerin gerçek yaşam deneyimlerinden uzak olduğu görülmektedir (Güney ve Taştepe, 2020). Aşırı sosyal medya kullanımı düşünce süreçlerinde bozulma, düşük özgüven, kaygının artması, benlik saygısında azalma (Arıcak, 2022) gibi sonuçlara yol açmaktadır. Aşırı sosyal medya kullanımının psikolojik sağlığı (Bilgin, 2018; Doğan ve Tosun, 2016), anksiyete ve depresyonu (Tahiroğlu vd., 2010), kişilerarası ilişkileri (Çalışır, 2015), uyku kalitesini (Woods ve Scott, 2016) olumsuz etkilediği belirtilmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı; kişinin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal süreçleri ile ortaya çıkan ve günlük hayatındaki birçok alanda duygu durum düzenleme, tekrarlama, meşguliyet ve çatışma gibi birtakım sorunlara yol açan bağımlılık türüdür (Tutgun-Ünal, 2015). Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin günlerinin önemli bir kısmını sosyal medya ortamlarında geçirerek bu ortamlarda yaşanan olaylardan anında haberdar olma arzusu ile oluşmaktadır (Griffiths, 2013; Sağar ve Özçelik, 2022). Sosyal medya bağımlılığı bireylerin sosyal medya siteleri ile aşırı ilgilenmesini ve sosyal medya platformlarına karşı güçlü bir bağ geliştirmesini içermektedir. Sosyal medya bağımlılığı tıpkı diğer davranışsal bağımlılık türleri gibi günlük yaşamda aksamaya neden olmaktadır (Sağar, 2021). Kişinin sosyal medya kullanımı sebebiyle günlük işleri engelleniyorsa (Andressan, 2015; Barker, 2009), ilişkilerinde başarısız oluyorsa (Aktan, 2018), sosyal medya hesaplarını kontrol etmediği anlarda endişeleniyorsa, akademik başarısı etkileniyorsa (Alexander, 2012; Al-Menayes, 2015), kişinin sanal ortamdaki yaşantısı gerçek ortamdaki yaşantısının önüne geçtiyse (Tutgun-Ünal, 2015) sosyal medya bağımlılık derecesine ulaşmış demektir. Sosyal medya platformlarının kullanımının artmasıyla ortaya çıkan sosyal medya bağımlılığının yanında sosyal medya platformları ile sürekli ilgilenmekten kaynaklı bazı problemleri de ortaya çıkarmıştır. Bu problemlerden biri de sosyotizmdir (Karadağ vd., 2016).

“Phubbing” sözcüğünün kökenine bakıldığında “telefon (phone)” ve “yok saymak (snubbing)” sözcüklerini birleştirilerek üretildiği görülür. Türk literatürüne sosyotizm olarak giren bu kavram kişinin, diğerleriyle iletişim

içindeyken etrafındaki bireyler yerine akıllı telefonuna odaklanması ve telefon ile ilgilenmesi anlamına gelmektedir (Karadağ ve diğerleri, 2016). Sosyotelizm, bireyin akıllı telefonlar ve sosyal ağlar üzerinden sosyalleşmesi anlamına gelmektedir. Bireylerin fiziki bir ortamdayken birlikte olduğu kişilerle değil akıllı telefon sosyal medya hesapları ile ilgilenmesidir (Ünalın ve Yıldırım, 2020). Sosyotelizm; insanların birbirleri ile etkileşim halindeyken taraflardan birinin telefonla ilgilenmek için iletişimi kesmesi, etkileşimde bulunduğu kişiyle ilgilenmemesi, konuşmaya ara vermesi, iletişim anında sürekli olarak telefonu ile ilgilenmesi anlamına gelmektedir (David ve Roberts, 2017). Sosyotelizm akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, uygulama bağımlılığı, oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı boyutlarından oluşmaktadır. Günümüzde çok yaygın olduğu düşünülmektedir (Karadağ ve diğerleri, 2015).

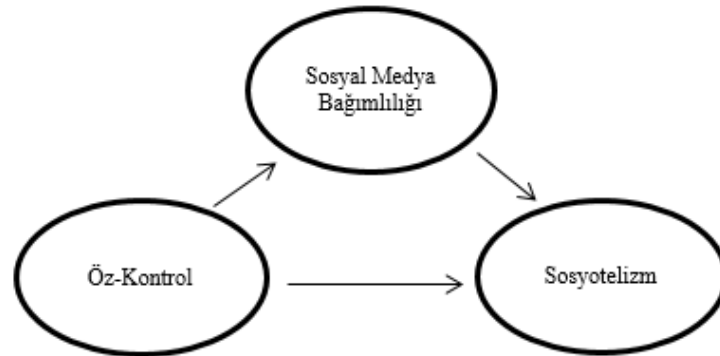
Akıllı telefonu ve sosyal medya platformları ile sosyalleşen ve gerçek yaşamın sorunlarından uzaklaşan ergenler gerçek dünya ile bağlarını koparmaktadır (Şata, Çelik, Ertürk ve Taş, 2016). Ergenlerin gerçek ortamlardan uzaklaşmalarının, gerçek ortamlar yerine sanal ortamlar tercih etmelerinin, sosyal ağlarda vakit geçirirken kendilerini kontrol edemeyecek duruma gelmelerinin ergenler üzerinde ciddi problemlere yol açacağı düşünülmektedir. Bu düşünce araştırmalar ile de desteklenmektedir (Nakamura, 2015; Vanden-Abeel, Antheunis, M. L ve Schouten, 2016; Wang, Zhao ve Lei, 2021).

