



Cumhuriyet İlahiyat Dergisi

Cumhuriyet Theology Journal

| cuid.cumhuriyet.edu.tr |

Founded: 1996

Available online, e-ISSN: 2528-987X

Publisher: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi

The Effect of Religious Values on Self-Control: Social Media Use

Handan Yalvaç Arıcı^{1,a,*}, Hanifi Üker^{2,b}, Meryem Karataş^{3,c}

¹ Independent Researcher, Religious Education, İstanbul /Türkiye

² Independent Researcher, Religious Education, İstanbul /Türkiye

³ Sakarya Univ, Faculty of Theology, Philosophy and Religious Sciences, Department of Religious Education, Sakarya/Türkiye

* Corresponding author

Research Article

History

Received: 15/01/2025

Accepted: 14/04/2025

Plagiarism: This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

Copyright: This work is licensed under Creative Commons AttributionNonCommercial 4.0 International License (CC BY NC)

Ethical Statement: It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of religious values on developing adolescents' self-control skills in social media use. The increase in the social media accounts of individuals of all ages, the increase in the time allocated to posts and followers increases the interest in this subject as it includes changes at the individual and social level. Especially the harmonisation efforts between the physical and mental changes of individuals in adolescence and their transformations in their social lives make it important to study these processes. Self-control, which is one of the factors determining social media use, has a complex value that can be affected by different factors. In this respect, the aim of this study is to examine the role of religious values in the development of adolescents' (secondary school students') self-control skills in social media use and how these values provide an effect. In order to achieve this aim, the study was conducted with sequential exploratory (first quantitative and then qualitative) mixed method designs, quantitative data were collected to reveal the relationship between variables and qualitative (phenomenological) study was conducted to support the results obtained. The population of the research consists of secondary school students in the Anatolian side of Istanbul province. In the quantitative study, 422 students were reached. In line with the data obtained from the quantitative study, an in-depth study was carried out with 16 students with the highest and lowest averages in the context of correlation. In the data collection process, three distinct scales were utilized: the Religious Consciousness Scale, the Self-Control and Self-Management Scale, and the Social Media Usage Scale, in addition to a semi-structured interview form. The study, which involved a total of 422 students, employed SPSS and AMOS software for quantitative data analysis, utilizing Structural Equation Modeling (SEM), Confirmatory Factor Analysis (CFA), and Path Analysis. Based on the findings of the quantitative study, 16 students with the highest and lowest mean scores in terms of correlation were identified. In the second phase of the research, a phenomenological design, one of the qualitative research methods, was employed. As a data collection tool, in-depth interviews were conducted with 16 students using the interview technique. This approach aimed to explore the triggering factors behind students' social media posts, the influence of family and peers, and the role of religious values in the development of self-regulation skills. Adolescence is one of the most critical stages of psychosocial and cognitive development. The intensity of social media interactions in this period greatly affects young people's self-discipline, time management, content choices and decision-making skills on social media. In this context, analysing these factors increases the importance of this study. The results of this study show that various factors play a role in the social media use of individuals in early adolescence. While some of the participants emphasised the effect of religious values on self-control, others stated that their individual beliefs guide their behaviour. It has been determined that individuals who do not prioritise religious values are more reactive towards their family and friends. On the other hand, the participants who stated that their religious and moral values shaped their behaviour used religious arguments in this context.

Keywords: Religious Education, Religious Values, Self-Control, Social Media, Adolescence

Dini Değerlerin Öz Denetime Etkisi: Sosyal Medya Kullanımı

Süreç

Geliş: 15/01/2025

Kabul: 14/04/2025

İntihal: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi.

Telif hakkı: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı (CC BY NC) kapsamında yayımlanmaktadır.

Etik Beyan: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur.

ÖZ

Bu çalışma, ergenlerin sosyal medya kullanımında öz denetim becerilerini geliştirmede dini değerlerin etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Her yaştan bireyin sosyal medya hesaplarındaki artış, paylaşımlara ve takipçilere ayrılan sürenin çoğalması, bireysel ve sosyal düzeydeki değişimleri de kapsadığı için bu konuya olan ilgiyi artırmaktadır. Özellikle ergenlik dönemindeki bireylerin fiziksel ve zihinsel değişimleri ile sosyal hayatlarındaki dönüşümleri arasındaki uyum çabaları, bu sürecin üzerinde çalışılmasını önemli hale getirmektedir. Sosyal medya kullanımını belirleyen faktörlerden biri olan öz denetim, farklı etmenlerden etkilenebilen karmaşık bir değere sahiptir. Bu açıdan çalışmanın amacı, ergenlerin (ortaokul öğrencilerinin) sosyal medya kullanımındaki öz denetim becerilerinin gelişiminde dini değerlerin rolünü ve bu değerlerin nasıl bir etki sağladığını incelemektir. Bu amaca ulaşabilmek için çalışma, karma yöntem desenlerinden sıralı açımlayıcı (önce nicel- sonra nitel) ile yürütülmüş, değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için nicel yolla veriler toplanmış ve elde edilen sonuçları desteklemek açısından nitel çalışma yapılmıştır. Araştırmanın evreni İstanbul ili Anadolu yakasındaki ortaokul öğrencilerinden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında dini şuur ölçeği, öz kontrol-öz yönetim ölçeği ve sosyal medya kullanımı ölçeği olmak üzere 3 ayrı ölçek ve yarı yapılandırılmış mülakat formu kullanılmıştır. 422 öğrenciye ulaşılan çalışmada, nicel verilerin analizinde SPSS ve AMOS programlarından yararlanılmış, Yapısal Eşitlik Modeli (YEM), doğrulayıcı faktör analizi ve yol analizi (path) kullanılmıştır. Nicel çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda korelasyon bağlamında en yüksek ve en düşük ortalamaya sahip olan 16 öğrenci belirlenmiştir. Araştırmanın ikinci aşamasında nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenolojik desen kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak mülakat tekniği kullanılarak 16 öğrenci ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Böylelikle öğrencilerin sosyal medya paylaşımlarındaki tetikleyici unsurlar, aile ve arkadaşların etkisi ile öz denetim becerilerinin gelişiminde dini değerlerin rolü araştırılmıştır. Ergenlik dönemi, psikososyal ve bilişsel gelişimin en kritik evrelerinden biri olarak dikkat çekmektedir. Bu dönemde sosyal medya etkileşimlerinin yoğunluğu, gençlerin öz disiplini, zaman yönetimini, içerik seçimlerini ve sosyal medya üzerindeki karar verme yetilerini büyük ölçüde etkiler. Bu bağlamda, söz konusu faktörlerin incelenmesi çalışmanın önemini artırmaktadır. Bu çalışmanın sonuçları, ergenlik döneminin başındaki bireylerin sosyal medya kullanımlarında çeşitli etkenlerin rol oynadığını göstermektedir. Katılımcıların bir kısmı, dini değerlerin öz denetime olan etkisini vurgularken, diğerleri bireysel inançlarının davranışlarını yönlendirdiğini belirtmiştir. Dini değerlere öncelik vermeyen bireylerin, aile ve arkadaşlarına karşı daha tepkili oldukları tespit edilmiştir. Öte yandan, dini ve ahlaki değerlerinin kendi davranışlarını şekillendirdiğini ifade eden katılımcıların, bu bağlamda dini argümanlar kullandığı ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Din Eğitimi, Dini Değerler, Öz Denetim, Sosyal Medya, Ergenlik Dönemi

^a  handanyalvac1453@gmail.com
^c  meryemkaratas@sakarya.edu.tr

^{ID}  0000-0003-4179-3919
^{ID}  0000-0002-4845-0225

^b  hanifiuker@hotmail.com
^{ID}  0000-0002-7492-6784

Citation / Atıf: Yalvaç Arıcı, Handan vd. "Dini Değerlerin Öz Denetime Etkisi: Sosyal Medya Kullanımı". *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 29/1 (Haziran 2025), 1-28. <https://doi.org/10.18505/cuid.1620450>

Giriş

Bilimsel çalışmalarda kavramsal çerçeve, konunun anlaşılması ve sonuçların değerlendirilmesinde önem arz etmektedir. Araştırmada karşımıza çıkan kavramlar ergen, sosyal medya, öz denetim becerisi ve dini değerlerdir. Son yıllarda farklı disiplinlerin çalışma başlıklarından biri ergenlerdir. Ergenlik döneminin kendi içinde bir değişim sürecini içermesi, çok boyutlu bir özelliğe sahip olması disiplinler arası bir bakışı gerektirmektedir.¹ Ergen kavramı için standart bir tanım yapmak zordur. Genellikle yaş aralığından hareket ederek, ergen ve ergenlik dönemi betimlenmektedir. 15-25 yaş arası bireyler ergen olarak tanımlandığı gibi² Amerikan Psikoloji Derneği, 10-18 yaş arası bireylerin ergen olduğunu aktarmaktadır. Ergenliğin bitişi ile ilgili önemli kriterlerden biri, bireyin ekonomik bağımsızlığa ulaşmasıdır.³ Ergenlik dönemi ile ilgili araştırmaların dikkat çektiği noktalardan biri, dönemin stresli ve zor olmasıdır. Bireyin bağımsızlık ilanının ve kimlik arayışının yoğunlaştığı bir süreç olmasının yanı sıra toplumsal uyumla ilgili beklentilerin arttığı bir dönemdir.⁴ Hatta ergenler hem yetişkinlerle hem de akranlarıyla problemler yaşamakta, uyum sorunlarıyla yüzleşmek zorunda kalmaktadırlar.⁵ Bu sorunların çözümü için farklı önerilerde bulunmak mümkündür. Çözüm önerileri içinde ergenlik dönemindeki bireylerin, öz denetimlerinin güçlendirilmesi mevcuttur.

Öz denetim ise sözlükte “Daha önemli bir amaca ulaşabilmek için kişinin tepkilerini, davranışlarını veya başka amaca yönelme eğilimini denetleyip kısıtlaması; otokontrol” olarak tanımlanmaktadır.⁶ Kişinin öz üzerinde kontrol uygulamasıdır. Bireylerin hazdan uzaklaşabilmesi, arzularından bağımsız karar verebilmesi öz kontrol sistemi ile bağlantılıdır.⁷ Öz kontrol; bireyin inanç ve değerleri temelinde, organizasyonel hedeflere yönelik bir davranış biçimidir.⁸ Kontrolün uygulanmasında dış güçlerin etkisi değil, bireyin kendi rolü büyük önem taşımaktadır. Davranışın öz kontrolü korku veya dışsal bir güçten kaynaklandığında, etkin olma olasılığı oldukça düşüktür.⁹ Bireyin davranışını, kişisel olarak değer verdiği hedeflerle uyumlu hâle getirme yeteneği olarak da tanımlanabilir. Bu bağlamda öz denetimi, öz

¹ Esen Dinçel, *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006), 26.

² Laurence Steinberg, *Ergenlik*, çev. Kolektif (İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları, 2007), 21-22.

³ *Developing Adolescents: A Reference for Professionals*, (Washington: American Psychological Association, 2002), 2-3. <https://www.apa.org/pi/families/resources/develop.pdf>

⁴ Yıldız Bilge, *Ergenler İçin Psikolojik Bozukluklar Envanteri (Epbe)'nin Geliştirilmesi ve Ergenlerde Görülen Psikolojik Bozuklukların Sosyo-Ekonomik Düzey ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi* (İstanbul: Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016), 10-11; Fulya Temel-Ayşe B. Aksoy, *Ergen ve Gelişimi -Yetişkinliğe İlk Adım* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2022), 11-13.

⁵ Ahmet Selçuk Yılmaz, *Ergenlerde Kişiler Arası Problem Çözme ve Ergen Boyun Eğiciliği Arasındaki İlişki: Anne Baba Güvenli Üs Aracı Rolü* (İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020), 4.

⁶ Güncel Türkçe Sözlük, “Öz denetim” (Erişim 29 Eylül 2024).

⁷ Mark Muraven-Roy F. Baumeister, “Self-Regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self-Control Resemble a Muscle?”, *Psychological Bulletin* 126/2 (2000), 248.

⁸ Ali Mosaed, Mohammad Mahdi Naderi Qomi, “The Role of Piety in Employee's being Self-Control”, *Journal of Islam and Management Research*, 4/2 (2015), 2.

⁹ Somayyeh Ram, “Comparative Comparison of Self-control and Piety from the Perspective of Psychology and Islamic Education”, *Journal of Philosophical Investigations* 16/41 (2023), 113.

düzenlemenin alt başlığı olarak nitelendirmek mümkündür.¹⁰ Kotabe ve Hofmann, öz denetimin bileşenleri olduğunu vurgulamışlardır. Bunların arasında arzu, kontrol motivasyonu, kontrol kapasitesi vardır.¹¹ Bireylerin öz denetim becerisi birbirinden farklılık göstermektedir. Özellikle sosyal alışkanlıkların oluşması, zararlı alışkanlıklardan uzaklaşılması, karar verme mekanizmasının güçlendirilmesi noktasında öz denetimin etkinliği söz konusudur.

Ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal alışkanlıklarının oluşmasında ya da bu alışkanlıkların devamlılığının sağlanmasında güçlendirilmiş bir öz denetimin, olası sorunları çözebileceği var sayılmaktadır. Ergenlerin sosyal medya ile olan ilişkisi diğer yaş gruplarına göre daha yoğun olabilmektedir.¹² Bu noktada, Türkiye İstatistik Kurumu'nun verilerine başvurmak gerekir. Verilere göre çocukların ve gençlerin internet kullanımı gittikçe artmaktadır.¹³ 1960'ların sonunda askeri savunma amaçlarıyla geliştirilen internet ağı, 1990'lı yıllarla birlikte kitlelere yönelik bir kullanım alanına kavuşmuştur.¹⁴ 1997 yılında kullanıcılarına profil oluşturma imkânı sağlayan sosyal medya sistemi çeşitlenerek devam etmiştir.¹⁵ Birbirinden farklı içerik ve kullanıma sahip olan platformların her biri değişik açılardan içerik oluşturmaya, paylaşım yapmaya, görünür ya da izleyici olmaya uygundur. Post modern dünyada yaygınlaşan etki alanı ile her yaş grubundan bireye ulaşabilen platformlar, ergenlik dönemindeki bireylerin büyük ölçüde vazgeçilmezleri haline gelmiştir. Bu açıdan ergenlerin otokontrol sistemlerinin güçlendirilmesi, kontrol mekanizmalarının devreye girebilmesi önem arz etmektedir. Kontrol mekanizmasını güçlendirebilecek başlıklar arasında dini değerler gelmektedir. Dini değerler, dini hayatlarında referans kabul edenlerin kararlarını etkileyen bir özelliğe sahiptir. Kabul edilen inanç sistemi dini değerlerin oluşumunda etkilidir. Bireysel ve sosyal yaşamda dinin düzenleyici ve kontrol edici özelliğinin sosyal medya özelinde kullanılması olasıdır.¹⁶

Sosyal medya özelinde akla gelen kavramlardan biri iletişimdir. Değişen dünyadaki kilit kavramlardan biri olarak iletişim, teknolojik gelişmelerle birlikte başka bir yere evrilmiştir. Sosyal medyanın çoklu kullanıma, ulaşım ve güncellemeye açık olması yeni bir iletişim şeklini ortaya çıkarmıştır.¹⁷ Bu iletişim şekliyle bağlantılı olarak ele alınması gereken başlıklardan biri olarak öz denetim görülebilir. Öz denetim ise 21. yüzyıl becerilerinin alt başlıklarından biri olarak öğrencilerin benlik becerilerine yöneliktir. Bu anlamda ortak beceriler çerçevesinde, öz denetimin bireylerin dürtü ve haz kontrolünü içermesi

¹⁰ Wilhelm Hofmann, "Self-Control", *The Handbook of Social Psychology*, ed. D. Gilbert, S. T. Fiske, E. Finkel, & W. B. Mendes, (2024), 1.

¹¹ Hiroki P. Kotabe- Wilhelm Hofmann, "On Integrating the Components of Self-Control", *Perspectives on Psychological Science* 10/5 (2015), 618.

¹² Mehmet Güney – Taşkın Taştepe, "Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı ve Sosyal Medya Bağımlılığı", *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi* (ASBD) 9/2 (2020), 187.

¹³ Türkiye İstatistik Kurumu (TUIK), "TUIK Veri Portalı" (Erişim 31 Ekim 2024).

¹⁴ Ahmet Tarhan, "Dijitalleşmenin Kavramsal ve Tarihsel Süreci", *Dijital Kültür ve Sosyal Medya*, ed. Mustafa Akdağ (Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını, 2020), 13.

¹⁵ Buket Kip Kayabaş, "Yeni İletişim Teknolojileri", ed. Volkan Yüzer-Mehmet Emin Mutlu, *Sosyal Medya ve Kişisel Yayıncılık* (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, 2018), 137-143.

¹⁶ Mehmet Zeki Göksu-Aytaç Satıcı, "Tüketim Ahlakı ve Dini Değerler: Üniversite Öğrencileri Örneği", *İhya Uluslararası İslam Araştırmaları Dergisi* 8/1 (Ocak 2022), 62.

¹⁷ Z. Beril Akıncı Vural- Mikail Bat, "Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma", *Journal of Yasar University* 20/5 (2010), 3349.

beklenir.¹⁸ Bireylerin mevcut görevlerini yerine getirebilmeleri ve dürtüsel davranışlarını kontrol edebilmeleri öz denetim olarak tanımlanabilir. Aynı zamanda stres yönetimi, bireyin hedeflerine ulaşabilmek için yeterli motivasyonu sağlaması kavramın sınırları içindedir.¹⁹ Dürtü ve haz kontrolünün pratikte karşılığının olabileceği alanlardan biri sosyal medya kullanımıdır. Sosyal medya kullanımı ile öz denetim arasındaki bağlantı bu açıdan kıymet ifade etmektedir.

Konu başlığı ile aynı doğrultuda olmasa da ergenlerin öz denetim becerisi ve sosyal medya kullanımı ile alakalı araştırmalar mevcuttur. Gökalp ve arkadaşları tarafınca ortaokul öğrencilerinin öz denetim becerisi ile sorumluluk değerleri arasındaki ilişkiyi ele alan,²⁰ Özgül'ün lise öğrencilerinin öz denetim becerisi ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkiyi farklı değişkenlere göre incelediği,²¹ Aksel'in ortaokul öğrencilerini hedef kitle olarak belirlediği, dijital oyun bağımlılığı ile öz denetim becerisini yordadığı,²² Eroğlu'nun ergenlerdeki internet bağımlılığı ve dindarlık arasındaki ilişkiyi öz denetimin aracılık rolünü incelediği,²³ Sağır'ın ergenlerdeki öz denetim ve dindarlık arasındaki ilişkiyi ele aldığı,²⁴ Tanrıkulu'nun ergenlerdeki öz denetimin internet bağımlılık düzeyini yordadığı,²⁵ Han'ın ortaokul öğrencilerinin dijital oyun ve bağımlılık durumlarının öz denetim becerisi açısından yorumladığı,²⁶ Yavuz'un öz denetimi ergen ruhsal sağlamlığının yordayıcısı olarak ele aldığı²⁷ çalışmaların her biri bu çalışmadaki hedef kitle açısından benzerlik göstermektedir. Bu çalışmada da hedef kitle olarak ergenlik dönemindeki bireyler seçilmiştir. Farklı hedef kitlelerle yapılan çalışmalarda da ortak nokta, öz denetimin bazı risklerle olan ilişkisine,²⁸ sosyal medya kullanımı ile maneviyat arasındaki bağa dikkat çekmektedir.²⁹ Öz denetim ve

¹⁸ Yalın Kılıç Türel, *21. Yüzyıl Becerileri ve Değerlere Yönelik Araştırma Raporu* (Ankara: MEB Yayınevi, 2023), 13-19.

¹⁹ Teresa Borowski, "CASEL's Framework for Systemic Social and Emotional Learning", *Establishing Practical Social-Emotional Competence Assessments Work Group*, (August 2019), 3; Sarah Gates vd., *Key Soft Skills for Cross-Sectoral Youth Outcomes* (DC: USAID's YouthPower: Implementation, YouthPower Action, 2016), 87.

²⁰ Ali Gökalp vd., "Öz Denetim ile Sorumluluk Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 22/2 (Aralık 2021), 715-726.

²¹ Oylum Özgül, *Lise Öğrencilerinde Öz Denetim ve Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi (Elâzığ İli Örneği)* (Mersin: Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017).

²² Neslihan Aksel, *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ile Öz Denetim ve Sosyal Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Ordu: Ordu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018).

²³ Ayşenur Eroğlu, *Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisinde Öz Denetimin Aracılık Rolü (Karaman Örneği)* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022).

²⁴ Rukiye Sağır, *Ergenlerde Dindarlık, Öz Denetim ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019).

²⁵ Mihriban Tanrıkulu, *Ergenlerde İnternet Kullanımı ve Bağımlılığıyla İlişkili Faktörler: Bağlanma, Öz-Denetim ve Algılanan Sosyal Destek* (Ankara: Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019).

²⁶ Derya Han, *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Durumlarının Öz Denetim (Öz Kontrol) ve Sosyal Duygusal Beceriler Açısından İncelenmesi* (İstanbul: Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023).

²⁷ Kudret Yavuz, *Ergen Psikolojik Sağlamlığının Yordayıcıları Olarak Öz Denetim ve Psikolojik İhtiyaçlar: Bir Karma Model Araştırması* (İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2022).

²⁸ Hatice Betül Yücekaya, *İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Akılcı Olmayan İnançlar, Başa Çıkma Stratejileri ve Öz-Denetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019); Ebrar Coşkun, *Beliren Yetişkinlikte İnternet Bağımlılığının Siber Zorbalık ve Riskli İnternet Davranışları Üzerindeki Etkisinde Öz Denetimin Düzenleyici Rolü* (İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023).

²⁹ Meryem Hekimoğlu, *Yetişkin Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023).

sosyal medya arasındaki ilişkiyi farklı değişkenlere göre ele alan çalışmalar arasında, ergenlerin sosyal medya kullanımında dini değerlerin öz denetim üzerindeki etkisini yordayan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durum, çalışmanın özgünlüğüne katkı sağlamakla birlikte çalışmanın sonuçlarının karşılaştırılması açısından bazı zorluklar içermektedir. Birbirini destekleyen ya da farklılaşan verilerin betimlenmesi ve yorumlanması, daha sonraki çalışmalara temel oluşturması açısından önem arz etmektedir.

Çalışmanın amacı, sosyal medya kullanımında dini değerlerin öz denetim becerisini aktifleştirme etkinliğini ortaya koymaktır. Bu bağlamda ergenlik döneminin başlarında olduğu var sayılan (ortaokul öğrencisi) bireyler hedef kitleyi oluşturmaktadır. Dini değerlerin hem bireysel hem de sosyal yaşamdaki kabuller ve davranışların temelini oluşturduğu söylenebilir.³⁰ Bu açıdan öz denetim becerisi gibi bireyin karar verme mekanizmasını yönlendirebilecek bir özelliğe sahip olduğu var sayılmaktadır. Bu doğrultuda problem durumu olarak aşağıda yer alan dört hipotez ileri sürülmüştür.

H1. Sosyal Medya kullanımının öz denetim becerisi üzerinde anlamlı etkisi vardır.

H2. Dini değerlerin sosyal medya kullanımına etkisi vardır.

H3. Dini değerlerin öz denetim becerisi üzerinde aracılık etkisi vardır.

Bu çalışmanın problem cümlesi, dini değerlerin bireylerin öz denetim becerileri üzerindeki etkisini inceleyerek sosyal medya kullanımına yansıyan sonuçları ortaya koymaktır. Araştırmanın alt problemleri ise şunlardır:

1. Öz denetim becerisi gelişmiş ergen ve gençler sosyal medya kullanımında kendilerini kontrol edebiliyorlar mı?
2. Öz denetim becerisinin gelişiminde dini değerlerin etkisi var mıdır?
3. Sosyal medya kullanımında öz denetim becerisini aktifleştiren dinamikler arasında dini değerler var mıdır?

1. Araştırmanın Yöntemi

Ergenlerin sosyal medya kullanımlarında öz denetim üzerindeki dini değerlerin etkisinin incelendiği bu çalışmada karma yöntem kullanılmıştır. John W Creswell'e göre karma yöntemde hem nicel hem de nitel verilerin birlikte analiz edilmesi yoluyla ilişkisel bir bağ kurulmaktadır.³¹ Çalışma sıralı açımlayıcı (önce nicel- sonra nitel) yöntem ile yürütülmüş, değişkenler için nicel yolla veriler toplanmıştır. Nicel veriler korelasyonel analize tabi tutulmuştur. Sonuçları desteklemek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak mülakat tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın evreni İstanbul ili Anadolu yakasındaki ortaokul öğrencilerinden oluşmaktadır. Nicel örnekleme stratejilerinden çok aşamalı tabakalı örnekleme modeli ve sistematik örnekleme modeli kullanılmıştır. 465 örneklem gurubuna ulaşılmıştır. Hatalı örneklemler ayrıştırıldıktan sonra 422 örneklem nicel analize tabi tutulmuştur. Nitel çalışma için korelasyon bağlamında en yüksek ve en düşük ortalamaya sahip olan 16 öğrenci ile derinlemesine bir çalışma yapılmıştır.

³⁰ Ömer Demir, *İktisat ve Ahlak* (Ankara: Liberte Yayınları. 2003), 97.

³¹ John W. Creswell, *Karma Yöntem Araştırmalarına Giriş* (Ankara: Pegem Akademi, 2025), 5.

2. Veri Toplama Araçları

2.1. Nicel Veri Toplama Araçları

Öz kontrol-Öz yönetim Ölçeği (ÖKYÖ): Mezo tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ise Ercoşkun tarafından gerçekleştirilmiştir.³² Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayı değerleri “ölçeğin tümü” için 81, “Kendini Pekiştirme-KP” alt boyutu için .78, “Kendini Değerlendirme-KD” alt boyutu için .75 ve “Kendini Ayarlama-KA” alt boyutu için .74 bulunmuştur. Test tekrar test güvenirlik katsayıları “ölçeğin tümü” için $r=.75$; “Kendini Ayarlama-KA” alt boyutu için $r=.66$; “Kendini Değerlendirme-KD” alt boyutu için $r=.62$ ve “Kendini Pekiştirme-KP” alt boyutu için $r=.70$ olduğu görülmüştür. Ölçeği 302 lisans öğrencisi üzerinde uygulayan Mezo, ölçeğin faktör yapısını ortaya koymak için açımlayıcı faktör analizi yapmış, ölçeğin tamamının toplam varyansın %37,83’ünü açıkladığını; ölçeğin “Kendini Pekiştirme” (KP), “Kendini Değerlendirme” (KD) ve “Kendini Ayarlama” (KA) olmak üzere toplam 3 alt boyuttan oluştuğunu belirtmiştir. KP alt boyutundaki 5 maddenin faktör yükleri .53-.73; KD alt boyutundaki 5 maddenin faktör yükleri .56-.67; KA alt boyutundaki 6 maddenin faktör yükleri ise .44-.66 arasında değişmektedir.