Öz- kontrol, sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığını kavramlarını içeren çalışmalar incelendiğinde sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler (Al-Saggaf ve O'Donnel, 2019; Argan, Köse, Özgen ve Yalınkaya, 2019), öz-kontrol ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuş (Purba ve Istiana, 2019; Ritonga ve Kiram, 2018) ve öz-kontrolün sosyal medya bağımlılığı üzerinde kısmen etkisi olduğu tespit edilmiştir (Brevers ve Turel, 2019). Ayrıca öz-kontrol düzeyinin düşük olmasının sosyotelizm için risk faktörü olduğu (Niu vd., 2020), öz-kontrol ile sosyotelizm arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Latifa vd., 2019).

Özetle yapılan araştırmalar öz-kontrol, sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiye işaret etmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada ergenlerde öz-kontrol, sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Kuramsal açıklamalar ve ilgili araştırmalara dayalı olarak kişilerdeki öz-kontrol becerisinin yüksek olması, kişilerin hayatını olumsuz etkileyecek sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm gibi durumlardan koruyabileceği düşünülmektedir. Diğer bir ifade ile sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığının zararı yadsınmaz olsa da öz-kontrol bahsedilen iki davranışı engelleyebilmektedir (Brevers ve Turel, 2019; Choçtıpayasunondh ve Douglas, 2016; Latifa vd., 2019; Ritonga ve Kiram, 2018). Ancak ilgili alanyazın incelendiğinde ergenlerde öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm değişkenlerinin bir arada araştırıldığı çalışmaya rastlanmamıştır. Her bir farklı değişken ile ilgili araştırmalar incelendiğinde değişkenlerin bir arada çalışılmamasından dolayı literatürde bir boşluk olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ile literatürdeki boşluğun doldurulacağı düşünülmektedir. Araştırma sonuçlarının öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm kavramlarının daha iyi anlaşılmasını ve bu kavramların ergenlik dönemindeki bireylerin üzerindeki etkilerinin anlaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte çalışmada son yıllarda ruh sağlığı alanında yoğun olarak çalışılmaya başlanan sosyal medya bağımlılığının, sosyotelizm ve öz kontrol ile ilişkisinin ortaya konması, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm kavramlarına ilişkin müdahale hizmetlerinin geliştirilmesine katkı sağlaması bakımından önem taşımaktadır.

Bu doğrultuda araştırmanın amacı ergenlik dönemindeki bireylerin öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Bu kapsamda öz-kontrol ile sosyotelizmin arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünü incelemek üzere Şekil 1'de sunulan modelin test edilmesi amaçlanmaktadır.



Şekil 1. Araştırmada önerilen aracılık modeli

Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmaktadır:

1. Ergenlerde öz-kontrol düzeyi sosyotelizm düzeyini anlamlı olarak yordamakta mıdır?
2. Ergenlerde öz-kontrol düzeyi sosyal medya bağımlılığını anlamlı olarak yordamakta mıdır?
3. Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı sosyotelizm düzeyini anlamlı olarak yordamakta mıdır?
4. Ergenlerde öz-kontrol düzeyi sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla sosyotelizm düzeyini anlamlı olarak yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Deseni

Ergenlerin öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolü olup olmadığını test eden bu çalışma ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli kullanılan araştırmalarda iki veya daha fazla değişkenin birbiriyle olan ilişkisini açığa çıkarmak amaçlanmaktadır. Aynı zamanda ilişkisel tarama modeli değişkenler arasında ilişki bulunduğu takdirde ilişkinin yönünün ve derecesinin belirlenmesini de içermektedir (Karasar, 2011).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubu, 2021–2022 eğitim-öğretim yılında Mersin ve Konya'daki ortaokul ve liselerde öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki 623 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 320'si (%51.4) kız, 303'ü (%48.6) erkek olup 66'sı (%10.6) 12, 54'ü (%8.7) 13, 108'i (%17.3) 14, 132'si (%21.2) 15, 126'sı (%20.2) 16, 87'si (%14) 17 ve 50'si (%8) 18 yaşındadır. Öğrencilerin 269'u (%43.2) günde ortalama 0-3 saat, 203'ü (%32.6) günde ortalama 3-5 saat, 95'i (%15.2) günde ortalama 5-8 saat ve 56'sı (%9) günde ortalama 8 saat ve üzeri sosyal medyada vakit geçirmektedir.

Veri Toplama Araçları

Nitel Veri Toplama Araçları.

Kişisel Bilgi Formu. Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu araştırmaya katılan bireylerin yaşına, öğrenim gördükleri okullara, cinsiyetlerine, yaşadıkları şehre ve günlük sosyal medyada geçirdikleri süreye yönelik sorulardan oluşan dört maddelik formdur.

Kısa Öz-Kontrol Ölçeği. Tangney ve diğerleri (2004) tarafından geliştirilen Öz-Kontrol Ölçeği Nebioğlu ve diğerleri, (2012) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Kısa Öz-Kontrol Ölçeği'nin amacı bireylerin öz-kontrol düzeylerini belirlemektir. 13 maddeden ve iki alt boyuttan (öz-disiplin ve dürtüsellik) oluşan 5'li likert tipinde (1= hiç doğru değil, 5= tamamen doğru) kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları toplam puan için .83, öz disiplin alt boyutu için .81 ve dürtüsellik alt boyutu için .87 olarak hesaplanmıştır. Şimşir Gökalp ve diğerleri, (2022) ergenler ile yaptıkları çalışmada Kısa Öz-Kontrol Ölçeği'ni kullanmış ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapmışlardır. Yapılan analizler sonucu ölçeğin toplam varyansın %30.68'ini açıkladığı ve madde faktör yükleri .42 ile .72 arasında değiştiği görülmüştür. Bununla birlikte uyum iyiliği değerleri hesaplanmış ve faktör yapısının verilerle kabul edilebilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaptığımız araştırmada Kısa Öz-Kontrol Ölçeği'nin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı toplam puan için .73 olarak hesaplanmıştır.

Sosyotelizm Ölçeği. Karadağ ve diğerleri (2015) tarafından üniversite öğrencileri için geliştirilen Sosyotelizm Ölçeği 10 madde ve iki alt boyuttan (iletişim bozukluğu ve telefon takıntısı) oluşan 5'li likert tipi (1= hiçbir zaman, 5= her zaman) bir ölçektir. Ölçeğin tümünün Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır. 10 maddelik, iki boyutlu bu yapı toplam varyansın %54'ünü açıklamaktadır. Bununla birlikte uyum iyiliği değerleri ve faktör yapısının kabul edilebilir olduğu görülmektedir. Sosyotelizm Ölçeği'nden alınan 40 ve üzeri puan bireyin sosyotelizm bağımlılığı olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin ergenlerde kullanılması amacıyla DFA yapılmıştır. Yapılan DFA sonucunda 9 maddenin faktör yüklerinin. 45 ile .78 arasında değişirken 5. maddenin faktör yükünün .30'un altında olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla 5.madde ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin son halinin uyum iyiliği değerleri (CMIN= 163.87, DF=25, GFI = .94, NFI=.91, CFI = .92) olarak hesaplanmış, faktör yapısının verilerle kabul edilebilir bir uyuma sahip olduğu görülmüştür. Aynı zamanda ölçeğin iletişim bozukluğu alt boyutunun Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .72, telefon takıntısı alt boyutunun Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .80 ve ölçeğin tümünün Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır.

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ). Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından geliştirilen ESMBÖ'nün amacı ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemektir. 9 maddelik ve tek boyuttan oluşan ölçek 5'li likert (1=hiçbir zaman, 5= her zaman) tipinde bir ölçektir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik

katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca 9 maddeli ve tek boyutlu bu yapı toplam varyansın % 56.78'sini açıklamaktadır. ESMBO'nun uyum iyiliği değerleri ve faktör yapısının kabul edilebilir olduğu görülmektedir. Ölçek geliştirme çalışmasında yapılan analizler sonucunda ESMBO'nun geçerli, güvenilir ve kullanışlı olduğu görülmüştür. Ölçekten puan en az 9, en fazla 45'tir. ESMBO'den alınacak yüksek puanlar, sosyal medya bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğuna; ölçekten alınacak düşük puanlar ise sosyal medya bağımlılık düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Yaptığımız çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Süreci

Veriler bilgisayar ortamında işleme hazır hale getirilmiş ve kayıp veriler tespit edilip çıkartılarak çalışma grubu tarafından eksiksiz olarak doldurulan formlar değerlendirmeye alınmıştır. Verilerin normallik dağılımı incelenmiştir. Normal dağılım gösterip göstermediklerini tespit etmek için skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) katsayıları ölçüt alınmıştır. Normal dağılım aralığı -2 ile +2 kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2022). Tüm değerlerin -2 ile +2 arasında kaldığı tespit edilmiş ve verilerin normal dağıldığı saptanmıştır. Sonrasında verilerin betimsel istatistikleri analiz edilmiş ve ortalama, standart sapma, frekans, yüzde dağılımları ve testlerden alınan en yüksek ve en düşük puanlar hesaplanmıştır.

Veri Analizi

Çalışma grubunun öz-kontrol düzeyleri, sosyotelizm düzeyleri ve sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Betimsel istatistikler ve korelasyon analizi IBM SPSS 22 programı ile gerçekleştirilmiştir. Öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünü incelemek üzere aracılık testi uygulanmıştır.

Araştırmada önerilen modele ait doğrudan ve dolaylı etkinin anlamlı olduğunu tespit etmek için bootstrapping tekniği kullanılmıştır. Bu aracı rol etkisini test etmek amacıyla %95 güven aralığında bootstrapping tekniği ile 5000 yeniden örnekleme yoluyla gerçekleşen aracılık modeli test edilmiştir. Öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünü incelemek üzere aracılık testi The Jamovi V2.2 programı ile yapılmıştır.

Etik Konular

Araştırmada veri toplama aşamasına geçilmeden önce Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Etik Kurulundan onay alınmıştır. Ardından Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğünden izin alınmıştır.

Araştırma verileri 2021-2022 yılları arasında Mersin ve Konya'da öğrenim gören 12-18 yaş arasındaki ortaokul ve lise öğrencilerinden toplanmıştır. Veriler, ölçme araçlarının araştırmacı tarafından internet ortamında hazırlanıp Whatsapp ve Instagram yoluyla çalışma grubuyla paylaşılarak çevrim içi olarak ve okullara gidilip çalışma grubundan ölçme araçlarını kendilerine uygun bir şekilde doldurmaları istenilerek yüz yüze olarak toplanmıştır. Verilerin toplanmasında gönüllük esas alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1