Sosyal Medya Kullanım Ölçeği: Deniz ve Tutgun-Ünal tarafından geliştirilmiştir.³³ Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayı değerleri “ölçeğin tümü” için .82, “Süreklilik” alt boyutu için .72, “Yetkinlik” alt boyutu için .73 bulunmuştur. Ölçek 506 kişi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizine göre toplam varyans %56,96 çıkmıştır.

Dini Şuur Ölçeği: Seyhan tarafından geliştirilmiştir.³⁴ Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayı değerleri “ölçeğin tümü” için .91 çıkmıştır. Ölçek test tekrar test yöntemi ile geliştirilmiştir. Faktör analizi sonucunda değer, bilinç ve davranış alt boyutları oluşmuştur. Toplam varyans %54,36 dır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise (CMIN=351,75; N=225; sd=184; $p=0,000$) anlamlı çıkmıştır. Uyum indeks değerleri ise RMSEA=.056, CFI=.97; IFI=.922; GFI=.872; SMRM=.051; TLI=.910 olarak bulunmuştur.

2.2. Nitel Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama sürecinde, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji deseni tercih edilmiştir. Bu yöntem, katılımcıların araştırma konusu bağlamında sahip oldukları görüş, deneyim ve duyguların detaylı bir şekilde ortaya çıkarılmasını hedefleyen bir veri toplama yaklaşımıdır.³⁵ Araştırmada, katılımcılara yönelik bir kişisel bilgi formu ve açık uçlu sorular içeren yarı yapılandırılmış bir mülakat formu hazırlanmıştır. Sorular, öğrencilerin düşüncelerine ilişkin derinlemesine ve kapsamlı bilgi edinmeyi amaçlayacak şekilde, ilgili ölçeklerle uyumlu olarak titizlikle yapılandırılmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakat formu ise, görüşmeler sırasında katılımcıların yanıtlarına göre esnek bir biçimde revize edilebilmesine olanak tanıyacak şekilde

³² Muhammet Hanifi Ercoşkun, “Adaptation of Self-Control and Self-Management Scale (SCMS) into Turkish Culture: A Study on Reliability and Validity”, *Educational Sciences-Theory & Practice* 6/4 (2016), 1125-1145.

³³ Levent Deniz-Aylin Tutgun Ünal, “Sosyal Medya Çağında Kuşakların Sosyal Medya Kullanımı ve Değerlerine Yönelik Bir Dizi Ölçek Geliştirme Çalışması”, *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11/18 (Haziran 2018), 1025-1057.

³⁴ Seyhan, Beyazıt Yaşar. “Dini Şuur Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”. *EKEV Akademi Dergisi* 61 (Kış 2015), 399-414.

³⁵ Ali Yıldırım- Hasan Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2013), 136.

tasarlanmıştır. Bu yaklaşım, veri toplama sürecinde katılımcı perspektiflerinin dinamik olarak keşfedilmesini sağlamayı hedeflemiştir. Araştırma için gerekli etik izinlerin alınmasının ardından, okul yöneticileri ile iletişime geçilmiş ve öğrencilere kendi okullarında ulaşılmıştır. Veri toplama süreci, öncelikle belirlenen ölçeklerin uygulanmasıyla başlamış, ölçek sonuçlarının analizi sonucunda mülakat yapılacak öğrenciler en yüksek ve en düşük puan üzerinden belirlenmiş ve ortaokul 6, 7 ve 8. sınıflardan toplam 16 öğrencileriyle mülakat gerçekleştirilmiştir, bu sistematik süreç, veri toplama aşamasında nitelikli ve kapsamlı bilgi edinilmesine imkân vermiştir.

3. Veri Analizleri

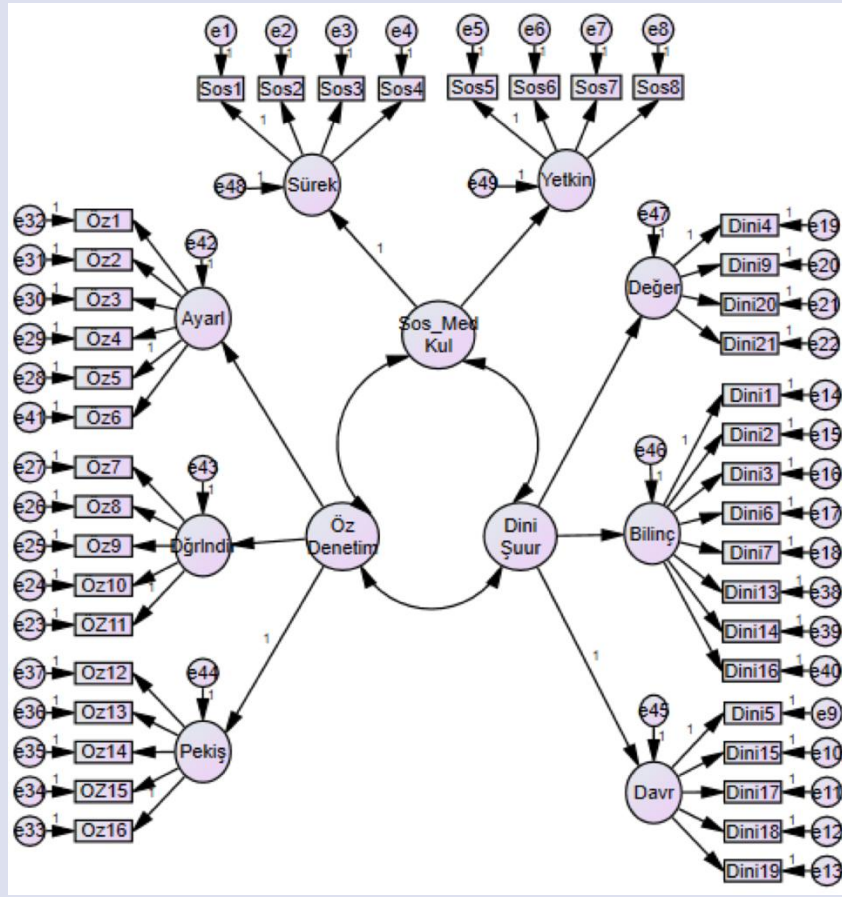
Bu çalışmanın veri analizi sürecinde hem nicel hem de nitel verileri içeren karma araştırma tasarımı kullanılmıştır. İlk aşamada, nicel analizler çeşitli ölçekler aracılığıyla değerlendirilmiştir. Ardından, istatistiksel yöntemlere dayanarak korelasyon bağlamında en yüksek ve en düşük ortalamalara sahip katılımcılarla derinlemesine görüşmeler planlanmıştır. Her iki analiz türü, çalışmanın sonuçlarının değerlendirilmesinde bir bütün olarak ele alınmıştır. Bu yaklaşım, sosyal medya kullanımında etkili faktörlerden biri olan öz denetim üzerinde dini değerlerin etkisini kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına ve ortaya konulmasına olanak tanımıştır.

3.1. Nicel Veri Analizleri

Öğrencilerin ölçek maddelerine verdikleri yanıtlar, olumlu cevaplanmış gibi kodlanmıştır. İlk analizde, her ölçek için Cronbach's alpha ile iç tutarlılık tahminine bakılmış ve normallik testi uygulanmıştır. Ardından, AMOS istatistik yazılımı kullanılarak yapısal faktör analizi (DFA) ve yapısal denklem modellemesi (YEM) yapılmıştır. DFA, maddelere verilen yanıtlardan türetilen teorik faktörleri (yani gizli psikolojik yapılar) güçlü bir şekilde temsil etmektedir. YEM ise birçok yordayıcı ve sonuç değişkeni arasındaki nedensel ilişkileri test etme avantajına sahiptir; bu, yalnızca tek bir sonucu ele alabilen çoklu regresyon prosedürleriyle mümkün değildir. Hem DFA hem de YEM, maddeler için ölçüm hatalarını dikkate alarak ölçüm açısından daha doğru sonuçlar sunar.

Test sonuçları genellikle χ^2/sd istatistiği için $CMIN/DF$ değerine, ortalama karekök hatası (RMSEA), karşılaştırmalı uyum iyiliği (GFI ve CFI) değerlerine göre değerlendirilir. İyi uyum değerleri için; $CMIN/DF < 3$, GFI ve CFI $> .95$ ve RMSEA $< .05$ olmalıdır. Kabul edilebilir değerler için ise; $CMIN/DF < 5$, GFI ve CFI $> .90$ ve RMSEA $< .08$ olmalıdır.³⁶ Bu kıstaslara göre; gizil yapılar arasında yer alan ilişkiyi ortaya çıkarmak için yapılan doğrulayıcı faktör analizi Şekil 1'de gösterilmiştir.

³⁶ Niels J. Blunch, *Introduction to Structural Equation Modeling Using IBM SPSS Statistics and Amos* (California: Sage Publications Ltd., 2008).



Şekil 1: Doğrulayıcı Faktör Analizi (n=422)

Tablo 1: Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İndeks Değerleri

Uyum ölçütleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Araştırma Modeli DFA Analizi
$CMIN/DF \chi^2/sd$	$0 < X^2/sd < 3$	$3 < X^2/sd < 5$	1,91
CFI	$0,95 < CFI < 1$	$0,90 < CFI < 0,95$	0.869
GFI	$0,90 < GFI < 1$	$0,85 < GFI < 0,89$	0.848
RMSEA	$0 < RMSEA < 0,05$	$0,05 < RMSEA < 0,08$	0.047

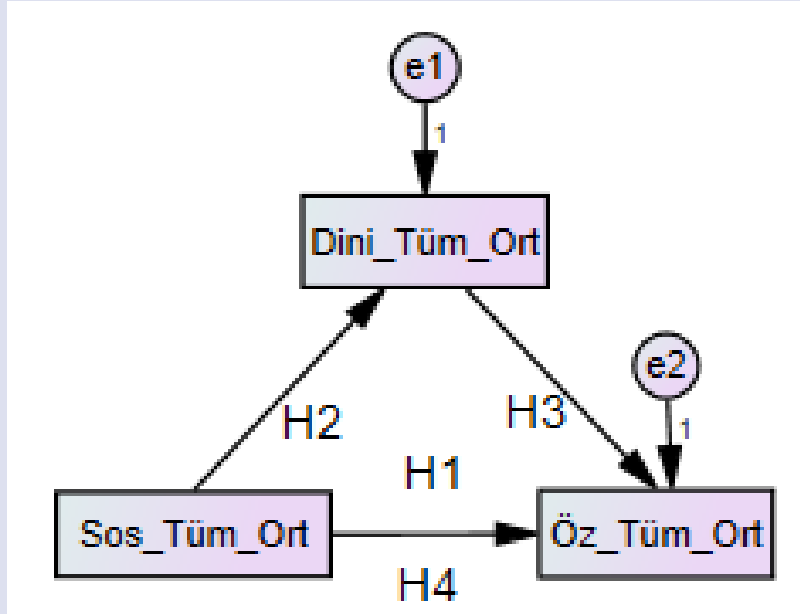
Tablo 1’de ölçüm modelinin uyum indeks değerleri yer almaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen veriler referans değerler ile karşılaştırılmıştır.

Model uyumuna bakıldığında CMIN/DF ve RMSEA mükemmel uyumu göstermektedir. GFI, kabul edilebilir durumdadır. CFI ise kabul edilebilir sınıra yakındır. Bu değerlere yapısal olarak uyumdan söz edilebilir. Tüm faktör yükleri, $P < 0.05$ düzeyinde anlamlıdır.

Doğrulayıcı faktör analizinden sonra yapısal model hipotezleri, yol analizi (path) ile test edilmiştir. Ölçüm modelinin uyum indeks değerleri ile yapısal modelin uyum indeks değerlerinin ile benzer olduğu görülmüştür.

Hipotez Testleri

Ergenlerin sosyal medya kullanımının; öz denetim becerisi üzerinde (H1), dini değerler üzerinde (H2) etkisi ile dini değerlerin öz denetim becerisi üzerindeki (H3) etkisi test edilmiştir. Bununla beraber ergenlerin sosyal medya kullanımının öz denetim becerisi üzerinde, dini değerlerin aracılık (H4) etkisi test edilmiştir. Bütün testler, Şekil 2 üzerinde gösterilmiş olup standardize regresyon sonuçları Tablo 2’de yer almaktadır.