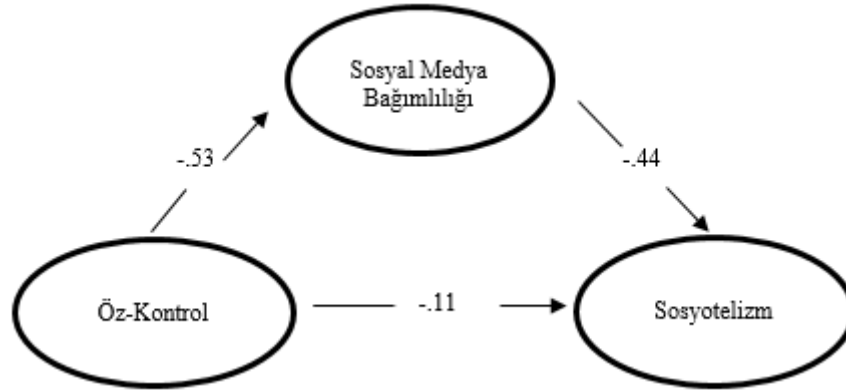
Ergenlerin Öz-Kontrol Düzeyi, Sosyotelizm Düzeyi ve Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

| Değişkenler | 1 | 2 | 3 | Skewness | Kurtosis |
|----------------------------|--------|-------|---|----------|----------|
| 1.Öz-Kontrol | 1 | | | -.86 | -.107 |
| 2.Sosyotelizm | -.46** | 1 | | -.290 | -.473 |
| 3.Sosyal Medya Bağımlılığı | -.53** | .71** | 1 | .611 | -.198 |

N=623 ** p<.01

Tablo 1'de ergenlerin öz-kontrol düzeyi ile sosyotelizm arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = -.46, p < .01$). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ile öz-kontrol düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = -.53, p < .01$). Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı ile sosyotelizm düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .71, p < .01$).

Ergenlerde Öz-Kontrol Düzeyi Sosyal Medya Bağımlılığı Aracılığıyla Sosyotelizm Düzeyini Yordamasına Yönelik Bulgular



Şekil 2. Öz-kontrol ve sosyotelizm ilişkisinde sosyal medya bağımlılığının aracı rolü

Şekil 2’de sunulan ergenlerin öz-kontrol düzeyinin sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla sosyotelizm düzeylerini etkilemesinde yapılan tüm yol katsayılarının anlamlı olduğu görülmektedir.

Öz-kontrol düzeyi sosyal medya bağımlılığını negatif yönde yordamaktadır. ($\beta = -.53, p < .001$) Sosyal medya bağımlılığı sosyotelizm düzeyini pozitif yönde yordamaktadır ($\beta = .62, p < .001$). Öz-kontrol düzeyi sosyotelizm düzeyini negatif yönde yordamaktadır ($\beta = -.11, p < .01$). Dolaylı etki incelendiğinde öz-kontrol düzeyinin sosyotelizmi düzeyinin sosyal medya bağımlılığının aracı rolü ile etkilediği ve standardize edilmiş dolaylı etki katsayısının ($\beta = -.33, p < .01$) olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca toplam etkinin ($\beta = -.44, p < .01$) olduğu görülmüştür ($p < .001$).

Şekil 1’deki değerlerde görüldüğü gibi sosyal medya bağımlılığının, ergenlerin öz-kontrol düzeyleri ve sosyotelizm düzeyleri arasında kısmi aracı role sahip olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda ergenlerin öz-kontrol düzeyi sosyotelizm düzeylerini doğrudan azaltmakla birlikte sosyal medya bağımlılığını azaltarak da sosyotelizm düzeyini azalttığı söylenebilir.

Model yolundaki verilen doğrudan etkinin ve dolaylı etkinin ispatlanması amacıyla 5000 yeniden örnekleme yolu ile bootstrapping işlemi uygulanmıştır. İşlemin sonuçlarının %95 güven aralığının alt ve üst sınırlarına ilişkin bulgular Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2

Ergenlerde Öz-Kontrol Düzeyi ve Sosyotelizm Düzeyi Arasındaki İlişkide Sosyal Medya Bağımlılığının Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

| | | %95 Güven Aralığı | | | | | Z | P |
|--------------------------|--|-------------------|-----|-----------|-----------|--------|--------|---|
| | | Kat Sayı | S.H | Alt Sınır | Üst Sınır | | | |
| Doğrudan Etki | | | | | | | | |
| Öz-Kontrol | → Sosyal Medya Bağımlılığı | -.53 | .03 | -.60 | -.47 | -16.01 | < .001 | |
| Sosyal Medya Bağımlılığı | → Sosyotelizm | .62 | .03 | .56 | .68 | 20.17 | < .001 | |
| Öz-Kontrol | → Sosyotelizm | -.11 | .03 | -.18 | -.04 | -3.30 | < .001 | |
| Dolaylı Etki | | | | | | | | |
| Öz-Kontrol | → Sosyal Medya Bağımlılığı → Sosyotelizm | -.33 | .03 | -.38 | -.28 | -12.32 | < .001 | |
| Toplam Etki | | | | | | | | |
| Öz-Kontrol | → Sosyal Medya Bağımlılığı → Sosyotelizm | -.44 | .04 | -.51 | -.37 | -12.69 | < .001 | |

Tablo 2 incelendiğinde doğrudan ve dolaylı etkinin bootstrapping güven aralıkları alt ve üst sınırının sıfırı kapsamadığı görülmektedir. Bir başka ifadeyle modeldeki yolların tamamının anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla bootstrapping işlemi ergenlerin öz-kontrol düzeyinin sosyal medya bağımlılığının kısmi aracı rolü ile sosyotelizmi etkilediği sonucunu desteklemektedir.