Şekil 2: Yol (Path) Analizi (H1-H2-H3-H4). (n=422)

Tablo 2: Standardize Regresyon Sonuçları

Yapısal İlişkiler	Hipotezler	(β)	(C.R.)	R ²	S.E.	P	Durum
Din_Tüm_Ort <--- Sos_Tüm_Ort	H1	-,097	-1,99	0,009	,030	,047	Kabul
Din_Tüm_Ort <--- Sos_Tüm_Ort	H2	-,182	-4,15	,203	,030	***	Kabul
Öz_Tüm_Ort <--- Din_Tüm_Ort	H3	,395	9,02		,049	***	Kabul

Tablo 4: Aracılık Etkisi Sonuçları

Yapısal İlişkiler	Standartlaştırılmış Endirek Etki (β)	Bootstrap(lower bounds/Upper bounds) %95 GA	Hipotezler	Hipotez Sonuçları
Öz_Tüm_Ort<- Din_Tüm_Ort <--- Sos_Tüm_Ort	0,035	-0,78/-0,01	H4	KABUL

Sosyal Medya kullanımının öz denetim becerisi üzerinde dini değerlerin aracılık etkisi (H4) test edilmiş olup standardize regresyon sonuçları Tablo 4’te yer almaktadır.

Araştırma hipotezlerinin test edildiği Tablo 4 değerlendirildiğinde Bootstrap sonuçlarına göre, sosyal medya kullanımının dini değerler aracılığıyla öz denetim becerisi üzerine dolaylı etkisi anlamlıdır ($\beta=0,03$, %95 GA $[-0,78, -0,01]$). Bu kapsamda H4 hipotezi desteklenmektedir.

3.2. Nitel Veri Analizleri

Çalışmanın nitel veri analizi bölümünde, katılımcıların araştırmanın amaçları doğrultusundaki görüşlerinin ortaya konulması hedeflenmiştir. Mülakat tekniği ile veriler elde edilmiştir. Mülakat, sözlü iletişim yoluyla katılımcıları ve onlara yönelik durumları anlamaya yönelik veri toplama tekniğidir.³⁷ Veri toplama sürecinde katılımcıların yanıtlarına bağlı olarak soruların esnek biçimde yeniden şekillendirilmesine olanak tanımak için yarı yapılandırılmış, açık uçlu sorular hazırlanmıştır. Soru formunun oluşturulma sürecinde, öncelikle ilgili alanyazın kapsamlı bir şekilde taranmış ve elde edilen bulgular doğrultusunda bir mülakat formu oluşturulmuştur. Soruların nihai hâle getirilme sürecinde pilot bir çalışma gerçekleştirilerek, soruların anlaşılabilirliği test edilmiş, katılımcılar tarafından anlaşılması güç bulunan ifadeler revize edilmiş ve formun son hâli oluşturulmuştur. Ortaokul, İmam Hatip Ortaokulu ve Özel Ortaokul olmak üzere farklı ortaokullardan 16 öğrenci ile 50 dakikalık derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Katılımcılardan elde edilen nitel verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi tercih edilmiştir. Betimsel analiz yöntemi, verileri sistematik bir biçimde organize etmeyi, anlamlandırmayı ve ilgili temalar çerçevesinde yorumlamayı amaçlamaktadır. Bu yöntemin temel amacı, elde edilen bulguları bütüncül bir perspektifle derleyerek okuyucuya açıklık ve bağlam içinde sunmaktır.³⁸ Bu doğrultuda, katılımcı görüşleri doğrudan alıntılarla desteklenerek sunulmuştur. Mülakata katılan öğrenciler, gizlilik ilkesi doğrultusunda kodlanarak K1'den K16 şeklinde belirtilmiştir. Elde edilen veriler ise Maxqda Pro 2024 yazılımı aracılığıyla tematik analiz yöntemiyle kodlanmış ve incelenmiştir. Kodlama sürecinde, öz denetim ve sosyal medya öz denetimi temaları çerçevesinde alt temalar belirlenmiştir. Bu temalar, katılımcıların sosyal medya deneyimlerinin farklı yönlerini anlamaya imkân tanımıştır. Elde edilen bulgular, katılımcıların öz denetimin sosyal medya kullanımındaki etkisini fark ettiklerini ve sosyal medya kullanımında dini değerlerin önemli kriterlerden olduğunu göstermektedir.

4. Bulgular ve Yorumlar

4.1. Nicel Bulgular

Araştırmada P değerlerinde $P<0.05$ düzeyinde hipotezlerin tamamı “****” iyi bir anlamlılıkla kabul görmüştür. Sonuçlar ele alındığında Bağımsız değişken öz denetim ile bağımsız gizil değişken öz denetim (Öz_Tüm_Ort<--- Sos_Tüm_Ort) arasında $(-0,182)$ tek yönlü ters bir ilişki olduğu ve regresyon katsayısının $0,20$ olduğu görülmektedir. Bağımsız değişken öz denetim ile bağımlı gizil değişken dini bilincin %20'sini açıkladığı $0,05$ anlamlılık düzeyinde görülmektedir. İyi bir anlamlılık düzeyinde H1 hipotezi kabul görmüştür. Sosyal medya kullanımı arttıkça ergenlerin öz denetim becerileri değişmektedir.

³⁷ Ünsal Sığı, *Nitel Araştırma Yöntemleri* (İstanbul: Beta Yayınları, 2018), 267.

³⁸ Ali Yıldırım - Hasan Şimşek, *Nitel araştırma yöntemleri [Qualitative research methods]* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2008), 239.

H2 için bağımsız değişken sosyal medya kullanımı ile bağımlı gizil değişken dini bilinç (Din_Tüm_Ort <--- Sos_Tüm_Ort) arasında (-0,9) tek yönlü ters bir ilişki olduğu ve regresyon katsayısının 0,1 olduğu görülmektedir. Bağımsız değişken öz denetim ile bağımlı gizil değişken dini davranışın %1'ni açıkladığı 0,05 anlamlılık düzeyinde görülmektedir.

H3 için bağımsız değişken dini değerler ile bağımlı gizil değişken öz denetim (Öz_Tüm_Ort <--- Din_Tüm_Ort) arasında (0,39) tek yönlü bir ilişki olduğu ve regresyon katsayısının 0,075 olduğu görülmektedir. Bağımsız değişken öz denetim ile bağımlı gizil değişken dini değer %7'sini açıkladığı 0,05 anlamlılık düzeyinde görülmektedir. Bu sonuç bize göstermiştir ki; ergenlerin öz denetimleri arttıkça dini değerlerinde de artışlar yaşanmaktadır. Cengil'in yaptığı araştırmaya göre dini eğitim almış olan öğrencilerin öz yönetim becerilerinin arttığı görülmüştür. Bu karşılıklı ilişki bu araştırmanın nitel sonuçlarında da görülmüştür.³⁹

Aracılık etkisi için değişkenlere ait dolaylı etkiler tespit edilmiştir. Hipotez 4 için yapılan aracılık testinde, yapısal ilişkilerde standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β), bootstrapve anlamlılık değerleri (p) Tablo 3'te gösterilmektedir. P değerlerinde $P < 0.05$ düzeyinde H4 hipotezi “****” iyi bir anlamlılıkla kabul görmüştür. Bootstrap sonuçlarına göre, Sosyal Medya kullanımının dini değerler aracılığıyla öz denetim becerisi üzerine dolaylı etkisi anlamlıdır ($\beta = 0,03$, %95 GA [-0,78, -0,01]).

4. 2. Nitel Bulgular

Çalışmanın nitel bölümü sosyal medyada öz denetim ve öz denetim şeklinde iki ana tema halinde ele alınmıştır. Anket çalışmasına katılan öğrencilerden nicel çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda korelasyon bağlamında en yüksek ve en düşük ortalamaya sahip olan 16 öğrenci ile derinlemesine bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Mülakat yapılan öğrenciler için, katılımcı anlamında K1 ile K16 arasında kodlama yapılmıştır. Katılımcıların mülakat esnasında verdikleri cevaplar, metin içerisinde birebir aktarılmıştır.

4.2.1. Sosyal Medyada Öz Denetim

Bu çalışmada, sosyal medyada öz denetimin etkilerine dair belirli konuların öne çıktığı görülmektedir. Öğrencilerle gerçekleştirilen görüşmelerde sorulan sorular ve verilen yanıtlar doğrultusunda, üzerinde durulması gereken başlıklar aşağıda sıralanmıştır.

4.2.1.1. Akımları Takip

Katılımcı öğrencilere sosyal medyadaki akımlara dahil olup olmadıkları sorulmuştur. Öğrencilerin bir kısmının akımlara dahil olmadığı (K3, K5, K7, K8, K9, K11, K14) ve bu akımları gereksiz bulduğu anlaşılmıştır. Akımları takip ettiğini söyleyen katılımcıların bir kısmı ise uygulamalarını paylaşmadıklarını, yalnızca galerilerinde tuttuklarını ifade etmiştir (K2, K10, K12, K13). Diğer yandan, bazı katılımcılar bu akımları eğlenceli bulduklarını belirtmiştir (K1, K4, K6). Verilerin cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi sonucunda, akımları takip noktasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Çalışmaya katılanların bazıları bu tür akımları eğlenceli bulurken, bir kısmı eleştirel bir bakış açısıyla akımlara mesafeli durmaktadır. Bu noktada, 21. Yüzyıl becerileri arasında öne çıkan eleştirel düşünme becerisinin önemini vurgulamak önemlidir. Öğrencilerin

³⁹ Muammer Cengil, “Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Denetim Odaklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3/5 (2004), 86.

karşılaştığı sorunlara hazır çözümler uygulamak yerine, eleştirel düşünme yeteneklerini geliştirmeleri bu süreçte büyük fayda sağlayacaktır.⁴⁰ Akımları takip ederken sosyal medyanın önemi göz ardı edilemez. Sosyal medyayı şekillendiren birçok faktör bulunmakla birlikte, özellikle fenomenlerin başlattıkları akımlar, sosyal medya algoritmalarını önemli ölçüde etkilemektedir. Fenomenlerin takipçilerinin bu akımları benimsemesi, eğlence akışında canlılık ve hareketlilik yaratmaktadır. Popüler kültürün akım trafiği yoluyla sosyal medyada görünür olma ihtimali artmaktadır.⁴¹ Çalışma kapsamında katılımcıların akımlara dahil olsa bile paylaşmayı tercih etmedikleri ortaya çıkan sonuçlar arasındadır.

4.2.1.2. Argo ve Küfür Kullanımı

Katılımcıların sosyal medya kullanımında argo ve küfür kullanıp kullanmadığı sorusuna verilen cevaplar bu başlığı oluşturmuştur. Katılımcılardan K9, K11, K12, K13 ve K14'ün dini ve ahlaki değerlerin etkisiyle argo ve küfür kullanımından kaçınmaya özen gösterdikleri anlaşılmaktadır. Özellikle K11 ve K13, ailelerin ve sosyal çevrelerinin de etkisiyle bu tür ifadelerden uzak durduklarını ifade etmektedirler: “Hayır, kullanmam. Zaten herkese yorum yapmam. Dini değerlerime ve ailemin yetiştirme biçimine göre davranırım.” Diğer bir katılımcı ise, “Argo kelimeler kullanmam. Çünkü hoşuma gitmiyor ve ailem de bunu istemiyor,” diyerek benzer düşüncelerini dile getirmiştir. Argo kullanmadıklarını belirtenlerin önemli bir kısmının, dini değerlere ve ailelerinin beklentilerine dikkat çektiği görülmektedir.

Kadın katılımcılardan K1, K3, K4 ve K7'nin düşük düzeyde argo kullandığı gözlemlenirken, K8, K9, K10, K12 ve K13, argo ve küfürden uzak durduklarını, bu davranışlarının dini değerler, ahlaki normlar ve yetiştirilme tarzlarıyla şekillendiğini belirtmişlerdir. Erkek katılımcılardan ise K2, K5 ve K6, düşük düzeyde argo kullanırken; K11 ve K14, dini ve ahlaki sebeplerle küfredemediklerini ifade etmişlerdir: “Kimseye hakaret etmem ve argo kullanmam. Hem günah hem de çevremdekilerin tepkisini alırım,” derken bir diğeri, “Argo hiç kullanmam. Arkadaşlarıma bazen ufak argolar kullanırım. Dinimiz buna izin vermiyor ve böyle davranmak çok gereksiz,” diyerek görüşlerini özetlemiştir. Cinsiyet açısından bakıldığında, kadın katılımcıların argo kullanma konusunda erkeklere kıyasla daha mesafeli oldukları anlaşılmaktadır.

Argo sözlükte “Her yerde ve her zaman kullanılmayan veya kullanılmaması gereken, çoklukla eğitimsiz kişilerin söylediği söz veya deyim”⁴² olarak tanımlanırken küfür “Sövmek için söylenen söz” anlamına gelmektedir.⁴³ İletişimin kalitesi, sağlıklı bir iletişim süreci ile şekillenir. Bu süreçte kaliteyi etkileyen unsurlardan biri de argo dilin kullanım şeklidir. Küfür gibi ifadelerin kullanımı ise etkili bir iletişimi engelleyebilir.⁴⁴ Sosyal yaşamda kullanım oranları artsa da eğitim kurumları ve eğitimcilerin çeşitli projelerle öğrencileri küfürden uzak tutmaya çalıştıkları görülmektedir. Bu bağlamda, çalışma

⁴⁰ Eyyup Serkan Öncel, “İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretim Programının Eleştirel Düşünme Becerileri Açısından İncelenmesi”, *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11/18 (2019), 2822.

⁴¹ Elif Hatice Bahçecioğlu, “Popüler Kültür Odağında Sosyal Medyada Akım Trafiği: ‘TikTok’ Örneği”, *Etkileşim* 12 (2023), 436.

⁴² *Güncel Türkçe Sözlük*, “Argo” (Erişim 12 Aralık 2024).

⁴³ *Güncel Türkçe Sözlük*, “Küfür” (Erişim 14 Aralık 2024).

⁴⁴ Ahmet Çiçek –Mustafa, Yağbasan, “Küfür ve Argonun Gündelik İletişimdeki Yeri Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Alan Araştırması”, *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* (Aralık 2019) 32, 33.

kapsamında katılımcıların argo ve küfür kullanımına dair bakış açıları ve bu durum üzerindeki etkili faktörler incelenmiştir.

4.2.1.3. Arkadaş Paylaşımlarına Tepki

Bu başlıkta, sosyal medya kullanımı bağlamında öğrencilerin arkadaşlarının hoşuna gitmeyen paylaşımlarına nasıl tepki verdikleri ele alınmıştır. Katılımcılardan bazıları, sorunları yüz yüze konuşarak ve doğrudan çözüm önerileriyle ele alırken (K2, K3), diğerleri (K1, K6) duygusal patlamalar yaşayabilmektedir. Bunun yanı sıra, duruma pasif veya umursamaz bir tutumla yaklaşan katılımcılar (K4, K5), “Tepki göstermiyorum. Kişi paylaşımlarında özgürdür. Ama bana özel bir söylem olursa o zaman uyarırım” veya “Evet, kendimi kontrol ederim, kötü tepkiler vermem” şeklinde ifade etmektedirler. Kontrollü bir şekilde tepki veren katılımcılar (K8, K9, K11) ile durumu nezaket çerçevesinde çözmeye çalışanlar arasında ise farklı yaklaşımlar gözlemlenmektedir. Metinde, arkadaşlarının paylaşımlarına karşı sergilenen tepkilerde dini değerlerin etkisinin bulunduğu dair doğrudan bir ifade olmasa da yüksek kontrol düzeyine sahip olan öğrencilerin sakin tepkilerinin arka planında bu değerlerin rol oynaması ihtimali mevcuttur. Öte yandan, bireysel tepkilerini kontrol etmekte güçlük çeken katılımcıların öfke ya da fiziksel müdahale gibi duygusal ve davranışsal tepkilerinin inançsal kabullerden kaynaklandığı söylenemez.

4.2.1.4. Ebeveyn Müdahalesini Değerlendirme

Çocukların telefon kullanımına yönelik aile müdahaleleri, üzerinde sıkça tartışılan konulardan biridir. Din ve ahlaki değerlerin bu durum üzerindeki etkisini vurgulayan katılımcıların görüşleri, (K11, K12, K13) şu şekildedir: “Evet sabırlı davranmaya çalışırım. Kimseye kötü davranıp günaha girmek istemem.” “Aileme tepki göstermiyorum. Çünkü biliyorum ki ailem benim için en iyi olanı seçiyor. Zaten Allah anneye babaya saygılı olmamızı istiyor.” “O günkü psikolojime göre değişse de anne babama nezaketli tepki veririm. Hem büyüklerim oldukları için saygı davranmam gerekir hem de onlar benim iyiliğimi düşündükleri için.” Verilen cevaplar ışığında düşük kontrol düzeyine sahip bireylerin öfkeli, sabırsız ve sert tepkiler gösterdiği anlaşılmaktadır: “Annem ve babam ayrı, bu nedense annem çok müdahale edemiyor, babam da evde olmuyor. Babaannem ile yaşadığım için kimse pek müdahale edemiyor. Şayet etseler öfkeli tepki veririm” ve “Annem çok baskı yaptığı için çok sinirim bozuluyor. Bir daha telefonu vermeyeceğim tehditleri olunca çok tepki veriyorum. Bu tepkilerim öfkeli olabiliyor” Çalışmada, korelasyon bağlamında zayıf bir ilişkinin gözlemlendiği öğrencilerin verdikleri cevaplar, nicel sonuçları pekiştirmektedir. Yukarıdaki cevaplarda bu durumu desteklemektedir.

4.2.1.5. Mahremiyet

Bu başlık altında iki alt soru bulunmaktadır. İlk soru, katılımcıların mahremiyet sınırlarını hangi kriterlere göre belirlediklerini ve paylaşım yapma sınırlarının neler olduğunu irdelemektedir. İkinci soru ise, katılımcıların mahremiyete uygun olmayan içeriklere verdikleri tepkileri netleştirmeyi amaçlamaktadır. Verilen cevaplar incelendiğinde, ailesinin değerlerini ön planda tutanların (K6, K7, K10, K14), dini ve ahlaki değerlerin paylaşımında belirleyici olduğunu ifade edenlerin (K2, K8, K9, K11, K13 ve K14) yanı sıra, yalnızca kendi ilkeleri ve özel yaşamının önemine vurgu yapanların (K3, K4, K5, K12) da var

olduğu görülmektedir. Mahremiyete uygun olmayan içeriklerle karşılaştıklarında ise katılımcılarda sinir ve üzüntüye yol açtığı, içerikleri şikâyet ederek ya da engelleyerek tepki gösterdikleri anlaşılmaktadır: “Mahremiyete uygun olmayan bir içerik görünce kötü hissediyorum, hemen kapatıyorum.” “Cidden kendim paylaşmış gibi utaniyorum. Bazen de sinirleniyorum ve o videoyu veya fotoğrafı engelliyorum.” “O içeriği izlemiyorum ve önerilerden kaldırıyorum.” “Öncelikle elimle kapatıp engellerim ve şikâyet ederim. Bir daha önüme gelmiyor.” Cinsiyet değişkeni üzerinden elde edilen yanıtlar incelendiğinde, kadın katılımcıların dini değerlere ve aile rehberliğine sıkça atıfta bulunduğu (K8, K9, K10, K12, K13, K14) görülmüştür. Bu durum, kadınların genellikle aktif tepkiler verdiği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Öte yandan, engelleme, şikâyet etme ve içerikleri kapatma gibi yöntemlerin kadınlar arasında oldukça yaygın olduğu (K7, K8, K9, K12, K13, K14) anlaşılmakta; erkek katılımcıların ise genellikle uygunsuz içeriklere karşı daha pasif bir tutum sergiledikleri gözlemlenmektedir.

Mahremiyet kavramının farklı disiplinler tarafından ele alınması, onun tanımını da zenginleştirmektedir. Gizlilikle sınırlı kalabilen mahremiyet, bireyin özne olduğu bir durum olarak, kişinin sınırlarını belirlemenin yanı sıra, başkalarının bu sınırların nereye kadar uzanacağını da bilmesine olanak tanıyan bir özelliktir. Sosyal medyanın bireyin mahremiyet alanıyla doğrudan ilişkili olduğu belirtilmelidir. Birey, paylaşımları aracılığıyla kendi mahremiyet sınırlarını çizmektedirler. Yetişkinlerden farklı olarak ergenlik döneminin başında bulunan ortaokul öğrencilerinin, bu sınırları yetişkinler kadar bilinçli bir şekilde belirlemeleri beklenmemektedir.

4.2.1.6. Zaman Kontrolü

Ergenlerde zaman kontrolü, başarı ile sıkı bir şekilde bağlantılı olan önemli kavramlardan biridir. Sosyal medyada zaman yönetimini başarıyla gerçekleştirebilen bireylerin, motivasyon kaynakları üzerine farklı yanıtlar almak mümkündür. Çalışma kapsamında katılımcılara sosyal medyada zaman kısıtlaması olup olmadığı sorulmuş ve ayrıca dini değerlerinin bu zaman sınırlamasındaki etkisi araştırılmıştır. Bazı kişiler, planlama yetenekleriyle bu konuya yaklaşırken, diğerleri dini değerlerin etkisi doğrultusunda zamanlarını planlamaktadır (K8, K12). Zamanı israf etmeme bilincine sahip katılımcıların, bu yaklaşımı içsel motivasyonlarıyla desteklemesi oldukça olasıdır. Öte yandan, K1 ve K6, dini değerlerin zaman yönetiminde faydalı olmadığını belirtirken, K3, K4, K11 ve K13 ise zamanın kıymetini vurgulamaktadır: “Zaman sınırlamam var. Dini değerlerim bu konuda etkili. Örneğin, kötü bir içerik görsem dini değerlerime uymayınca hemen kapatırım.”, “Aslında annem ve babam, benim için sınırlama belirliyorlar. Sosyal medya, aslında gerekli bir şey değil. Ama kafamızı dağıtmak için en fazla bir saat yeterli. Bu konuda da zamanı israf etmemiş oluyoruz.” cümleleri dini değerlerden hareket edildiğine örnektir. “Vaktimi boşa geçirmemek için zaman sınırlaması yapıyorum.”, “Belirli bir saate göre sınırlarım. Kendi sağlığımı ve zamanımı düşünerek kendimi planlarım.” cümleleri kişisel değerlere vurgu yapsa bile öğrencilerin önemli bir bölümü, zaman sınırlaması noktasında dini değerlerden hareket ettiklerini ifade etmişlerdir.

Bu noktada zamanın, bireylerin yaşamında önemli unsurlardan biri olduğuna dikkat çekmek gerekir. Modern insanı ve yaşamı değerlendirirken, zaman kavramını ele almak kaçınılmazdır. Passig, fiziksel ve biyolojik zamanın ötesinde psikolojik zamanın da varlığından bahseder. Ona göre, psikolojik zaman kişinin bireysel deneyimleriyle şekillenen bir olgudur.⁴⁵ Zamanı kontrol altında tutmak, etkili zaman yönetiminin temelini oluşturur. Bireyin sahip olduğu süreyi en verimli şekilde kullanması, planlama

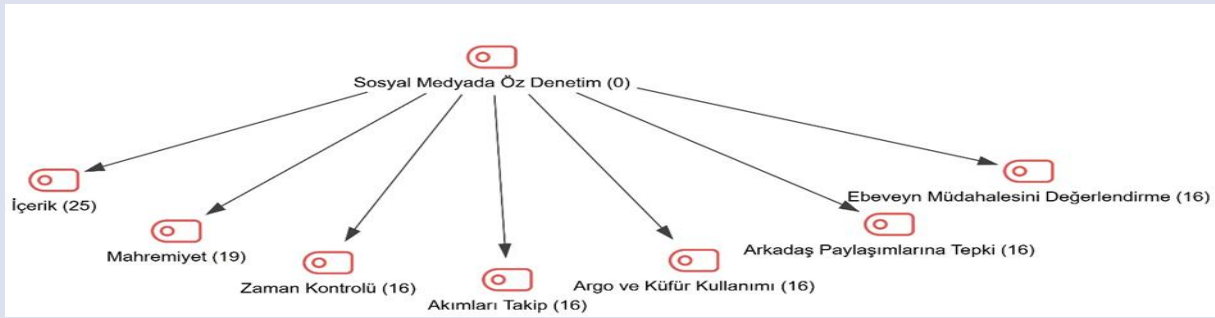
⁴⁵ David Passig, “Future –Time-Span as a Cognitive Skill in Future Studies”, *Futures Research Quarterly* 19(4) (2005), 28.

yapması ve önceliklerini belirlemesi, başarıya ulaşmada önemli etkenlerdir.⁴⁶ Ergenlerin zaman yönetimi becerilerini inceleyen araştırmalar, bu alanda atılacak adımlara da yol göstermektedir.⁴⁷ Çalışma çerçevesinde, katılımcıların zaman yönetimi konusunda yaşlarından dolayı ebeveynlerinden destek aldıkları anlaşılmaktadır.

4.2.1.7. İçerik

Sosyal medyanın doğuşu, başlangıçta içerik üretimine odaklanmamış olsa da zamanla bu alana doğru bir evrim geçirmiştir. Artık her birey, içerik üretebileceği ve bu içerikleri paylaşabileceği bir platforma sahip durumdadır.⁴⁸ Bu bağlamda, içerik üretirken, paylaşırken ya da içeriklere tepki verirken herkesin farklı motivasyonlar ve değerlere dayalı bir yaklaşım benimsediği gözlemlenmektedir. Araştırma, katılımcıların kendilerini rahatsız eden içeriklere verdikleri yanıtların çeşitlilik gösterdiğini ortaya koymuştur.

Katılımcıların bir kısmı, rahatsız edici içeriklere dini değerler çerçevesinde yaklaşarak bu tür içeriklerden uzak durduklarını ifade etmiştir. K8, K9, K10, K11, K12 ve K13, zararlı buldukları durumlarla başa çıkmak için dini argümanlar kullanmaktadır. Örneğin, K8 şu duygularını aktarmaktadır: “Bazen Kur’an-ı Kerim’i yırtmış gibi gördüğümde çok üzülüyorum. Dini kimliğime yapılan bu saygısızlıklar beni derin bir şekilde etkiliyor. Mahremiyet sınırlarımı, Allah’ın belirlediği çerçeveye göre düzenliyorum.” Bu cümle, dini hassasiyetin duygusal bir derinlik kazandığını göstermektedir. Araştırma sonucu, pasif bir tepki gösteren bireylerin yanı sıra rahatsız edici içeriklere karşı aktif bir mücadele eğiliminde olanların da bulunduğu anlaşılmaktadır. Kendi kriterlerini öne çıkaran katılımcılar, genellikle kişisel veya aile odaklı bir tutum sergilemektedir. Sosyal medya üzerindeki dini değerlerin etkisi incelendiğinde, yüksek düzeyde dini değerlere sahip bireylerin daha bilinçli bir yaklaşıma sahip olduğu görülmektedir. Bu, pasif bir tepki yerine, aktif bir katılımın söz konusu olduğunu göstermektedir. Cinsiyet değişkeni açısından sosyal medya içeriklerini dini değerlere göre sınırlandıran kadınların kişisel ve ahlaki sınır vurgusu mevcuttur. Erkek katılımcılarda ise sosyal sorunluluğun ön planda olduğu anlaşılmaktadır.