Sonuç ve Tartışma

Araştırmada ergenlerin öz-kontrol düzeyleri, sosyotelizm düzeyleri ve sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünü içeren bir aracı model kurulmuştur. Ergenlerin öz-kontrol düzeyleri ve sosyotelizm düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz-kontrol düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyotelizm düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Ergenlerin sosyotelizm düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyotelizm düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyal medya bağımlılığının da yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlerin öz-kontrol ve sosyal medya bağımlılıkları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öz-kontrol düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyal medya bağımlılığının düşük olduğu görülmüştür. Ergenlerde öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının kısmi aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ergenlerin öz-kontrol düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bir başka ifade ile öz-kontrol düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyal medya bağımlılığına daha az yatkın olduğu görülmüştür. Literatür taraması sonucunda araştırmada elde edilen sonuçların çeşitli araştırma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmektedir (Shaw ve Black, 2008; Ritonga ve Kiram, 2018); Bheo vd., 2020; Habermann, 2021). Shaw ve Black (2008) sorunlu teknoloji ve sosyal medya kullanımının dürtü kontrolünü olumsuz etkilediğini ifade etmişlerdir. Ritonga ve Kiram (2018) lise öğrencilerinin öz-kontrol düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı eğilimleri arasında orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulmuşlardır. Habermann (2021) ergenlerin katılım sağladığı çalışmada öz-kontrol ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğunu saptamıştır. Bheo ve diğerleri (2020) tarafından gerçekleştirilen lise öğrencilerinin öz-kontrol düzeyi ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışması sonucunda öz-kontrol ve sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ergenlerin öz-kontrol düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin negatif olmasının sebebi öz-kontrolü düşük olan kişilerin riskli davranışlar sergilemesinin daha kolay olması olabilir (Ekşi vd., 2019).

Ergenlerin öz-kontrol düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki negatif ilişki son yıllarda gündemde olan COVID-19 pandemisi ile de açıklanabilir. Pandemi sürecinde ergenlik dönemindeki bireyler akranlarıyla yüz yüze görüşemeyip birbirlerinden uzak kalmışlardır. Ergenlerin sosyal ortamlarda bulunmamasının, davranış düzenleme becerilerinde problemlerin ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Bireyler sosyal çevreleri ile etkileşime girerek bu çerçeveye uyum sağlama becerilerini geliştirirken davranış düzenleme becerilerini de geliştirmektedir (Atış Akyol, 2020). Bireylerin sosyal ortamlarda vakit geçirmemesinin davranış düzenleme becerileri üzerinde olumsuz etkiler oluşturacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda evde vakit geçirilen pandemi döneminde sosyal medya kullanımının arttığı düşünülmektedir (Ellis, Dumas ve Forbes, 2020; Guessouma vd., 2020; Vall-Roque, Andrés, ve Saldaña, 2021). COVID-19 pandemi döneminde sosyal ortamlar sosyal medya platformlarına taşınmıştır. Bu durumun özellikle ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal medya kullanımını arttırdığı düşünülmektedir. Ergenlerin akranlarıyla vakit geçirmek ve onlara uyum sağlamak için sosyal medya platformlarını kullandığı da söylenebilir. Ergenlerin uzun süre sosyal medyada vakit geçirmesinin nedeni sosyal medya platformlarının kullanıcılarını sürekli aktif tutmaya yönlendirmesi olarak açıklanabilmektedir. Ergenlerin aşırı sosyal medya kullanımı, davranış düzenlemelerinde sorun yaşadığını gösterebilmektedir. Moffit ve diğerleri (2011) göre öz-kontrol becerisinin gelişmesi için bireylerin davranış düzenlemelerinin etkili olması gerekmektedir. Dolayısıyla ergenlerin sosyal medya kullanımını kontrol edememesinin öz-kontrol mekanizmalarının düşük olmasıyla ilgili olduğu söylenebilir.

Araştırmada ergenlerin öz-kontrol düzeyi ile sosyotelizm düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyotelizm, bireyin başkalarıyla birlikteyken dikkatini akıllı telefonuna vermesidir. Öz-kontrol davranışını gerçekleştirmekte zorlanan bireylerin akıllı telefon kullanımını kontrol edemedikleri rapor edilmiştir (Latifa vd., 2019). Chotpitayasonondh ve Douglas'ın (2016) 18-66 yaş arası bireylerle gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda sosyotelizm ve öz-kontrol arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Brkljačić ve diğerlerinin (2018) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonucunda sosyotelizm davranışı gösteren bireylerin, öz-kontrol seviyelerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Álvarez ve Moral'ın (2020) yaptıkları çalışma sonucunda düşük öz-denetim ile sosyotelizm davranışları arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Benvenuti ve diğerleri (2020) çalışmada düşük öz-kontrolün internet bağımlılığını arttırdığını ve internet bağımlılığındaki artışın sosyotelizmi arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırma bulgularından farklı olarak bazı araştırmalarda öz-kontrol ve sosyotelizm arasında bir ilişki bulunamamıştır. Isrofin ve Munawaroh (2021) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonuçlarında öz-kontrolün sosyotelizm davranışını yordamadığını tespit etmiştir.