Şekil 3: Sosyal Medyada Öz Denetim Temasına Ait Hiyerarşik Kod Alt Kod Bölümler Modeli

⁴⁶ Refik Balay, *2000’li Yıllarda Sınıf Yönetimi* (Ankara: Pegem Akademi Yayınevi, 2021), 57; İsmail Efil, “Zaman Yönetimi ve Yönetimde Bir Kaynak Olarak Zaman”, *Sınıf Yönetimi*, ed. Leyla Küçükahmet (Ankara: Nobel Akademi, 2000), 82.

⁴⁷ Daha fazla bilgi için bk; Jale Eldeleklioğlu, “Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi”, *İlköğretim Online* 7(3) (2008), 656-663; Alaattin Ciminli, “Ergenlerde Psikolojik Sağlık, Teknoloji Bağımlılığı ve Boş Zaman Yönetimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 62 (2024), 2730- 2745.

⁴⁸ Tarhan, “Dijitalleşmenin Kavramsal ve Tarihsel Süreci”, 6.

4.2.2. Öz Denetim

Sosyal medya kullanımı, bireylerin öz denetim becerilerini, zaman yönetimi yeteneklerini, mahremiyet algılarını ve içeriklere verdikleri tepkileri şekillendirebilmektedir. Bu açıdan, çalışmanın odak noktası olan öz denetim ve katılımcıların bu konudaki farkındalık düzeyleri, birbirini etkileyen bir sistem oluşturur. Öz denetim becerisi güçlü olan ergenler, sosyal medyanın olumsuz etkilerini daha az hissedeceklerdir. Bu bağlamda, çalışmada öz denetimin doğası, dinamikleri ve dini değerlerin etkisi üzerine belirlenen alt başlıklar, katılımcıların bu konudaki tutumları hakkında önemli bilgiler sunmaktadır.

Katılımcılardan K1, K2 ve K7, kendini kontrol edememenin olumsuz sonuçlara yol açabileceğini vurgulayarak, pişmanlık ve zarar görme temalarına dikkat çekmektedirler. K1, “Bu önemli. Çünkü insanın kendini koruması için mutlaka gerekli. Kendini kontrol edemezsen, çok kötü şeyler olabilir,” şeklinde ifade ederken; K2, “Kendimizi kontrol edemezsek sonuçları kötü olur. Kendimizi kontrol edemediğimiz zaman pişman olabileceğimiz eylemler yapabiliriz,” demektedir. Bu katılımcılar, derin bir etik veya ahlaki çerçeve sunmamaktadır. Ancak, K9 ve K13, dinî kavramlardan yararlanarak öz denetim üzerine vurgu yapmaktadır. K9, “Çünkü insanın kendi nefesine kurallar koyması gerekiyor,” derken, K13, “Bence önemlidir. Başkalarının kalplerini kırmama konusunda önemli ve bu da sünnettir...” diye eklemektedir.

4.2.2.1. Dinamikleri

Çalışma sınırları içerisinde öz denetimin dinamikleri arasında irade gücü, dini değerler, etik farkındalık, sosyal normlar ve aile ile toplumun sunduğu sosyal destek gibi unsurlar yer almaktadır. Katılımcıların paylaşım ile ilgili karar verme süreçlerinde dini değerler, önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin, bazı katılımcılar, “Öncelikle bir şey paylaşmadan önce anne ve babama sorarım. Tabi ki dini değerlerim her konuda belirleyicidir,” “Dini değerlerin öz denetimde rolü vardır. Oruçluyken yemek yememek, namaz kılmak için kendimizi planlarız. Kendimizi bir plan içinde tutmamız gerekir.” demektedir. Bu ifadeler, dini inançların bireylerin ve sosyal hayatın düzenleyici rolüne dikkat çekmektedir. Aynı zamanda dini ve ahlaki değerler, karar alma mekanizmasında önemli unsurlardan biri olarak görülebilir. Katılımcılardan bazıları, dini değerler ile aklın aynı yönde düşündüğünü savunurken, diğerleri bireysel iradelerinin ve duygusal yönetimin önemine vurgu yapmışlardır.

4.2.2.2. Dini Değerlerin Etkisi

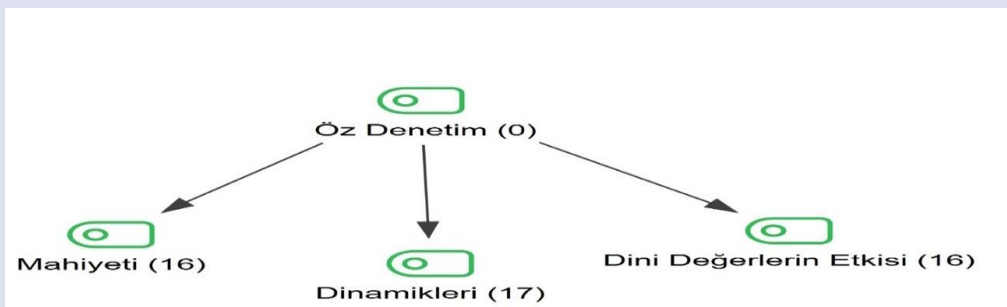
Dini değerlerin öz denetim üzerindeki etkisi konusunda, katılımcıların farklı görüşlere sahip olduğu görülmektedir. Bazı katılımcılar (K1, K2, K3, K4, K5, K6), dini değerlerin öz denetim üzerinde bir etkisi olmadığını ya da farklı motivasyonlar doğrultusunda hareket ettiklerini ifade etmektedir. Öte yandan, dini değerlerin öz denetim üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu savunan diğer katılımcılar (K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14), bu değerlerin ahlaki ve sosyal kontrol sağlama açısından da önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. K9, bu durumu şöyle ifade etmektedir: Dini değerlerin öz denetimde rolü vardır. Çünkü dinimizde de kalp kırmamak önemli. İnsan dini değerlerine uyarsa kalp kırmaz. Ya da kötü içerikleri izleyemez hatta paylaşamaz. Paylaşırsak hem kişinin mahremiyetini ihlal etmiş oluruz hem de günaha girmiş oluruz.” Bu görüş, dini değerlerin hem kişiler arası ilişkilerde hem de bireysel karar alma süreçlerinde ne denli önemli olduğunu vurgulamaktadır. K7 ise, öz denetiminde dini değerlerin önemini kabul etmekle birlikte, kişiliğinin

daha etkili bir rol oynadığını ekleyerek, “Vardır. Özellikle benim öz denetimimde en belirleyici kişiliğimdir. Kişiliğime uygun olmayan durumlarda kendimi kontrol ederim” demektedir. Dini değerlerin öz denetimdeki rolü, kişisel inanç, ahlak anlayışı ve mantıkla bağlantı kurarak aktarılmaya çalışılmıştır.

Din, bireysel ve sosyal yaşamın düzenlenmesinde önemli bir etkidir. Değerler, farklı kaynaklardan türetilmiş olabilir ve din, bu kaynaklardan biridir. İslam dini perspektifinden bakıldığında, sosyal barış ve huzurun sürdürülebilmesi için beş temel ilkeye vurgu yapılmaktadır: Canın, malın, aklın, neslin ve dinin korunması.⁴⁹ Bu ilkelerin hayata geçirilmesi ise dini değerlerin güçlendirilmesi ile doğrudan ilişkilidir.

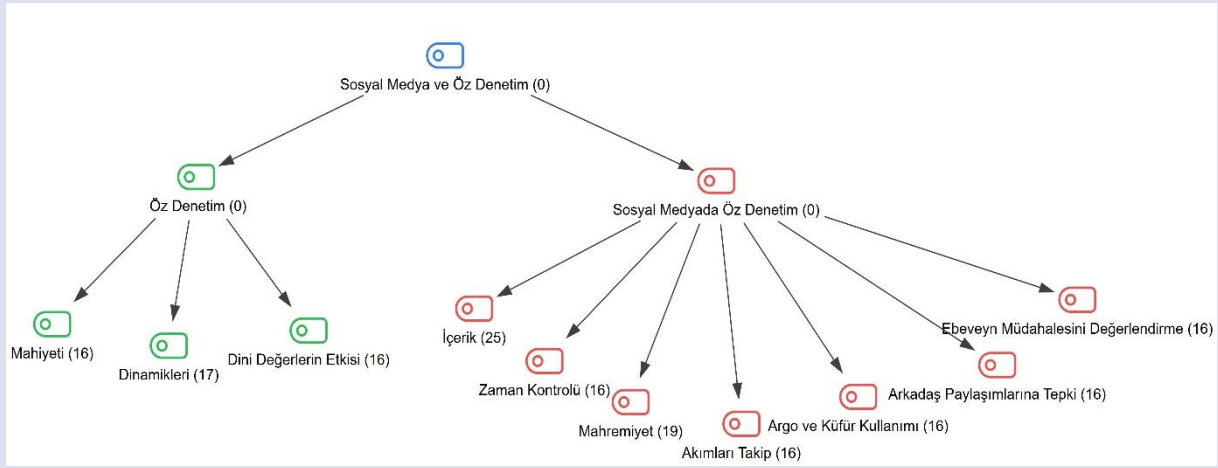
4.2.2.3. Mahiyeti

Sosyal medya paylaşımlarında her bireyin motivasyon kaynağı farklılık gösterebilir. Bazı katılımcıların çekinceleri, bireysel ya da ailevi durumlarından kaynaklanırken; diğerlerinin ise dini değerler, mahremiyet ve ahlaki rehberlik gibi unsurlara vurgu yaptıkları görülebilir. K8 “Öncelikle bir şey paylaşmadan önce anne ve babama sorarım. Tabi ki dini değerlerim her konuda belirleyicidir.” ve K9 “Dini değerlerim bana her konuda kendimi kontrol etmeme yardımcı oluyor. Ben olabildiğince Peygamberimiz gibi olmaya çalışıyorum, onu kendime örnek alıyorum.” ifadeleri, sosyal medya paylaşımları üzerindeki etkileyici gücü tanımlamaktadır. K3 “Pek çekindiğim bir durum olduğu söylenemez. İnsanların görmesinden rahatsız olmam.” derken K5 “Çekindiğim bir durum yok.” diyerek sosyal medya paylaşımlarında herhangi bir kısıtlayıcı durumun olmadığını vurgulamıştır. Sosyal medya paylaşımlarında bireysel ve dışsal faktörlerin yanı sıra, dini ve toplumsal değerlerinde belirleyici olduğu anlaşılmaktadır. Cinsiyet değişkeni açısından yapılan değerlendirmelerde, kadın katılımcıların sosyal medya paylaşımlarında mahremiyet ve dini değerlere daha fazla vurgu yaptıkları, erkek katılımcıların ise bireysel tercihlerinin yanı sıra ailenin de önemli bir etken olduğunu düşündükleri gözlemlenmektedir.



Şekil 4: Öz Denetim Temasına Ait Alt Temalar

⁴⁹ Fikret Karaman, “Terör ve Şiddetin Önlenmesinde Dini Değerlerin Yeri ve Önemi”, *Diyanet İlmi Dergi* 36/3 (Temmuz Ağustos Eylül 2000), 115.



Şekil 5: Sosyal Medya ve Öz Denetim Çalışmasının Tema ve Alt Temaları

Sonuç ve Tartışma

Bu çalışma, ortaokul öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarında öz denetimlerinde dini değerlerin etkisini belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırma, sosyal medya kullanımının çeşitli bileşenlerden oluştuğunu hem nicel hem de nitel bulgularla ortaya koymuştur. Nicel verilerin ardından, öğrencilerle detaylı bir görüşme gerçekleştirilmiş ve sosyal medya kullanımıyla ilgili farklı konular belirlenmiştir. Hedef grubun ergenlik döneminin başlangıcındaki bireylerden oluşması, öz denetim becerilerinin önemi açısından durumu daha da kritik hâle getirmektedir. Alanda yürütülen çalışmaların önemli bir kısmının hedef kitesini, üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bununla birlikte, bu çalışmaların büyük bir bölümü, katılımcıların sosyal medya kullanımları üzerine yoğunlaşmaktadır. Bu bağlamda, araştırmanın hem hedef kitle hem de içerik açısından farklılık gösterdiğini belirtmek gerekir.

Yapılan çalışma, katılımcıların ifadelerine göre, öz denetimin sosyal medya kullanımında önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Çalışma sonuçları, katılımcıların bir kısmının öz denetim ile dini değerler arasında bir ilişki kurduğunu göstermektedir. Öğrencilerin verdikleri yanıtlarda dini kavramların yer alması, bu denetleme mekanizmasında dini değerlere verdikleri önemi ortaya koymaktadır. Dini değerlerle direkt bağlantılı olmasa da Gökalp ve arkadaşlarının ergenlik dönemindeki bireylerin öz denetim ve sorumluluk arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında sorumluluk ve öz denetim becerileri arasında orta düzeyde anlamlı pozitif ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı çalışmada kız öğrencilerin sorumluluk ve öz denetim puanları erkek öğrencilerden yüksek çıkmıştır.⁵⁰ Sağır'ın dindarlık ve öz denetim arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, bu iki kavram arasında olumlu bir bağlantı tespit edilmiştir. Sağır'ın çalışması bizim çalışmamız ile benzer sonuçlara sahiptir ve paralellik göstermektedir. Aksel ve Sarı, ortaokul öğrencilerinin öz denetim başarıları ve yeterlilikleri arttıkça, dijital oyun bağımlılık düzeylerinin bir miktar azaldığını tespit etmiştir.⁵¹

⁵⁰ Gökalp vd., “Öz Denetim ile Sorumluluk Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, 721-722.

⁵¹ Neslihan Aksel – Enver Sarı, “Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı, Öz Denetimi ve Sosyal Eğilimleri”, *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi* 10/2 (Temmuz 2020), 442.

Çalışmada üzerinde durulan konulardan biri, sosyal medya kullanımında ebeveynlerin rolü, katılımcılara sosyal medya kullanımı konusunda müdahale edildiğinde verdikleri tepkileri ve bu konuda dini değerlerin etki düzeyidir. Katılımcıların ifadelerine göre, katılımcılar sosyal medya kullanımı konusunda ebeveynlerinin uyarılarına farklı tepkiler vermektedirler. Bazı katılımcılar, kişisel ve çevresel etmenler nedeniyle daha sabırlı davranırken, bazıları da dini değerlerini ön planda tutarak ebeveynlerinin sosyal medya müdahalesine karşı daha yumuşak bir yaklaşım sergilediklerini ifade etmişlerdir. Ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu iletişim ve onların davranışları, dini gelişim ve dindarlık üzerinde etkili olan önemli bir faktördür.⁵² Özgül'ün anne-baba tutumunun öz denetim becerisi üzerindeki etkilerini incelediği araştırmasında, demokratik anne-baba tutumunun öz denetim üzerinde olumlu bir etki yarattığı vurgulanmaktadır. Bununla birlikte, aşırı baskıcı veya otoriter tutumların öz denetim üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabileceği belirtilmektedir.⁵³ Bu çalışma kapsamında, ebeveynlerinden olumlu geri bildirim alan katılımcıların dini değerlere karşı hassasiyetleri olduğu anlaşılmaktadır. Dini değerlere karşı hassasiyetleri olan katılımcıların ebeveynlerinin müdahalelerine daha sabırlı şekilde tepki verdikleri gözlemlenmektedir.

Öz denetim, sosyal medya kullanımında giderek daha önemli bir etken hâline gelmektedir. Zira sosyal medya, sınırları olmayan bir gösteri alanı olarak karşımıza çıkmaktadır. İzleme ve görünür olma arzusunun bir yansıması olarak, sosyal medya akımlarını takip etme eğilimi dikkat çekmektedir. Popüler kültürde öne çıkan bu "akımları takip etme" fenomeni, özellikle ortaokul öğrencileri arasında önemli bir ilgi uyandırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, bu yaş grubundaki katılımcıların sosyal medyadaki akımlara katılma olasılığı oldukça yüksektir. Bazı öğrenciler, bu akımlara katılımı eğlenceli bulurken, diğerleri mahremiyet kaygıları nedeniyle bu tür içerikleri paylaşmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu noktada, mahremiyet eğitimi etkili bir çözüm önerisi olarak gündeme gelmektedir. Çocuk ve gençlere verilen mahremiyet eğitimi, beden, mekân, bilgi, duygu ve düşünce ve zaman olmak üzere beş maddede tasnif edilmektedir. Bu maddelerin içerisinde "sosyal medya ve mahremiyet" önemli bir alt başlık olarak görülmektedir. Mahremiyet eğitimi verilirken belirli ortak ilkeler dikkate alınsa da mahremiyetin sınırlarını belirleyen unsurlardan birinin kültürel faktörler olduğu göz ardı edilmemelidir.⁵⁴ Kültürü etkileyen önemli unsurlardan biri dindir. Aynı zamanda mahremiyet kavramı da dini düzenlemelerle yakından ilişkilidir. Din, bireylerin mahremiyet sınırları hakkında belirli bir bakış açısına sahiptir. Teolojik bir perspektiften incelendiğinde, mahremiyet tanınlanmasında herhangi bir belirsizlik söz konusu değildir.⁵⁵ Bu bağlamda, çalışmaya katılan öğrencilerden bazıları, sosyal medyada paylaşımlarının sınırlarını dini ve ahlaki ilkeler doğrultusunda belirlediklerini ifade etmişlerdir.

⁵² Şerife Ericek Maraşlıoğlu- Saffet Kartopu, "Dinî Kimliğin Oluşumunda Çocukluk Döneminin Etkisi Rol Teorisi Bağlamında Psikolojik Bir Analiz", *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 28/2 (Aralık 2024), 1024. <https://doi.org/10.18505/cuid.1341334>

⁵³ Özgül, Lise Öğrencilerinde Öz Denetim ve Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi (Elâzığ İli Örneği), 67-68.

⁵⁴ Ramazan Diler, "Mahremiyet Eğitimi ve Önemi", *Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/1 (Haziran 2014), 73.

⁵⁵ Abdulvahid Sezen – Müslime Erden, "Mahremiyetin Psiko-Sosyal Yansımaları", *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 10/20 (2018), 85.

Çalışma kapsamında öğrencilerin kendi mahremiyetlerine önem vermelerinin yanı sıra arkadaşlarının mahremiyetlerini ihlal eden durumlara karşı verdikleri tepkilerde de bilinçlendirilmesi gerektiği görülmektedir. Mahremiyet ihlali konusunda öğrencilerin bir kısmının arkadaşlarına duygusal tepkiler verdikleri, bazılarının ise daha sakin kalmayı tercih ettikleri gözlemlenmiştir. Ayrıca mahremiyet algısının cinsiyete bağlı olarak değişiklik gösterebileceği de anlaşılmaktadır. Bu çalışma kapsamında kız öğrencilerin mahremiyet ihlallerine karşı daha belirgin tepkiler verdikleri ortaya konmuştur. Kendilerinin izni olmadan paylaşım yapılmasına müsaade etmemelerinin yanı sıra kendilerini rahatsız hissettikleri paylaşımları mahremiyet ihlali çerçevesinde gördükleri anlaşılmaktadır. Eroğlu'nun üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmaya göre, öğrencilerin üçte biri, arkadaşlarının ya da aile üyelerinin izni olmadan fotoğraflarını paylaşımlarında herhangi bir sakınca görmemektedir. Ancak, aynı davranış internet siteleri tarafından yapıldığında, bu durumun mahremiyet ihlali olarak algılandığı anlaşılmaktadır.⁵⁶ Benzer bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin mahremiyet kavramını değerlendirirken telefon numarası ve adres gibi özel bilgilerin bu kavramın içinde yer aldığını anladıkları görülmektedir.⁵⁷ Mahremiyet alt başlığında ulaşılan veriler Akar ve Eroğlu'nun çalışmaları ile paralellik göstermektedir.

Çalışma kapsamında öğrencilerin, sosyal medyada küfür ve argo içerikli ifadelerle yönelik düşünceleri sorulmuştur. Ortaokul öğrencilerinin hedef kitle olduğu çalışmamızda katılımcıların önemli bir kısmı sosyal medyada küfürden uzak durduklarını, bu konudaki etkenin dini ve ahlaki değerler olduğunu aktarmışlardır. Bu açıdan bu araştırma Çiçek ve Yağbasan'ın araştırmasından farklılaşmaktadır. İletişim Başkanlığı'nın sosyal medya kullanım kılavuzunda, küfür ve argo ifadelerin teşvik edilmemesi gerektiği vurgulanmaktadır. Sosyal medya ortamında, gerçek hayatta olduğu gibi hakaret ve küfür içeren içeriklerin bireylerin sorumluluğunda olduğu belirtilmektedir.⁵⁸ Küfür ve argo kullanımı, günlük dilin kelime dağarcığıyla yakından ilişkili olabilir. Daha az kelimeyle ifade etmeye çalışan bir nesille karşı karşıyayız. Aslında, küfür ve argo neredeyse her kültürde mevcut olmakla birlikte, her birinde kendine özgü bir dinamikle kullanılmaya devam etmektedir. Bununla bağlantılı olarak üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada katılımcıların büyük bir kısmının günlük dilde küfür ve argo kullandıkları görülmektedir.⁵⁹ Ortaokul öğrencileri ile gerçekleştirilmiş olan bu çalışmada katılımcıların küfür ve argo içerikli ifadelerden kaçınmalarında ebeveyn ve dini değerlerin etkili olduğunu göstermektedir.

Sosyal medya kullanımında karşılaşılan sorunlardan biri, bireylerin zaman yönetimi konusundaki kontrol düzeylerinin farklılık göstermesidir. Çalışmaya katılan öğrenciler arasında, zamanlarını israf ettiğini düşünenler olduğu gibi, dini değerlerin zamanın etkili kullanımı üzerinde

⁵⁶ Şahika Eroğlu, "Dijital Yaşamda Mahremiyet (Gizlilik) Kavramı ve Kişisel Veriler: Hacettepe Üniversitesi Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin Mahremiyet ve Kişisel Veri Algılarının Analizi", *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi* 35/2 (Aralık 2018), 130.

⁵⁷ Hüsamettin Akar – Fatma Akar, "Sosyal Medyada Mahremiyet Algısı: Üniversite Öğrencileri Araştırması", *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi* 6/1 (Mayıs 2021), 295.

⁵⁸ T.C. İletişim Başkanlığı, *Sosyal Medya Kullanım Kılavuzu* (Ankara: Türkiye Cumhuriyet İletişim Başkanlığı, 2021), 130.

⁵⁹ Çiçek – Yağbasan, "Küfür ve Argonun Gündelik İletişimdeki Yeri Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Alan Araştırması", 34-35.

etkili olmadığını savunanlar da olmuştur. Etkili zaman yönetimi konusunda katılımcıları yaşlarına göre sınıflandırmak zordur. Ancak uluslararası araştırmalar, yaş ilerledikçe daha etkili bir zaman yönetiminin mümkün olduğunu göstermektedir.⁶⁰ Eldeleklioğlu'nun ergenlerin zaman yönetim becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışması, zaman yönetiminde başarılı olan bireylerin kaygı düzeylerinin düştüğünü ortaya koymuştur.⁶¹ Ciminli'nin ergenlerin psikolojik sağlamlığı, teknoloji bağımlılığı ve zaman yönetimi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, boş zaman yönetimi becerilerinin artmasının psikolojik sağlamlık düzeyini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmacı, bu durumu kontrol altına almak için teknolojik aletlerden uzaklaşmak yerine teknoloji okuryazarlığının artırılmasını önermektedir.⁶² Benzer şekilde dijital oyun bağımlılığının akademik başarıyı olumsuz etkileyen özelliğine dikkat çeken çalışmalar da mevcuttur.⁶³ Bu çalışmadaki bulgular katılımcıların genel olarak sosyal medyada zamanlarını yönetmekte zorlandıklarını göstermektedir.

Çalışmanın nicel veri sonuçları, dini değerlerin güçlü bir koruyucu faktör olduğunu ve bu değerlerin öz denetim becerilerini artırdığını ortaya koymaktadır. Aynı zamanda, sosyal medya kullanımında da öz denetimin belirleyici unsurlarından biri olarak ön plana çıktığı görülmektedir. Her ne kadar farklı bir yaş grubu üzerinde gerçekleştirilmiş olsa da Cengil'in çalışması, dini değerlerin bireyler üzerindeki etkisini göstermektedir.⁶⁴ Din eğitimi almış bireylerin yüksek öz yönetim becerileri de bu durumu destekleyen bir başka önemli unsurdur. Çalışmadaki nicel ve nitel bulgular, öz denetim, dini değerler ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkileri desteklemektedir. Özellikle, dini değerlerin öz denetim ve sosyal medya kullanımı üzerindeki etkisinin hem nicel hem de nitel bulgularla örtüştüğü görülmektedir.

Bu çalışmanın bulguları, ergenlik döneminin başlangıç evresinde bulunan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya kullanımına ilişkin kapsamlı bir bakış açısı sunmaktadır. Öğrencilerin sosyal medya etkileşimlerini şekillendiren unsurlar arasında, bireysel durum ve kararlarının yanı sıra, çevresel faktörler, özellikle aile dinamikleri ve dini-ahlaki değerler de dikkat çekmektedir. Özellikle ortaokul öğrencilerinin kendilerini kontrol etmelerinde ebeveyn rolünün çok önemli olduğu görülmektedir. Dini değerlere hassasiyeti olan ya da olmayan bu yaş grubunun ifadelerinde ebeveyn etkisini ortaya çıkarmaktadır. Katılımcıların çoğunluğu ebeveynlerinin sosyal medya kullanımındaki müdahalelerinin nedenini kendilerini düşündüklerine bağlamışlardır. Çalışmanın alt başlıkları, sosyal medyada mahremiyetin nasıl sağlanacağı, sınırlarının neler olduğu ve

⁶⁰ Passig, "Future –Time-Span as a Cognitive Skill in Future Studies", 31; Ranjita Misra – Michelle McKean, "College Students' Academic Stress and its Relation to their Anxiety, Time Management and Leisure Satisfaction", *American Journal of Health Studies* 16/1 (2000), 47-48.

⁶¹ Eldeleklioğlu, "Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi", 661.

⁶² Ciminli, "Ergenlerde Psikolojik Sağlamlık, Teknoloji Bağımlılığı ve Boş Zaman Yönetimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", 2737.