Öz-kontrol mekanizması beyin prefrontal bölgesindeki gelişime paralel bir gelişim göstermektedir. Prefrontal korteks ergenlik döneminde gelişimini tam olarak tamamlamamaktadır. Bu yüzden ergenler bazen yetişkinler gibi davranıp dürtülerini kontrol edebilirken, bazen dürtülerine yenik düşebilmektedir. Başka bir deyişle ergenlerin zaman zaman kontrol mekanizmalarını yeterince işletmediği görülmektedir (Casey ve Caudle, 2013). Ergenlerin dürtülerini kontrol altında tutamamasından dolayı riskli davranışlar göstermeleri olasıdır. Düşük öz-kontrolün

sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm davranışı olasılığını arttırdığı düşünülmektedir (Brkljačić vd., 2018; Kaşıkçı, Denli ve Güney Karaman, 2021). Bu durum araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Araştırmada ergenlerde sosyotelizm ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmaların araştırma bulgularını destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Karadağ ve diğerleri (2015) yaptıkları çalışmada sosyotelizm ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Chotpitayasunondh ve Douglas (2016) sosyal medya bağımlılığının sosyotelizm davranışının temel yordayıcılarından biri olduğunu tespit etmiştir. Karadağ ve diğerleri (2016) sosyotelist davranışların sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğunu savunmaktadır. Krasnova ve diğerleri (2016) yaptıkları çalışma sonucunda sosyal medya platformlarının yüz yüze iletişimi azaltan bir unsur olduğu belirlenmiştir. Benzer bir araştırma yürüten David ve Roberts (2017) sosyotelizmin, sosyal medya yoğunluğu üzerinde dolaylı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Büyükgebiz-Koca (2019) çalışmasında sosyotelizme neden olan en büyük faktörün sosyal medya bağımlılığı olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Ergenlerde sosyotelizm ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin pozitif yönlü anlamlı düzeyde olmasının nedeni sosyal medya platformlarının akıllı telefonların bağımlılık unsurları arasında önemli bir yere sahip olması olabilir (Kwon vd., 2013). Literatür incelendiğinde; sosyotelizme sebep olan faktörlerin akıllı telefon kullanımı, dijital oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı olduğu görülmektedir (Toker ve Tuncay, 2020). Diğer bir deyişle sosyotelizmin önemli belirleyicilerinin arasında sosyal medya bağımlılığı da bulunmaktadır. Fotoğraf, video, müzik paylaşımı ile sanal gruplara dahil olma, bireylerle görüntülü görüşme gibi özellikleri olan sosyal medya platformlarının bireylerin gerçek hayatlarına paralel bir yaşam sunması iki değişken arasındaki ilişkiyi açıklayabilmektedir. Bilgisayarlarda internetin kullanılmaya başlaması ile ortaya çıkan sosyal medya platformlarının akıllı telefonlar ile gelişip yeni bir forma dönüşmesi sosyotelist davranışları açıklar niteliktedir (Karadağ vd., 2015).

Öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla sosyotelizmi dolaylı olarak etkilemektedir. Başka bir ifadeyle öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığı aracı rol oynamaktadır. Öz-kontrol düzeyi düşük ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri artmakta, bu da ergenlerin sosyotelizm düzeylerini arttırmaktadır. Aynı zamanda öz-kontrol düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyal medya bağımlılıkları azalmakta, buna bağlı olarak sosyotelizm düzeyleri de azalmaktadır.

Araştırmada elde edilen sonuçlar çeşitli araştırma bulgularıyla da benzerlik göstermektedir. Chotpitayasunondh ve Douglas (2016) öz-kontrolün akıllı telefon bağımlılığını öngördüğü ve akıllı telefon bağımlılığının da sosyotelizmi öngördüğü sonucuna ulaşmışlardır. Isrofin ve Munawaroh (2021) akıllı telefon bağımlılığının sosyotelizm davranışını önemli ölçüde yordadığını ve öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkinin negatif yönde anlamlı olduğunu ifade etmişlerdir. Fang ve diğerleri (2020) ise sorunlu sosyal medya kullanımı, sosyal medyadan gelen duygusal destek ile sosyotelizm davranışı arasındaki ilişkide sorunlu sosyal medya kullanımının aracı rolü olduğunu ifade etmişlerdir. Geng ve diğerleri (2021) yaptıkları çalışma sonucunda öz-kontrolün akıllı telefon bağımlılığı ile kaygı arasındaki ilişkide öz-kontrolün aracı rolü olduğunu ifade etmişlerdir. Kaşıkçı vd., (2021) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada öz-kontrolün azalmasının sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında etkili olduğunu ifade etmişlerdir.

Özetle bu çalışmada ergenlerde öz-kontrol ve sosyotelizm arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolü olduğu ortaya konulmuştur. Elde edilen bu sonuç mevcut literatürdeki araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Öz-kontrolün düşük olması sosyal medya bağımlılığını arttırmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı da sosyotelizmi arttırmaktadır. Dolayısıyla sosyal medya bağımlılığı öz-kontrol ile sosyotelizmin arasındaki ilişkide aracı role sahiptir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazar bu çalışmayı etkileyebilecek mali olan ya da olmayan herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

Mali Destek

Yazar bu çalışma için herhangi bir kamu, ticari veya kâr amacı gütmeyen kuruluştan mali bir yardım almamıştır.

Etik Kurul İzin Bilgisi: *Bu araştırma, Selçuk Üniversitesi Etik Kurulu'nun 16.03.2022 tarihli ve E.254250 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.*

Kaynakça / References

- Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.379886>
- Alexander, C. M. (2012). *Facebook usage and academic achievement of high school students: A quantitative analysis*, theses and dissertations, Pepperdine University, Malibu.
- Alkaya, Ö. (2020). *Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, umut ve denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Al-Menayes, J. (2015). Social media use, engagement and addiction as predictors of academic performance. *International Journal of Psychological Studies*, 7(4), 86-94.
- Al-Saggaf, Y., & O' Donnell, S. B. (2019). Phubbing: perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132-140. doi: 10.1002/hbe2.137
- Álvarez Menéndez, M., & Moral Jiménez, M. D. L. V. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions/Salud y Drogas*.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184.
- Argan, M., Köse, H., Özgen, C., & Yalınkaya, B. (2019). Do sports, take photo and share: Phubbing, social media addiction and narcissism of body builders. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(9), 79-94.
- Arıcak, T. (2022). Dijital oyun bağımlılığı ciddi bir sorun. *Yeşilay Dergisi*, 1065, 8-11.
- Atış-Akyol, N. (2020). *Okul öncesi dönem çocuklarda bağlanma ile sosyal yetkinlik, kaygı, öfke ve öz-kontrol değişkenlerinde akran ilişkilerinin aracı rolü*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aydın, İ. E. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları üzerine bir araştırma: Anadolu Üniversitesi örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (35), 373-386.
- Barker, V. (2009). Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyber Psychology & Behavior*, 12(2), 209-213.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions of Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Benvenuti, M., Błachnio, A., Przepiorka, A. M., Daskalova, V. M., & Mazzoni, E. (2020). Factors related to phone snubbing behavior in emerging adults: The phubbing phenomenon. In *The psychology and dynamics behind social media interactions* (pp. 164-187). IGI Global Press.
- Bheo, D. L., Lerik, M. D. C., & Wijaya, R. P. C. (2020). Self-Control with social media addiction in students of SMA Negeri 3 Kota Kupang. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(4), 290-304. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i4.2827>
- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3), 237-247.
- Brevers, D., & Turel, O. (2019). Strategies for self-controlling social media use: Classification and role in preventing social media addiction symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 554-563. doi: 10.1556/2006.8.2019.49
- Brkljačić, T., Šakić, V., & Kaliterna-Lipovčan, L. J. (2018, 7-8 December). Phubbing among Croatian students. Protection and Promotion of the Well-Being of Children, Youth, and Families: Selected Proceedings of the 1st International Scientific Conference of the Department of Psychology at the Catholic University of Croatia, Zagreb, Hirvatistan.
- Büyükgebiz-Koca, E. (2019). Akıllı telefon bağımlılığı ve sosyotelizm üzerine bir yazın taraması. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(6), 399-411.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x>
- Caplan, S. E., & High, A. C. (2007). Online social interaction, psychosocial well-being, and problematic Internet use. *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*, 35-53. doi: 10.1002/9781118013991.ch3

- Casey, B. J., & Caudle, K. (2013). The teenage brain: Self control. *Current Directions in Psychological Science*, 22(2), 82-87. doi: 10.1177/0963721413480170
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18.
- Çalışır, G. (2015). Kişilerarası iletişimde kullanılan bir araç olarak sosyal medya: Gümüşhane Üniversitesi iletişim fakültesi öğrencilerine yönelik bir araştırma. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 10(3), 115-144.
- Dan, H., Bae, N., Koo, C., Wu, X., & Kim, M. (2015). Relationship of smartphone addiction to physical symptoms and psychological well-being among nursing students: Mediating effect of internet ethics. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 21(3), 277-286.
- David, M.E., & Roberts, J.A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155–163.
- Demirhan, P. (2021). *Büyükşehirlerde sosyal medya bağımlılığının dürtüsellikle olan ilişkisinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, U., ve Tosun, N.İ. (2016). Lise öğrencilerinde problemlili akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(22), 100-128.
- Duckworth, A. L. (2011). The significance of self-control. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2639-2640. <https://doi.org/10.1073/pnas.1019725108>
- Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). The mediating role of general procrastination behaviors in the relationship between self-control and social media addiction in university students. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 717-745.
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H., & Yüksel, R. (2020). Ergenlerde çağın hastalığı: Teknoloji bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 29(1), 51-64.
- Ellis, W. E., Dumas, T. M., & Forbes, L. M. (2020). Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 52(3), 177.
- Fang, J., Wang, X., Wen, Z., & Zhou, J. (2020). Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive Behaviors*, 107, 106430. doi: 10.1016/j.addbeh.2020.106430
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting and adolescent externalizing and internalizing problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29, 58-69.
- Forgas, J. P., Baumeister, R. F., & Tice, D. M. (2009). *Psychology of self-regulation: Cognitive, affective, and motivational processes*. Psychology Press.
- Geng, Y., Gu, J., Wang, J., & Zhang, R. (2021). Smartphone addiction and depression, anxiety: The role of bedtime procrastination and self-control. *Journal of Affective Disorders*, 293, 415-421. doi: 10.1016/j.jad.2021.06.062
- George, D., & Mallery, P. (2022). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge Press.
- Griffiths M. D. (2001). Sex on the internet: Observations and implications for internet sex addiction. *The Journal of Sex Research*. 38, 333-342. doi: 10.1080/00224490109552104
- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5). doi: 10.4172/2155-6105.1000e118
- Guessouma, S. B., Lachala, J., Radjacka, R., Carretiera, E., Minassiana, S., Benoita, L., & Moroa, M. R. (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*, 1-6.
- Güney, M., & Taştepe, T. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 183-190.
- Habermann, J. (2021). Self-control and social media addiction (Facebook): a quantitative analysis. Available at SSRN 3875633. doi:10.2139/ssrn.3875633