⁶³ Mehmet Akif Bircan- İbrahim Enes Öner, "Investigation of the Relationship Between Digital Game Addiction Levels and Problem Solving Skills of Secondary School Students", *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi* 23/2 (Ağustos 2022), 1952;

⁶⁴ Cengil, "Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Denetim Odaklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", 86.

ebeveynler ile arkadaşların bu süreçteki rolleri, bu konuda dini değerlerin etkisinin neliği gibi soruların yanıtlarını ortaya koymaya çalışmıştır. Aynı zamanda, öz denetimin sosyal medya kullanımı açısından kritik bir beceri olduğu, katılımcıların verdikleri yanıtlar ve mevcut araştırmaların sonuçlarıyla benzeşmektedir. Bazı katılımcılar, dini değerlerin öz denetime olan etkisinin farkındayken, diğerleri bireysel kabullerini ön plana çıkarmışlardır. Ancak, konuya ilişkin mevcut araştırmaların yetersizliği, derinlemesine yorum yapmayı zorlaştırmaktadır. Farklı hedef kitlelerle yapılacak yeni çalışmalardan elde edilecek sonuçların, bu alanda politika geliştirilmesine ve eğitim planlamalarına katkı sağlaması beklenmektedir. Aynı zamanda din eğitim programlarında öz denetim becerilerinin geliştirilmesine yönelik modüller eklenebilir. Öz denetim ve dini değerler arasındaki ilişkiyi daha derinlemesine incelemek için karma yöntemli araştırmalar yapılabilir.

Kaynakça

- Akar, Hüsamettin –Akar, Fatma. “Sosyal Medyada Mahremiyet Algısı: Üniversite Öğrencileri Araştırması”. *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi* 6/1 (Mayıs 2021), 285-297. <https://doi.org/10.47107/inifedergi.886334>
- Aksel, Neslihan – Sarı, Enver. “Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı, Öz Denetimi ve Sosyal Eğilimleri”. *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi* 10/2 (Temmuz 2020), 436-444.
- Akıncı Vural, Z. Beril- Bat, Mikail. “Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma”. *Journal of Yasar University* 20/5 (2010), 3348-3382.
- Aksel, Neslihan. *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ile Öz Denetim ve Sosyal Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Ordu: Ordu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Bahçecioğlu, Elif Hatice. “Popüler Kültür Odağında Sosyal Medyada Akım Trafığı: ‘TikTok’ Örneği”. *Etkileşim* 12 (2023), 426-454. doi: 10.32739/etkilesim.2023.6.12.228
- Balay, Refik. *2000’li Yıllarda Sınıf Yönetimi*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi, 2021.
- Bilge, Yıldız. *Ergenler İçin Psikolojik Bozukluklar Envanteri (Epbe)’nin Geliştirilmesi ve Ergenlerde Görülen Psikolojik Bozuklukların Sosyo-Ekonomik Düzey ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi*. İstanbul: Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Bircan, Mehmet Akif- Öner, İbrahim Enes. “Investigation of the Relationship Between Digital Game Addiction Levels and Problem Solving Skills of Secondary School Students”. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi* 23/2 (Ağustos 2022), 1934-1959. DOI: 10.29299/kefad.982019
- Blunch, Niels J. *Introduction to Structural Equation Modeling Using IBM SPSS Statistics and Amos*. California: Sage Publications Ltd., 2008.
- Borowski, Teresa. “CASEL’s Framework for Systemic Social and Emotional Learning”. *Establishing Practical Social-Emotional Competence Assessments Work Group*, (August 2019), 1-7. <https://measuringsel.casel.org/wp-content/uploads/2019/08/AWG-Framework-Series-B.2.pdf>
- Cengil, Muammer. “Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Denetim Odaklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3/5 (2004), 65-88. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hititilahiyat/issue/7699/100861>
- Ciminli, Alaattin. “Ergenlerde Psikolojik Sağlamlık, Teknoloji Bağımlılığı ve Boş Zaman Yönetimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* 62 (2024), 2730- 2745. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3744695>
- Coşkun, Ebrar. *Beliren Yetişkinlikte İnternet Bağımlılığının Siber Zorbalık ve Riskli İnternet Davranışları Üzerindeki Etkisinde Öz Denetimin Düzenleyici Rolü*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Creswell, John W. *Karma Yöntem Araştırmalarına Giriş*. Ankara: Pegem Akademi, 2025.

- Çiçek, Ahmet – Yağbasan, Mustafa. “Küfür ve Argonun Gündelik İletişimdeki Yeri Üniversite Öğrencileri Özelinde Bir Alan Araştırması”. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* (Aralık 2019) 32, 13-37.
- Demir, Ömer. *İktisat ve Ahlak*. Ankara: Liberte Yayınları. 2003.
- Deniz, Levent- Tutgun Ünal, Aylin. “Sosyal Medya Çağında Kuşakların Sosyal Medya Kullanımı ve Değerlerine Yönelik Bir Dizi Ölçek Geliştirme Çalışması”. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11/18 (Haziran 2018), 1025-1057. <https://doi.org/10.26466/opus.557240>
- Developing Adolescents: A Reference for Professionals*. Washington: American Psychological Association, 2002. <https://www.apa.org/pi/families/resources/develop.pdf>
- Diler, Ramazan. “Mahremiyet Eğitimi ve Önemi”. *Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/1 (Haziran 2014), 69-98.
- Dinçel, Esen. *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Efil, İsmail. “Zaman Yönetimi ve Yönetimde Bir Kaynak Olarak Zaman”. *Sınıf Yönetimi*. ed. Leyla Küçükahmet. Ankara: Nobel Akademi, 2000.
- Eldeleklioğlu, Jale. “Ergenlerin Zaman Yönetimi Becerilerinin Kaygı, Yaş ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi”. *İlköğretim Online* 7(3) (2008), 656-663. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/90926>
- Ercoşkun, Muhammet Hanifi. “Adaptation of Self-Control and Self-Management Scale (SCMS) into Turkish Culture: A Study on Reliability and Validity”. *Educational Sciences-Theory & Practice* 6/4 (2016), 1125-1145. DOI 10.12738/estp.2016.4.2725
- Ericek Maraşlıoğlu, Şerife – Kartopu, Saffet. “Dinî Kimliğin Oluşumunda Çocukluk Döneminin Etkisi Rol Teorisi Bağlamında Psikolojik Bir Analiz”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 28/2 (Aralık 2024), 1023-1044. <https://doi.org/10.18505/cuid.1341334>
- Eroğlu, Ayşenur. *Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisinde Öz Denetimin Aracılık Rolü (Karaman Örneği)*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Eroğlu, Şahika. “Dijital Yaşamda Mahremiyet (Gizlilik) Kavramı ve Kişisel Veriler: Hacettepe Üniversitesi Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümü Öğrencilerinin Mahremiyet ve Kişisel Veri Algılarının Analizi”. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi* 35/2 (Aralık 2018), 130-153. doi: 10.32600/huefd.439007
- Gates, S. vd. *Key Soft Skills for Cross-Sectoral Youth Outcomes*. DC: USAID’s YouthPower: Implementation, YouthPower Action, 2016, 1-96. <https://www.edu-links.org/sites/default/files/media/file/resource-soft-skills-report.pdf>
- Gökarp, Ali vd. “Öz Denetim ile Sorumluluk Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 22/2 (Aralık 2021), 715-726. DOI: 10.17494/ogusbd.
- Göksu, Mehmet Zeki- Satıcı, Aytaç. “Tüketim Ahlakı ve Dini Değerler: Üniversite Öğrencileri Örneği”, *İhya Uluslararası İslam Araştırmaları Dergisi* 8/1 (Ocak 2022), 62.
- Güncel Türkçe Sözlük. Erişim 29 Ekim 2024. <https://sozluk.gov.tr/>

- Güney, Mehmet –Taştepe, Taşkın. “Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı ve Sosyal Medya Bağımlılığı”. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi (ASBD)* 9/2 (2020), 187. DOI: <https://www.doi.org/10.46971/ausbid.757713>
- Hall, Edward T. *The Hidden Dimension*. NewYork: Anchor Books, 1990.
- Han, Derya. *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Durumlarının Öz Denetim (Öz Kontrol) ve Sosyal Duygusal Beceriler Açısından İncelenmesi*. İstanbul: Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Hekimoğlu, Meryem. *Yetişkin Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Hofmann, Wilhelm. “Self-Control”. *The Handbook of Social Psychology*. ed. D. Gilbert, S. T. Fiske, E. Finkel, & W. B. Mendes, 2024. https://www.researchgate.net/publication/375671651_Self-Control
- Karaman, Fikret. “Terör ve Şiddetin Önlenmesinde Dini Değerlerin Yeri ve Önemi”. *Diyanet İlmi Dergi* 36/3 (Temmuz Ağustos Eylül 2000), 107-122.
- Kayabaş, Buket Kip. “Yeni İletişim Teknolojileri”. ed. Volkan Yüzer-Mehmet Emin Mutlu. *Sosyal Medya ve Kişisel Yayıncılık*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, 2018, 137-143.
- Kotabe, Hiroki P.- Hofmann, Wilhelm. “On Integrating the Components of Self-Control”. *Perspectives on Psychological Science* 10/5 (2015), 618-638.
- Mezo, Peter G. “The Self-Control and Self-Management Scale (SCMS): Development of an Adaptive Self-Regulatory Coping Skills Instrument”. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31 (2009), 83-93.
- Misra, Ranjita –McKean, Michelle. “College Students’ Academic Stress and its Relation to their Anxiety, Time Management and Leisure Satisfaction”. *American Journal of Health Studies* 16/1 (2000), 40-51.
- Mosaed, Ali – Qomi, Mohammad Mahdi Naderi. “The Role of Piety in Employee's being Self-Control”. *Journal of Islam and Management Research*, 4/2 (2015), 1-49.
- Muraven, Mark – Baumeister, Roy F. “Self-Regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self-Control Resemble a Muscle?”. *Psychological Bulletin* 126/2 (2000), 247-259. DOI: [10.1037//0033-2909.126.2.247](https://doi.org/10.1037//0033-2909.126.2.247)
- Öncel, Eyyup Serkan. “İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretim Programının Eleştirel Düşünme Becerileri Açısından İncelenmesi”. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 11/18 (2019), 2797-2829.
- Özgül, Oylum. *Lise Öğrencilerinde Öz Denetim ve Anne-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi (Elâzığ İli Örneği)*. Mersin: Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Passig, David. “Future –Time-Span as a Cognitive Skill in Future Studies”. *Futures Research Quarterly* 19(4) (2005), 27-47.

https://www.passig.com/sysvault/docsfiles1/FUTURE-TIME-SPAN_AS_A_COGNITIVE_SKILL_IN.pdf

- Ram, Somayyeh. "Comparative Comparison of Self-control and Piety from the Perspective of Psychology and Islamic Education". *Journal of Philosophical Investigations* 16/41 (2023), 102-119. DOI: <http://doi.org/10.22034/JPIUT.2022.52517.3290>
- Sağır, Rukiye. *Ergenlerde Dindarlık, Öz Denetim ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Seyhan, Beyazıt Yaşar. "Dini Şuur Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *EKEV Akademi Dergisi* 61 (Kış 2015), 399-414.
- Sezen, Abdulvahid –Erden, Müslime. "Mahremiyetin Psiko-Sosyal Yansımaları", *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 10/20 (2018), 85.
- Sığrı, Ünsal. *Nitel Araştırma Yöntemleri*. İstanbul: Beta Yayınları, 2018.
- Steinberg, Laurence. *Ergenlik*. çev. Kolektif. İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları, 2007.
- T.C. İletişim Başkanlığı. *Sosyal Medya Kullanım Kılavuzu*. Ankara: Türkiye Cumhuriyet İletişim Başkanlığı, 2021.
- Tanrikulu, Mihriban. *Ergenlerde İnternet Kullanımı ve Bağımlılığıyla İlişkili Faktörler: Bağlanma, Öz-Denetim ve Algılanan Sosyal Destek*. Ankara: Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Tarhan, Ahmet. "Dijitalleşmenin Kavramsal ve Tarihsel Süreci". *Dijital Kültür ve Sosyal Medya*. ed. Mustafa Akdağ. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını, 2020, 4-19.
- Temel, Fulya- Aksoy, Ayşe B. *Ergen ve Gelişimi -Yetişkinliğe İlk Adım*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2022.
- TUIK, Türkiye İstatistik Kurumu. "TUIK Veri Portalı". Erişim 31 Ekim 2024. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407)
- Türel, Yalın Kılıç. 21. Yüzyıl Becerileri ve Değerlere Yönelik Araştırma Raporu. Ankara: MEB Yayınevi, 2023. https://ttkb.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2023_05/11153521_21.yy_becerileri_ve_degerlere_yonelik_arastirma_raporu.pdf
- Yavuz, Kudret. *Ergen Psikolojik Sağlamlığının Yordayıcıları Olarak Öz Denetim ve Psikolojik İhtiyaçlar: Bir Karma Model Araştırması*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2022. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Yıldırım, Ali- Şimşek, Hasan. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2013.
- Yılmaz, Ahmet Selçuk. *Ergenlerde Kişiler Arası Problem Çözme ve Ergen Boyun Eğitimi Arasındaki İlişki: Anne Baba Güvenli Üs Aracı Rolü*. İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Yücekaya, Hatice Betül. *İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Akılcı Olmayan İnançlar, Başa Çıkma Stratejileri ve Öz-Denetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>