- Isrofin, B., & Munawaroh, E. (2021). The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 15-23.
- Karadağ, E., Tosuntaş, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. vd. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak-Şahin, B. vd. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3(2), 223-269.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayıncılık.
- Karaş, B. (2019). *Boş zaman aktivitesi olarak sosyal medya kullanımını tercih eden bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyotelizm, kişilik ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Kaşıkcı, F., Denli, Ö. S., & Güney-Karaman, N. (2021). Gençlerde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal dışlanma: öz-kontrolün aracılık rolünün değerlendirilmesi. *Başkent Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 8(1), 147-159.
- Kaygusuz, C. 2013. Psikolojik ihtiyaçlar ve internet bağımlılığı. M. Kalkan & C. Kaygusuz (Edt.), *İnternet bağımlılığı: Sorunlar ve çözümler* (s. 164-193). Anı Yayıncılık.
- Krasnova, H., Abramova, O., Notter, I., & Baumann, A. (2016, 15 Haziran). *Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among "Generation Y" users*. Twenty-Fourth European Conference on Information Systems (ECIS), İstanbul, Turkey.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A. vd. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS one*, 8(2), e56936.
- Latifa, R., Mumtaz, E. F., & Subchi, I. (2019, 4-6 November). *Psychological explanation of phubbing behavior: Smartphone addiction, empathy and self control*. In 2019 7th International Conference on Cyber and IT Service Management (CITSM), Jakarta, Indonesia.
- Modecki, K. L., Uink, B., & Barber, B. L. (2018). Antisocial behaviour during the teenage years: Understanding developmental risks. *Trends and Issues in Crime and Criminal Justice*, 556, 1-14.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H. vd. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698. doi: 10.1073/pnas.1010076108
- Nakamura, T. (2015). The action of looking at a mobile phone display as nonverbal behavior/communication: A theoretical perspective. *Computers in Human Behavior*, 43, 6875. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.042>
- Nazlıgül, M. D., & Yılmaz, A. E. (2019). Oyun bağımlılığı ve egzersiz bağımlılığına davranışsal bağımlılık çerçevesinden bakış. *Bağımlılık Dergisi*, 20(2), 97-108.
- Nebioğlu, M., Konuk, N., Akbaba, S., & Eroğlu, Y. (2012). The investigation of validity and reliability of the Turkish version of the Brief Self-Control Scale. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 22(4), 340-351.
- Niu, G., Yao, L., Wu, L., Tian, Y., Xu, L., & Sun, X. (2020). Parental phubbing and adolescent problematic mobile phone use: The role of parent-child relationship and self-control. *Children and Youth Services Review*, 116, 105247.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö., & Ekşi, H. (2019). Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 631-664.
- Purba, A. W. D., & Istiana, N. S. W. (2019, 17 December). *The correlation between self-control and social media addiction (Instagram) in SMA harapan 1 medan*. In Proceedings of the 2nd International Conference of Science Education in Industrial Revolution (ICONSEIR 2019), North Sumatra, Indonesia.
- Ritonga, R. S., & Kiram, Y. (2018, 12-14 November). *Contribution of self-control and social skills on the tendency social media addiction*. In International Conferences on Educational, Social Sciences and Technology, Padang, Indonesia.
- Sağar, M. E. & Özçelik, T. (2022). Ergenlerde duygu düzenleme ve yaşam doyumunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı rolü. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12 (2), 493-511.
- Sağar, M. E. (2021). Predictive role of cognitive flexibility and self-control on social media addiction in university students. *International Education Studies*, 14(4), 1-10. doi: 10.5539/ies.v14n4p1

- Self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology*, 40(7), 3365-3375.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. vd. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216. doi: 10.1002/da.10094
- Shaw, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction. *CNS Drugs*, 22(5), 353-365.
- Sinha, R. (2008). Modeling stress and drug craving in the laboratory: Implications for addiction treatment development. *Addiction Biology*, 14(1), 84-98.
- Sistek-Chandler, C. (2012). Connecting the digital dots with social media and web 2.0 technologies. *Journal of Research in Innovative Teaching*, 5(1), 78-86.
- Subrahmanyam, K., & Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence*, 42(168), 659-667.
- Şata M, Çelik İ, Ertürk Z, Taş U. E. (2016). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin (ATBÖ) Türk lise öğrencileri için uyarılma çalışması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 7(1),156-169.
- Şimşir Gökalp, Z., Saritepeci, M., & Yıldız Durak, H. (2022). The relationship between self control and procrastination among adolescent: The mediating role of multi screen addiction. *Current Psychology*, 1-12.
- Tahiroğlu, A.Y., Çelik, G.G., Fettahoğlu, Ç., Yıldırım, V., Toros, F.,Avcı, vd. (2010). Psikiyatrik bozukluğu olan ve olmayan ergenlerde problemler internet kullanımı. *Nöropsikiyatri Arşivi: İstanbul*, 47(3), 241-246.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
- Toker, B. ve Tuncay, N. (2020). Statistical analysis of Turkish speaking students' phubbing behaviors. *Journal of Computer and Education Research*, 8 (16), 526-544. <https://doi.org/10.18009/jcer.739492>
- Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *Cyber Psychology & Behavior*, 6(6), 649-652. doi: 10.1089/109493103322725432
- Tutgun Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ulus, L., (2018). Ergen çocukları için yaşam kısıtlamaları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(12), 516-537.
- Uyar, P. (2022). *Hemşirelik öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve aile iletişiminin sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma durumlarına etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Ünal, D., & Yıldırım, O. (2020). Dijital yerlilerin sosyotelizm (phubbing) eğilimlerinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(1), 276-297. doi: 10.19145/e-gifder.644279
- Vall-Roqué, H., Andrés, A., & Saldaña, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110, 110293.
- Vanden-Abee, M. M., Antheunis, M. L., & Schouten, A. P. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, 62, 562-569. doi: 10.1016/j.chb.2016.04.005
- Wang, X., Zhao, F., & Lei, L. (2021). Partner phubbing and relationship satisfaction:
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). Sleepy teens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49. doi: 10.1016/j.adolescence.2016.05.008
- 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. doi: 10.1556/jba.2.2013.006
- Yücekaya, H. B. (2019). *İnternet oyun oynama bozukluğu, akılcı olmayan inançlar, başa çıkma stratejileri ve özdenetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul.