

**Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Karma Model Araştırması)**

Berna CAN<sup>1\*</sup> 

Zekihan HAZAR<sup>2</sup> 

Sefa KURT<sup>3</sup> 

<sup>1</sup> Çukurova Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD, ADANA

<sup>2</sup> Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, AĞRI

<sup>3</sup> Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD, SİVAS

DOI: 10.31680/gaunjss.801906

**Orijinal Makale / Original Article**

**Geliş Tarihi / Received:** 29.09.2020

**Kabul Tarihi / Accepted:** 01.02.2021

**Yayın Tarihi / Published:** 22.03.2021

**Öz**

Bu araştırmanın amacı, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin karma model araştırmasına göre incelenmesi ve sosyal medyaya ilişkin görüşlerinin değerlendirilmesidir. Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim döneminde Niğde İl Millî Eğitim Müdürlüğüne Bağlı Hüdavent Hatun Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Proje İmam Hatip Lisesi'nde öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın nicel bölümünde örneklem yöntemi olarak amaçsal örnekleme yöntemlerinden tipik durum örnekleme yöntemi kullanılmış ve bu bağlamda araştırmanın örneklemini tipik durum örnekleme yöntemine belirlenmiş olan 283 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma modeli olarak "Karma yöntem araştırması" benimsenmiştir ve bu kapsamda karma yöntem araştırması desenlerinden "Açıklayıcı Desen (Explanatory Design)" kullanılmıştır. Bu doğrultuda; araştırmanın nicel bölümünde Fırat ve Barut tarafından 2018 yılında geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmış, nitel bölümde ise ölçüt örnekleme yöntemine göre bağımlılık düzeyi yüksek olan ve sosyal medya kullanan katılımcılardan araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 12 kadın 12 erkek olmak üzere toplam 24 katılımcı (öğrenci) ile görüşmeler yapılarak elde edilen verilere içerik analizi ve betimsel analiz uygulanmıştır. Nicel bölümde elde edilen veriler öncelikle SPSS paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırmanın nitel analizlerinde ise 8 tema ve bu temalara ilişkin alt temalar oluşturulmuştur. Sonuç olarak; cinsiyet, düzenli spor yapma ve kardeş sayısı değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde kısmen de olsa etkili olduğu söylenebilir. Ayrıca yaş değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Bununla birlikte lise öğrencilerinin sosyal medyayı aktif olarak kullanmalarına rağmen yeterince bilinçli olmadıkları, sosyal aktivitelere katılım açısından pasif oldukları ve bu nedenle de sosyal medya bağımlılık düzeylerinin fiziksel aktiviteye katılan bireylere göre yüksek olması önemli bir sonuç olarak değerlendirilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, lise öğrencileri, sosyal medya, bağımlılık, sosyal medya bağımlılığı

\* Sorumlu Yazar: Berna CAN

e-mail: canbernaa@gmail.com

## **Analysis of Social Media Addiction Levels of High School Students Who Play Sports and Do Not Do Sports According to Some Variables (Mixed Model Research)**

### **Abstract**

The aim of this study is to examine the social media addiction levels of high school students who do sports and who do not, according to the mixed model research, and to evaluate their views on social media. The universe of the study consists of the students studying at Hüdavent Hatun Vocational and Technical Anatolian High School and Proje İmam Hatip High School, affiliated to Niğde Provincial Directorate of National Education, in the 2018-2019 academic year. In the quantitative part of the study, the typical case sampling method, one of the purposeful sampling methods, was used as the sampling method, and in this context, the sample of the study was composed of 283 students who were determined to the typical case sampling method. "Mixed method research" has been adopted as research model and "Explanatory Design", one of the mixed method research designs, has been used in this context. In this direction; In the quantitative part of the study, the "Social Media Addiction Scale", whose validity and reliability study was carried out by Fırat and Barut in 2018, was used, in the qualitative part, 12 women and 12 men who voluntarily agreed to participate in the study among the participants with a high level of addiction according to the criterion sampling method. Content analysis and descriptive analysis were applied to the data obtained through interviews with 24 participants (students). In the qualitative analysis of the research, 8 themes and sub-themes related to these themes were formed. As a result; It can be said that the variables of gender, regular sports and the number of siblings have a partial effect on social media addiction. In addition, it is observed that there is a low level negative relationship between the age variable and social media addiction. However, it is considered an important result that high school students are not conscious enough despite their active use of social media, they are passive in terms of participating in social activities, and therefore their social media addiction levels are higher than those who participate in physical activity.

**Keywords:** Sport, high school students, social media, addiction, social networks addiction

### **Giriş**

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte kitle iletişim araçları da değişmeye başlamış ve günümüzde sosyal medya olarak adlandırdığımız yeni bir iletişim ağı ortaya çıkmıştır. Sosyal medya, genel olarak günümüzde sosyalleşme ortamı ve aracı olarak ifade edilmektedir. Başka bir deyişle sosyal medya kavramı kullanıcıların birbirleri ile görüş, bilgi ve ilgi alanları doğrultusunda paylaşımında bulunmaları ve etkileşim kurabilmelerine olanak sağlayan online araçlar olarak tanımlanmaktadır (Özel, 2011). Bu araçlar insanlar arasındaki etkileşimi kolaylaştıran ve bunu amaç edinen sosyal ağlardır (Şeker, 2018). Sosyal ağlar, bireyler arasında kişisel veya profesyonel olarak doğrudan ya da dolaylı olarak etkileşim içinde olmalarını sağlayan ağlar olarak ifade edilmektedir (Onat ve Aşman Alikılıç, 2008). Sosyal ağlar her kesime hitap eden (Telli Yamamoto ve Karamanlı Şekeroğlu, 2014) ve bireylerin kendilerine ait profil oluşturarak paylaşımlarda buldukları online iletişim araçları olarak değerlendirilir (Mavnacioğlu, 2009). Bununla birlikte, bu ağlar kullanım amaçlarına göre kategorilere ayrılırlar (Mavnacioğlu, 2009). Bu ağların gereğinden fazla kullanılması ise kullanıcıların günlük yaşamlarını birçok açıdan olumsuz etkileyerek uzun vadede bağımlılığın önemli bir alt boyutu olan davranış bağımlılığına kadar varabilmektedir.

Bağımlılık kavramı, bireylerin zihinsel, bedensel ve sosyal yaşantısını bozan ve olumsuz davranışlarla sonuçlanan patolojik bir davranış olarak adlandırılır (Campbell, 2003). Sosyal medya bağımlılığı ise, bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve iletişimsel alanlarda ortaya çıkan sorunlarla birlikte gelişerek kişilerin bütün hayatını kapsayacak şekilde meydana gelen iletişim sorunları, yalnızlık hissi, anti-sosyal davranış ve genel olarak bütün davranışsal problemlere yol açan iletişimsel bir sorun olarak tanımlanabilir (Ünlü, 2018). Sosyal medya kavramı ele alınırken, genel olarak bireylerin tercihleri, alışkanlıkları, sosyal medyayı kullanım süreleri ve ne amaçla kullandıkları ile ilgili bireylerin genel olarak düşüncelerinin alınması sosyal medya kavramının tanımlanması ve daha iyi anlaşılması için gerekli bir unsurdur (Ünlü Dalaylı, 2018).

Alan yazın incelendiğinde internet ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili birçok araştırma yapıldığı ve problem durumlarının farklı açılardan ele alındığı görülmektedir (Alioğlu, 2016; Arısoy, 2009; Aslanbay, 2006; Aydın, 2016; Batıgün ve Hasta, 2010; Büyükgebiz, 2018; Chou ve Hsiao, 2000; Durak Batıgün ve Kılıç, 2011; Esen, 2010; Hazar, 2011; Işık ve Topbaş, 2015; Işık, 2007; Kaya, 2018; Lam, 2014; Mavnacioğlu, 2009; Sarıçam, 2015; Savcı ve Aysan, 2016; Savcı ve Aysan, 2017; Şeker, 2018; Wang ve ark., 2013).

Bu problem durumunda dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan birisinin sosyal medyayı günlük yaşamında oldukça aktif ve yoğun kullanan bireylerin daha çok genç bireyler olduğudur. Özellikle lise öğrenim kademesinde bulunan ergen bireylerin içinde buldukları gelişim döneminin özellikleri de dikkate alındığında bu dönemin, bağımlılık davranışlarının kazanılmasında kritik bir dönem olduğu söylenebilir. Bu süreci birçok faktörün etkilemesi olasılığı ile birlikte, dijital yerli olarak tanımlanan bu bireylerin araştırma kapsamında ele alınan problem konusunda farkındalık düzeylerinin ne olduğu da oldukça önemlidir. Bu kapsamda araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi ve sosyal medyaya ilişkin görüşlerinin değerlendirilerek problemin tespiti ve çözümü noktasında alan yazına katkı sağlamaktır.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırmada “Karma yöntem araştırması” kullanılmıştır. Karma yöntem araştırması, aynı araştırma içinde nicel ve nitel yöntemleri ve yaklaşımları kullanarak verilerin toplandığı, analiz edildiği, bulguları bütünleştirildiği ve ileriye yönelik yordamalarda bulunduğu araştırmalar olarak tanımlanmaktadır (Tashakkori ve Creswell’ dan akt. Yıldırım ve Şimşek, 2016). Yıldırım ve Şimşek (2016), karma yöntem araştırmalarının en önemli özelliğinin, farklı yöntemlerle toplanan verilerin birbirini teyit amacıyla kullanılması ve bu şekilde araştırma sonuçlarının geçerlik ve güvenilirliğinin daha güçlü olmasının sağlanması olarak ifade etmektedirler. Bu kapsamda araştırmada karma yöntem araştırması desenlerinden “Açıklayıcı Desen (Explanatory Design)” kullanılmıştır. Açıklayıcı desende, araştırmacılar öncelikle nicel yöntemlerle veriler toplanır ve daha sonra bu verilerin analizinden yola çıkılarak nitel verileri toplanır (Yıldırım ve Şimşek, 2016).

### **Araştırma Grubu**

Bu araştırmanın evrenini; Hüdavent Hatun Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Proje İmam Hatip Lisesi’nde 2018-2019 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın nicel bölümünde amaçsal örnekleme yöntemlerinden “Tipik durum örnekleme yöntemi” kullanılmıştır. Tipik durum örnekleme yöntemi, araştırma problemi ile ilgili olarak evrende yer alan çok sayıdaki durumdan tipik olan bir durumun belirlenerek bu örnek üzerinden bilgi toplanmasını gerektirir (Büyüköztürk vd., 2017). Bu kapsamda araştırmanın örneklemini; 168 kadın 115 erkek olmak üzere toplam 283 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmanın nitel bölümde ise seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme yöntemi, bir araştırmada belli niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesnelere ya da durumlardan oluşmaktadır. Bu nedenle örneklem için belirlenen ölçütü karşılayan birimler (nesnelere, durumlar vb.) örnekleme alınmaktadır (Büyüköztürk vd., 2017). Bu bağlamda sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan 38 katılımcılardan araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 12 kadın 12 erkek olmak üzere toplam 24 katılımcı (öğrenci) ile görüşmeler yapılarak elde edilen verilere betimsel analiz ve içerik analizi uygulanmıştır.

## İşlem

Araştırmanın nicel bölümünde tarama yöntemi kullanılarak veriler toplanmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da o anda var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyen, tanımlamayı amaçlayan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2016). Bu kapsamda katılımcılara “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği” uygulanmıştır. Araştırmanın nitel bölümünde ise yarı yapılandırılmış görüşme yönteminden yararlanılmıştır. Görüşme konuşmayı temel alarak katılımcıların duygularını, düşüncelerini ve deneyimlerini, saptama yönünden güçlü olduğundan dolayı nitel araştırmada kullanılan en yaygın veri toplama yöntemlerinden birisidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Yarı yapılandırılmış görüşme yönteminde görüşme kılavuzu yarı yapılandırılmış görüşme sorularını içerir. Sorular esnektir ve genellikle her katılımcıdan spesifik veriler toplanır. Önceden belirlenmiş ifade ve soru yanıtları yoktur (Merriam, 2015). Bu kapsamda araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 12 kadın 12 erkek olmak üzere toplam 24 katılımcı ile görüşmeler yapılarak nitel veriler toplanmıştır.

## Veri Toplama Araçları

**Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği:** Fırat ve Barut (2018) tarafından geliştirilen, ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmeyi amaçlayan, “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)” 24 maddeli, 2 alt boyutlu ve 5’li likert tipindedir. Toplam puan üzerinden değerlendirilmesi yapılan ölçeğin maksimum puanı 120, minimum puanı ise 24’dür. Yoksunluk boyutu için alınabilecek toplam puan 14 ile 70, günlük yaşamı etkileme/kontrolsüzlük boyutu için ise 10 ile 50 arasında değişmektedir. Bireylerin SMBÖ’den elde ettikleri puan arttıkça, sosyal medya bağımlılıkları artmaktadır. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=0.95$  olarak hesaplanmıştır.

Araştırmanın nitel bölümünde yer alan sorular ise literatür taraması yapılarak ve alan uzmanı olan en az doktora düzeyinde 3 kişiden görüşler alınarak oluşturulmuştur. Araştırmanın birinci sorusu olarak sosyal medyanın katılımcılar için ne anlam ifade ettiği sorulmuş ve bunu bir metaforla açıklamaları istenerek katılımcıların konu ile ilgili metaforik algılarını incelemek hedeflenmiştir. Diğer sorular ise sosyal medyanın farklı boyutlarına yöneliktir.

Sorular aşağıdaki gibidir.

1. Sosyal medya benim için ..... gibidir. Çünkü...
2. Size göre sosyal medya akademik gelişiminizi nasıl etkiliyor?
3. Size göre sosyal medya bilişsel (zihinsel) gelişiminizi nasıl etkiliyor?
4. Size göre sosyal medya duyuşsal/duygusal gelişiminizi nasıl etkiliyor?
5. Size göre sosyal medya psiko-motor/ davranışsal gelişiminizi nasıl etkiliyor?
6. Size göre sosyal medya sosyal gelişiminizi nasıl etkiliyor?
7. Sosyal medyada en çok kullandığınız ağlar nelerdir?
8. Sosyal medyayı en çok ne için ve ne amaçla kullanıyorsunuz?

### **Verilerin Analizi**

Yapılan literatür incelemesi sonucunda araştırma sonuçlarıyla ilişkili olabileceği düşünülen değişkenler belirlenerek bu değişkenlere ilişkin analizler yapılmıştır. Toplanan veriler SPSS 24 paket programı ile analiz edilmiştir. Dağılımların normallik sınaması basıklık ve çarpıklık testleri aracılığıyla incelenmiştir. Normal dağılım gösteren verilere parametrik, normal dağılım göstermeyen verilere ise nonparametrik testler uygulanmıştır. Değişkenlere ilişkin puanların analizinde ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t-Testi, çoklu karşılaştırmalarda One-Way ANOVA kullanılırken, ilişki karşılaştırmalarında ise Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır.

Nitel verilerin analizinde ise “Betimsel ve İçerik analizi” yöntemlerinden yararlanılmıştır. Bu süreçte önceden belirlenen temalarla birlikte, verilerin analizinde “kodlama” yoluna gidilerek, kodlardan anlamlı alt temalara ve buradan ana temalara ulaşılmıştır. Araştırmanın güvenilirliğine kanıt oluşturması amacıyla, katılımcıların araştırma sorularına vermiş oldukları cevaplara ilişkin doğrudan alıntılara yer verilmiştir (katılımcılar “K” olarak kodlanmıştır). Araştırmanın güvenilirliğine ilişkin bir diğer uygulama ise uzmanlar arasındaki görüş birliği ve görüş ayrılığına ilişkin hesaplamalardır. Karşılaştırmalarda görüş birliği ve görüş ayrılığı sayıları belirlenerek araştırmanın güvenilirliği Miles ve Huberman’ın (1994) önerdiği güvenilirlik formülü ile (Güvenirlik = Görüş Birliği/ (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) × 100) hesaplanmıştır. Yapılan hesaplamada güvenilirlik katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Alan uzmanlarının görüş birliği veya görüş ayrılığı özellikle tema ve alt temalarda ortaya çıkmıştır.

## Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen verilere yönelik yapılan analizler ve sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların düzenli spor yapıp/yapmama durumlarına göre cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları

Düzenli Spor	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	S.	t	p	
Evet	Yoksunluk	Kadın	69	43,01	12,69	0,09	0,92
		Erkek	89	42,82	12,29		
	Gündelik Yaşamı Etkileme	Kadın	69	25,40	10,19	0,06	0,94
	Erkek	89	25,30	9,51			
Hayır	Ölçek Toplam Puan	Kadın	69	65,95	21,24	0,13	0,89
		Erkek	89	65,52	29,18		
	Yoksunluk	Kadın	130	35,95	13,87	-1,68	0,09
	Erkek	34	40,35	12,07			
Toplam Grup	Gündelik Yaşamı Etkileme	Kadın	130	19,50	8,97	-2,83	0,00
		Erkek	34	24,35	8,50		
	Ölçek Toplam Puan	Kadın	130	53,35	20,15	-2,26	0,02
	Erkek	34	62,00	18,59			
Toplam Grup	Yoksunluk	Kadın	160	35,28	13,83	-2,89	0,00
		Erkek	106	40,18	13,00		
	Gündelik Yaşamı Etkileme	Kadın	160	22,01	9,15	-4,54	0,00
	Erkek	111	27,08	8,83			
Toplam Grup	Ölçek Toplam Puan	Kadın	153	57,73	22,04	-3,39	0,00
		Erkek	103	67,04	20,79		

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların düzenli olarak spor yapma durumlarına göre cinsiyetler arasındaki farklar incelenmiş olup, düzenli olarak spor yapan katılımcıların SMBÖ'nin yoksunluk, gündelik yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemişken ( $p>0,05$ ), düzenli olarak spor yapmayan katılımcıların SMBÖ'nin gündelik yaşamı etkileme alt boyutu ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Toplam grup ile SMBÖ'nin gündelik yaşamı etkileme, yoksunluk alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Aritmetik ortalamalar incelendiğinde bu farkın düzenli olarak spor yapmayan erkek katılımcıların lehine olduğu görülmektedir.

**Tablo 2.** Katılımcıların düzenli spor yapıp/yapmama değişkenine ilişkin t-testi sonuçları

	Düzenli Spor	N	$\bar{x}$	S.	t	p
Yoksunluk	Evet	141	47,75	13,36	6,094	0,00
	Hayır	125	32,13	12,24		
Günlük Yaşamı Etkileme	Evet	146	26,86	9,04	5,558	0,00
	Hayır	124	20,85	8,65		
Ölçek Toplam Puan	Evet	139	68,74	21,14	6,161	0,00
	Hayır	117	52,85	19,82		

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların düzenli spor yapıp/yapmama değişkenine göre SMBÖ'nin yoksunluk, günlük yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Aritmetik ortalamalar incelendiğinde bu farkın düzenli olarak spor yapan katılımcıların lehine olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.** Katılımcıların kardeş sayısı değişkenine ilişkin Kruskal-Wallis testi sonuçları

	Kardeş Sayısı	N	S.O	$\chi^2$	Sd	P	Anlamlı Fark
Yoksunluk	1.Kardeşi Yok	13	157,81	13,151	5	0,02	
	2.Bir	44	147,92				1*-5+
	3.İki	72	142,28				2*-5+
	4.Üç	67	120,79				3*-5+
	5.Dört	44	140,72				4*-5+
	6.Beş ve üzeri	26	93,17				
Günlük Yaşamı Etkileme	Kardeşi Yok	14	158,36	13,496	5	0,01	
	Bir	45	143,72				1*-5+
	İki	76	145,41				2*-5+
	Üç	67	124,71				3*-5+
	Dört	41	149,76				3*-5+
	Beş ve üzeri	28	93,73				4*-5+
Ölçek Toplam Puan	Kardeşi Yok	13	155,19	14,181	5	0,01	
	Bir	42	138,36				1*-5+
	İki	70	136,89				2*-5+
	Üç	65	115,40				3*-5+
	Dört	40	141,91				4*-5+
	Beş ve üzeri	26	88,75				

Anlamlı farkın lehine olduğu gruplar (\*) ile gösterilmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların kardeş sayısı değişkenine göre SMBÖ'nin yoksunluk, günlük yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Bu çözümlenme sonucunda gruplar arasında beliren anlamlı farkın kaynağını belirlemek amacıyla, Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Sonuçlar incelendiğinde kardeş sayısı 5 ve üzeri olan katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir.



**Tablo 4.** Katılımcıların yaş değişkeni ile ölçek toplam puanları arasındaki ilişkiye yönelik pearson correlation analiz sonuçları

	Yaş		
	n	r	p
Yoksunluk	266	-,168**	<b>0,00</b>
Günelik Yaşamı Etkileme	271	-,096	0,11
Ölçek Toplam Puan	256	-,147*	<b>0,01</b>

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların yaş değişkeni ile SMBÖ'nin yoksunluk alt boyutu ve ölçek toplam puanı arasında düşük düzeyde negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yaş değişkeni ile “Günelik Yaşamı Etkileme” boyutu arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

### Nitel Bulgular

**Tablo 5.** “Sosyal medya benim için ..... gibidir. Çünkü...” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
Sosyal Medya	Sosyal ve Kültürel İhtiyaç Olarak Sosyal Medya	Eğlence	3
		Arkadaş	2
		İletişim/Haberleşme Aracı	2
		Kitap	1
		Bilgi Kaynağı	1
	<b>Toplam</b>	<b>9</b>	
	Yaşamsal İhtiyaç Olarak Sosyal Medya	Hayat	5
		Yaşam Kaynağı	2
		Gerekliklik, İhtiyaç	2
		<b>Toplam</b>	<b>9</b>
	Soyut İmge Olarak Sosyal Medya	Oyun	2
		Zaman	1
		Boş Bir şey	1
	<b>Toplam</b>	<b>4</b>	
	Fizyolojik İhtiyaç Olarak Sosyal Medya	Su	1
İlaç		1	
<b>Toplam</b>		<b>2</b>	
<b>Genel Toplam</b>	<b>24</b>		

Tablo 5 incelendiğinde, “Sosyal medya benim için ..... gibidir. Çünkü...” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal Medya” teması altında “Sosyal ve kültürel ihtiyaç olarak sosyal medya”, “Yaşamsal ihtiyaç olarak sosyal medya”, “Soyut imge olarak sosyal medya” ve “Fizyolojik ihtiyaç olarak sosyal medya” olmak üzere dört alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır.

Sosyal medya temasının birinci alt temasını oluşturan “Sosyal ve kültürel ihtiyaç olarak sosyal medya” temasına ilişkin katılımcıların bazı ifadeleri şöyledir;

**K-14.** “*Vakit geçiriyorum, yeni kişiler tanıyorum, yeni bilgiler öğreniyorum.*”

Sosyal medya temasının ikinci alt temasını ise, “Yaşamsal ihtiyaç olarak sosyal medya” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-6.** “*Girmediğim zaman kendimi kötü hissediyorum gerçekten. Yaşamdan kopmuş gibi hissediyorum kendimi.*”

Sosyal medya temasının üçüncü alt temasını ise, “Soyut imge olarak sosyal medya” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-22.** “*Boş zamanımı geçirecek, değerlendirecek bir şey.*”

Sosyal medya temasının dördüncü alt temasını ise, “Fizyolojik ihtiyaç olarak sosyal medya” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-9.** “*Çünkü vazgeçilmez.*”

**Tablo 6.** “Sosyal medya kullanımı akademik gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
Sosyal Medyanın Akademik Gelişime Etkisi	Olumlu	Bilgiye ulaşma	3
		<b>Toplam</b>	<b>3</b>
		Olumsuz	Vakit kaybı
	Gereksiz zihinsel meşguliyet		3
	<b>Toplam</b>		<b>15</b>
	Nötr	Etkilemiyor	6
		<b>Toplam</b>	<b>6</b>
		<b>Genel Toplam</b>	<b>24</b>

Tablo 6 incelendiğinde, “Sosyal medya akademik gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın akademik gelişime etkisi” teması altında “Olumlu”, “Olumsuz” ve “Nötr” olmak üzere üç alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır.

Sosyal medyanın akademik gelişime etkisi temasının birinci alt temasını oluşturan “Olumlu” katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-22.** “*Başka şeyleri araştırabiliyorum, merak ettiğim şeyleri açabiliyorum. Başka yerden yanlış öğreneceğime internetten araştırarak doğru öğrenebiliyorum.*”

Sosyal medyanın akademik gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Olumsuz” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-14.** “*Çok vakit kaybediyorum. Derslerimle ilgilenemiyorum, odaklanamıyorum.*”

Sosyal medyanın akademik gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Nötr” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-4.** “*Yani telefon kullansam da kullanmasam da notlarım hep aynı o yüzden.*”

**Tablo 7.** “Sosyal medya bilişsel gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
Sosyal Medyanın Bilişsel Gelişime Etkisi	Öğrenme ve Araştırma Güdüsü	Fayda sağlama	6
		Yeni bilgilere açık olmak	4
		Çözüm odaklı olmak	3
		Bilinçli olmak	1
		<b>Toplam</b>	<b>14</b>
	Olumsuz Zihinsel Etki	Aşırı zihinsel uğraş	1
		Zihinde gerileme	1
		Düşünme yetisini kaybetme	1
		<b>Toplam</b>	<b>3</b>
		<b>Genel Toplam</b>	<b>17</b>

Tablo 7 incelendiğinde, “Sosyal medya bilişsel gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın bilişsel gelişime etkisi” teması altında “Öğrenme ve araştırma güdüsü” ve “Olumsuz zihinsel etki” olmak üzere iki alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır.

Sosyal medyanın bilişsel gelişime etkisi temasının birinci alt temasını oluşturan “Öğrenme ve araştırma güdüsü” katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-3.** *“Bilim tekniğine ilgin var. Öyle robot falan yapılan videoları izliyorum.”*

Sosyal medyanın bilişsel gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Olumsuz zihinsel etki” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-19.** *“Hep ona bağlı kalıyorum. Kafamda sosyal medya ile ilgili sorular oluyor. Mesela mesaj geldi mi? bildirim geldi mi?”*

**Tablo 8.** “Sosyal medya duyuşsal/duygusal gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
Sosyal Medyanın Duyuşsal/duygusal Gelişime Etkisi	Olumlu Duyuşsal/Duygusal Etkiler	Mutlu olmak	3
		Milli ve dini duyguları geliştirmek	2
		Vicdan duygusunu geliştirmek	1
		Ruh halimi düzeltiyor	1
		Duyarlı olmamı sağlıyor	1
	Olumsuz Duyuşsal/Duygusal Etkiler	Güdülenme	1
		<b>Toplam</b>	<b>9</b>
		Yoksunluk ve Bağımlılık Belirtileri	4
		Hissetmek	4
		Üzülme	4
<b>Toplam</b>	<b>8</b>		
<b>Genel Toplam</b>	<b>17</b>		

Tablo 8 incelendiğinde, “Sosyal medya duyuşsal/duygusal gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın duyuşsal/duygusal gelişime etkisi” teması altında “Olumlu duyuşsal/duygusal etkiler” ve “Olumsuz duyuşsal/duygusal etkiler” olmak üzere iki alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır.

Sosyal medyanın duyuşsal/duygusal gelişime etkisi temasının birinci alt temasını oluşturan “Olumlu duyuşsal/duygusal etkiler” katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-14.** “*Takipçilerim ve beğenilerim artınca mutlu oluyorum.*”

**K-24.** “*Komik şeyler izleyince gülebiliyorsun. Düzeltiyor ruh halini.*”

Sosyal medyanın duyuşsal/duygusal gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Olumsuz duyuşsal/duygusal etkiler” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-16.** “*Sosyal medyayı az kullandığım zaman sanki eksik bir şey varmış gibi hissediyorum.*”

**Tablo 9.** “Sosyal medya davranışsal gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Kategori	Kodlar	(f)
Sosyal Medyanın Davranışsal ve Fizyolojik Gelişime Etkisi	Olumlu Davranış Değişikliği	Olgunlaşmak	1
		<b>Toplam</b>	<b>1</b>
	Olumsuz Davranış Değişikliği	Olumsuz Davranışları Örnek Almak	8
		İnternette Fazla Vakit Geçirmek	5
		Agresif ve Sinirli Davranmak	2
		Tembellik	1
		<b>Toplam</b>	<b>16</b>
	Sağlık Sorunları	Baş ağrısı	4
		Uykusuzluk	2
		Hareket kısıtlılığı	2
		Gözlerin bozulması	2
		<b>Toplam</b>	<b>10</b>
		<b>Genel Toplam</b>	<b>27</b>

Tablo 9 incelendiğinde, “Sosyal medya davranışsal gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın davranışsal ve fizyolojik gelişime etkisi” teması altında “Olumlu davranış değişikliği”, “Olumsuz davranış değişikliği” ve “Sağlık sorunları” olmak üzere üç alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır. Sosyal medyanın davranışsal ve fizyolojik gelişime etkisi temasının birinci alt temasını oluşturan “Olumlu davranış değişikliği” katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-23.** “Olgunlaşıyorsun. Diğerlerinden görüyorsun bir hareketi sende yapıyorsan artık yapmıyorsun.”

Sosyal medyanın davranışsal ve fizyolojik gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Olumsuz davranış değişikliği” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-4.** “Mesela böyle dövüş filmleri ya da kavga sahneleri izlediğim zaman bazen o hareketleri yapmak geliyor içimden.”

Sosyal medyanın davranışsal ve fizyolojik gelişime etkisi temasının üçüncü alt temasını ise “Sağlık sorunları” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-1.** “Mesela ben telefona baktıktan sonra uykum geliyor, kötü oluyorum, başım dönüyor.”

**Tablo 10.** “Sosyal medya sosyal gelişiminizi nasıl etkiliyor?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
Sosyal Medyanın Sosyal Gelişime Etkisi	Olumlu Sosyal Etkiler	Kolay arkadaşlık kurmak	13
		İletişim/Sohbet	6
		<b>Toplam</b>	<b>19</b>
	Asosyal Etkiler	Dışarıya çıkmamak/Eve Bağımlılık	6
	<b>Genel Toplam</b>		<b>25</b>

Tablo 10 incelendiğinde, “Sosyal medya sosyal nasıl etkiliyor?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın sosyal gelişime etkisi” teması altında “Olumlu sosyal etkiler” ve “Asosyal etkiler” olmak üzere iki alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır.

Sosyal medyanın sosyal gelişime etkisi temasının birinci alt temasını oluşturan “Olumlu sosyal etkiler” katılımcılar tarafından şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-7.** “Yani arkadaş ediniyorum, iletişim kuruyorum. Sosyal medyadan daha iyi iletişim kurabiliyorsun.”

Sosyal medyanın sosyal gelişime etkisi temasının ikinci alt temasını ise “Asosyal etkiler” oluşturmaktadır. Katılımcılar tarafından bu alt tema şu şekilde ifade edilmiştir;

**K-1.** “Telefona bakarak dışarıda geçireceğim vakti bazen telefon başında veya bilgisayar başında geçirebiliyorum.”

**K-13.** “Arkadaşlarımla dışarıda vakit geçirmek varken, içeride kalıp sosyal medyaya takılıyorum.”

**Tablo 11.** “Sosyal medyada en kullandığınız ağlar nelerdir?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Kodlar	(f)
<b>En Çok Kullanılan Sosyal Ağlar</b>	Instagram	24
	Diğer	9
	Facebook	7
	Twitter	5
	Youtube	4
	<b>Toplam</b>	<b>49</b>

Tablo 11 incelendiğinde, “Sosyal medyada en çok hangi ağları kullanıyorsunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar “En çok kullanılan sosyal ağlar” teması altında toplanmıştır. Katılımcıların 24’ü Instagram, 9’u Diğer başlığı altında ele alınan Whatsapp, Wattpad ve Oyun, 7’si Facebook, 5’i Twitter ve son olarak 4’ü Youtube kanallarında çok fazla zaman harcadıklarını söylemişlerdir. Kodların frekans değerlerine baktığımızda da katılımcıların birden çok sosyal medyada hesapları olduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle katılımcılara bu ağları en çok ne için ve ne amaçla kullandıkları sorusu yöneltilmiştir.

**Tablo 12.** “Sosyal medyayı en çok ne için ve ne amaçla kullanıyorsunuz?” sorusuna ilişkin cevap analizleri

Tema	Alt Temalar	Kodlar	(f)
<b>Sosyal Medyanın Kullanım Amacı</b>	<b>İletişim ve Haberleşme</b>	Konuşmak	14
		Mesajlaşmak	3
		<b>Toplam</b>	<b>17</b>
	<b>Rekreatif Etkinlikler</b>	Paylaşımlara bakmak ve bir şeyler paylaşmak	11
		Zaman geçirmek	10
		Eğlenmek	5
		Spor olaylarını takip etmek	4
		Arkadaş edinmek	2
		Oyun oynamak ve video izlemek	2
		<b>Toplam</b>	<b>34</b>
	<b>Kişisel Gelişim</b>	Güncel bilgi	9
		Merak	1
		<b>Toplam</b>	<b>10</b>
	<b>Genel Toplam</b>		<b>61</b>

Tablo 12 incelendiğinde, “Sosyal medyayı en çok ne için ve ne amaçla kullanıyorsunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Sosyal medyanın kullanım amacı” teması altında “İletişim ve

haberleşme”, “Rekreatif etkinlikler” ve “Kişisel gelişim” olmak üzere üç alt tema ve bu temalara ait kodlar yer almıştır. Sosyal medyanın kullanım amacı temasının birinci alt temasını oluşturan “İletişim ve haberleşme” alt teması incelendiğinde katılımcıların sosyal medyayı en çok konuşmak ve sohbet etmek amacıyla kullandıkları görülmektedir. Sosyal medyanın kullanım amacı temasının ikinci alt teması olan “Rekreatif etkinlikler” alt teması incelendiğinde ise, katılımcılar sosyal medyayı en çok paylaşımlara bakmak ve bir şeyler bakmak amacıyla kullandıkları görüldükçe, ikinci olarak zaman geçirmek amacıyla kullandıkları görülmüştür.

Sosyal medyanın kullanım amacı temasının üçüncü alt teması olan “Kişisel gelişim” alt teması incelendiğinde ise, katılımcıların sosyal medyayı en çok güncel bilgileri takip etmek amacıyla kullandıkları görülmektedir.

### **Tartışma ve Sonuç**

Araştırmanın birinci alt problemi olan katılımcıların düzenli olarak spor yapma durumlara göre “Cinsiyet” değişkenine ilişkin farklar incelenmiş olup, düzenli olarak spor yapan katılımcıların SMBÖ'nin yoksunluk, gündelik yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemişken, düzenli olarak spor yapmayan katılımcıların SMBÖ'nin gündelik yaşamı etkileme alt boyutu ve ölçek toplam puanları arasında erkek katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Toplam grup ile SMBÖ'nin gündelik yaşamı etkileme, yoksunluk alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında da erkek katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (Tablo 1). Alan yazın incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda kadın katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğunu gösteren araştırmaların olduğu görülmektedir. Örneğin; Deniz ve Gürültü (2018) lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarını inceledikleri araştırmada meşguliyet alt boyutunda kadın katılımcılar lehine fark olduğunu tespit etmişlerdir. Şeker (2018) de sosyal medya bağımlılığı, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada kadın katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Aynı şekilde Yayman (2019) da ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve ailevi işlevler arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada kadın katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğunu tespit

ederken, erkek katılımcıların ise oyun bağımlılığı düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bununla birlikte literatür incelendiğinde erkek katılımcıların internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı düzeylerin kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu tespit eden araştırmaların daha fazla olduğu saptanmıştır (Korkmaz ve Mehmedoğlu, 2018; Çakıcı, 2018; Balıkçı, 2018; Göldağ, 2018; Kıldıran, 2019; Aras, 2019; Acat, 2019; Kılıç, 2019). Bu araştırmada elde edilen sonuçlar ile alan yazın sonuçları karşılaştırıldığında gerek erkeklerin gerekse kadınların benzer davranış profillerine sahip olduğu söylenebilir.

Araştırmanın ikinci alt problemi olan “*Düzenli olarak spor yapıp-yapmama*” değişkenine ilişkin katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk, gündelik yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında düzenli olarak spor yapan katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (Tablo 2). Alan yazın incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığı veya dijital oyun bağımlılığı düzeyleri yüksek olan katılımcıların düzenli olarak spor yapma ya da fiziksel aktiviteye katılma düzeylerinin daha düşük olduğu gösteren araştırmaların olduğu görülmektedir. (Hazar vd., 2017; Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2019). Aynı zamanda Yılmaz (2019) çevrimiçi oyun bağımlılığı ile beden kitle indeksi arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada çevrimiçi oyun oynama süresi ile vücut kitle indeksi arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğunu tespit etmiştir. Dolayısıyla, hem sosyal medya bağımlılığı hem de dijital ya da çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi arttıkça katılımcıların fiziksel aktivitelere katılma oranlarının azaldığı söylenebilir. Tablo 9’da yer alan “*Sosyal medya davranışsal gelişiminizi nasıl etkiliyor?*” sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde, katılımcıların sosyal medyada çok fazla vakit geçirmeleriyle birlikte bir takım olumsuz etkilerin ve sağlık problemlerinin meydana geldiği görülmektedir. “**Olumlu davranış:** Olgunlaşmak (f=1), **Olumsuz davranış değişikliği:** Olumsuz davranışları örnek almak (f=8), İnternette fazla vakit geçirmek /tolerans gelişimi (f=5), Agresif ve sinirli olmak (f=2), Tembellik (f=1). **Sağlık sorunları:** Baş ağrısı (f=4), Uykusuzluk (f=2), Hareket kısıtlılığı (f=2), Gözlerin bozulması (f=2)”. Katılımcıların sosyal medya da ya da internette gereğinden fazla vakit geçirmeleri sonucunda genel olarak olumsuz etkilenmeleri ve sağlık problemleri yaşamaları son derece doğal bir süreç olarak değerlendirilebilir. Bu olumsuz etkileri ve sağlık problemlerini ortadan kaldırmak amacıyla bireylerin fiziksel aktiviteye



yönlendirilmesi son derece önemli bir unsurdur. Tablo 10'da yer alan "Sosyal medya sosyal gelişiminizi nasıl etkiliyor?" sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde ise, katılımcıların sosyal medyada çok fazla vakit geçirmelerinden kaynaklı olarak eve bağımlılıklarının arttığına yönelik olarak asosyal davranışlar sergilediklerine yönelik ifadelerin yer aldığı görülmektedir. Birinci alt boyutta daha çok sosyal medyanın "Kolay arkadaşlık kurma (f=13)" ve "İletişim/sohbet (f=6)" gibi olumlu etkilere neden olduğunu anlatan ifadeler yer almaktadır. Örneğin katılımcı **K-7**. "Yani arkadaş ediniyorum, iletişim kuruyorum. Sosyal medyadan daha iyi iletişim kurabiliyorsun." ifadesini kullanmıştır. Bunun yanı sıra dikkat çeken bir diğer alt boyut ise, sosyal medyanın asosyal davranışlara neden olduğunu anlatan "Dışarıya çıkmamak/eve bağımlılık (f=6)" olarak değerlendirilen alt boyuttur. Örneğin katılımcı **K-13**. "Arkadaşlarımla dışarıda vakit geçirmek varken, içeride kalıp sosyal medyaya takılıyorum." ifadesini kullanmıştır. Bu sonuç, katılımcıların sosyal veya fiziksel aktivitelere katılmak yerine sosyal medyada vakit geçirmeyi tercih ettiklerini gösteren oldukça önemli ve dikkat çekici bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan "Kardeş sayısı" değişkenine ilişkin katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk, gündelik yaşamı etkileme alt boyutları ve ölçek toplam puanında arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Bu çözümleme sunucunda genel olarak farkın kardeşi olmayan ile kardeş sayısı beş ve üzeri olan katılımcılar arasında olduğu görülmüştür (Tablo 3). Alan yazın incelendiğinde, araştırma bulgularının aksi yönünde çalışmaların olduğu görülmektedir. Örneğin; Büyükgebiz (2018) yapmış olduğu çalışmada kardeş sayısı değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak farklılık olmadığını tespit etmiştir. Döner (2018) de özel lise öğrencilerinin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleriyle internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada kardeş sayısı ile internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak fark olmadığını saptamıştır. Aynı şekilde Aydoğdu (2018) da dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarını incelediği çalışmada kardeş sayısı ile dijital oyun bağımlılığı arasında istatistiksel olarak fark olmadığını saptamıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde ise, özellikle kardeşi olmayan katılımcılar ile kardeş sayısı beş ve üzeri olan katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir. Tablo 12'de yer alan "Sosyal medyayı en çok ne için kullanıyorsunuz?" sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde, katılımcıların sosyal medyayı iletişim ve

haberleşme aracı olarak kullanmayı tercih ettiklerini gösteren ifadeler yer almaktadır. Birinci alt boyutta “*Konuşmak (f=14) ve Mesajlaşmak (f=3)*” ifadeleri yer almaktadır. Bu durum değerlendirildiğinde kardeşi olmayan katılımcıların sosyal medyayı daha aktif bir şekilde kullanarak sosyal ortamda iletişim kullanmayı tercih ettikleri ve sosyal medyada veya internet bağımlılığı düzeylerinin bu nedenle yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan “Yaş” değişkenine ilişkin katılımcıların sosyal medya bağımlılık ölçeği ile yoksunluk alt boyutu ve ölçek toplam puanı arasında düşük düzeyde negatif korelasyon bulunmuştur. Yaş değişkeni ile diğer alt boyut arasında ise anlamlı bir ilişki yoktur (Tablo 4). Bu sonuçlara göre, yaş ile sosyal medya bağımlılığı arasında ters orantı olduğu görülmektedir. Yani, bireylerin yaşları arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeylerinin azaldığı ya da yaşları azaldıkça sosyal medya bağımlılık düzeylerinin arttığı söylenebilir. Alan yazın incelendiğinde, araştırma sonucuna benzer çalışmaların olduğu görülmektedir. Örneğin; Yılmaz (2017) yapmış olduğu çalışmada riskli internet kullanan katılımcıların yaş ortalamasının normal düzeyde internet kullanan katılımcılara oranla daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Korkmaz ve Mehmedoğlu (2018) problemlili internet kullanımı üzerine yapmış olduğu çalışmada 16-19 yaş grubu arasındaki bireylerin 35-55 yaş grubu arasındaki bireylere oranla daha fazla problemlili internet kullandıklarını saptamıştır. Şeker (2018) de sosyal medya bağımlılığı, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada yaş aralığı 21 ve altında olan katılımcıların yaş aralığı 22-31 arasında olan katılımcılara oranla sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Aynı şekilde Yayman (2019) da sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve aile işlevleri üzerine yapmış olduğu çalışmada yaş aralığı 15 ve altında olan katılımcıların yaş aralığı 16 ve üzeri olan katılımcılara oranla sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu araştırma sonucu ele alındığında ise katılımcıların yaşlarının artması ile birlikte sosyal yaşamda biraz daha fazla yer alarak zamanlarını daha farklı etkinliklere (arkadaşlarla vakit geçirme) ayırdıkları ve sosyal medyadan uzaklaştıkları ve dolayısıyla bu durumun bağımlılı düzeylerinin azalmasında önemli bir etken olduğu söylenebilir.

Araştırmanın altıncı alt problemi olan “*Sosyal medya kullanımı akademik gelişiminizi nasıl etkiliyor?*” sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde, katılımcıların sosyal medyanın akademik gelişimlerini daha çok olumsuz yönde

etkilediğine yönelik ifadeler kullandıkları görülmektedir. Birinci alt boyutu “*Olumsuz (f=15)*” olarak değerlendiren katılımcılar sosyal medyada çok fazla vakit kaybettikleri ve bu nedenle derslerine odaklanamadıklarını ifade etmişlerdir. Örneğin katılımcı **K-14**. “*Çok vakit kaybediyorum. Derslerimle ilgilenemiyorum, odaklanamıyorum.*” ifadelerini kullanmıştır. Göksu (2019) da ergenlerin sosyal medya bağımlılığının ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile akademik başarı arasında yüksek düzeyde negatif yönlü ilişki olduğunu tespit etmiştir. Yani sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan katılımcıların akademik başarılarının düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gürültü (2016) de lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada sosyal medyada günlük ortalama harcanan süre arttıkça katılımcıların daha çok akademik erteleme davranışında bulduklarını saptanmıştır.

Araştırmanın yedinci alt problemi olan “*Sosyal medya bilişsel gelişiminizi nasıl etkiliyor?*” sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde, katılımcıların sosyal medyanın bilişsel gelişmelerine yönelik daha çok olumlu yönde cevap verdikleri görülmektedir. Birinci alt boyutu “*Öğrenme ve araştırma güdüsü (f=14)*” olarak değerlendiren katılımcılar sosyal medyada ilgi alanlarına yönelik olarak takip etmiş oldukları içeriklerin onlara bilişsel yönden fayda sağladığını ifade etmişlerdir. Örneğin katılımcı **K-3**. “*Bilim tekniğine ilgim var. Öyle robot falan yapılan videoları izliyorum.*” ifadelerini kullanmıştır. Dolayısıyla internet ya da sosyal medyanın gerektiği kadar ve yararlı bir şekilde kullanıldığı sürece olumsuz sonuçlara yol açmayacağı söylenebilir. Fakat dikkat çeken bir diğer alt boyut ise, “*Olumsuz Zihinsel Etki (f=17)*” olarak değerlendirilen boyuttur. Örneğin katılımcı **K-19**. “*Hep ona bağlı kalıyorum. Kafamda sosyal medya ile ilgili sorular oluyor. Mesela mesaj geldi mi?, bildirim geldi mi?*” ifadelerini kullanmıştır. Bu ifade ise sosyal medyanın gereğinden fazla kullanılması sonucunda meydana gelebilecek olan olumsuzlukları ortaya koyan bir yargıdır. Çünkü, ifade edilen zihinsel meşguliyet devam ettikçe birey sosyal medyaya aşırı odaklanma sonucunda, yapması gereken ödev ve sorumlulukları aksatarak sosyal yaşamda birçok sorun yaşayabilir. Bu durum ise bağımlılığın önemli bir yansıması olarak değerlendirilebilir.

Araştırmanın sekizinci alt problemi olan “*Sosyal medya duyuşsal/duygusal gelişiminizi nasıl etkiliyor?*” sorusuna ilişkin cevap analizleri incelendiğinde,

katılımcıların sosyal medyayı kullanmaları doğrultusunda daha çok olumsuz duygusal etkiler ortaya çıktığını ifade eden cevaplar yer almaktadır. Birinci alt boyutu “*Olumsuz duyuşsal/duygusal (f= 17)*” olarak değerlendiren katılımcılar sosyal medyayı az kullandıklarında ya da kullanmadıklarında bir takım olumsuz duygulara maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir. Örneğin katılımcı **K-16**. “*Sosyal medyayı az kullandığım zaman sanki eksik bir şey varmış gibi hissediyorum.*” ifadelerini kullanmıştır. Bu durum nitel araştırmanın ilk alt problemi olan “*Sosyal medya benim için ..... gibidir.*” sorusuna ilişkin verilen cevapları destekler niteliktedir. Çünkü bu soruda katılımcılara sosyal medyanın onlar için ne ifade ettiği sorulmuş ve “*Yaşamsal İhtiyaç Olarak Sosyal Medya*” olarak değerlendirilen boyutta katılımcılar sosyal medyayı “*Hayat (f=5), Yaşam kaynağı (f=2) ve Gereklilik-İhtiyaç (f=2)*” olarak ifade etmişlerdir. Örneğin katılımcı **K-6**. “*Girmediğim zaman kendimi kötü hissediyorum gerçekten. Yaşamdan kopmuş gibi hissediyorum kendimi.*” ifadelerini kullanmıştır. Dolayısıyla bireylerin sosyal medyayı fazla kullanmalarından kaynaklı olarak haytalarının ayrılmaz bir parçası olarak görmeye başladıkları ve sosyal medyadan uzaklaştıkları takdirde bağımlılığın önemli bir yansıması olan yoksunluk durumunu yaşadıkları söylenebilir. Dikkat çeken bir diğer alt boyut ise, “*Olumlu duyuşsal/duygusal etkiler (f=9)*” olarak değerlendirilen boyuttur. Örneğin katılımcı **K-14**. “*Takipçilerim ve beğenilerim artınca mutlu oluyorum.*” ifadelerini kullanmıştır. Bu durum katılımcıları sosyal medya kullanımına motive eden önemli bir faktör olarak değerlendirilmekle birlikte, bu durum bağımlılığın gelişmesinde önemli bir tetikleyici unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Çünkü, sosyal medyada takipçi sayılarının artması katılımcıların kendilerini duygusal olarak daha iyi hissetmelerini sağlamaktadır.

Sonuç olarak; cinsiyet, düzenli olarak spor yapıp/yapmama, kardeş sayısı gibi değişkenlerin sosyal medya bağımlılığı üzerinde kısmen de olsa etkili olduğu söylenebilir. Ayrıca yaş değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişkinin olması ise yaşın artması ile birlikte bağımlılık düzeyinin azaldığını göstermektedir. Bununla birlikte nitel analiz sonuçları incelendiğinde katılımcıların sosyal medyanın etkileri konusunda farkındalık düzeylerinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir. Bu araştırma sonucunda elde edilen sonuçlar incelendiğinde özellikle düzenli olarak spor yapan bireylerin bağımlılık düzeylerinin yapmayan bireylere göre yüksek çıkması alan yazın bulguları ile çelişmekte ve dikkat çekmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde sonraki dönemlerde

konunun bu problemi ile ilgili deneysel bir araştırma yapılması problemin çözümüne ışık tutacaktır. Ayrıca araştırma kapsamında ele alınan örneklem sayısı dikkate alındığında bu durum araştırmanın en önemli sınırlılığını ortaya koymaktadır.

### **Kaynaklar**

- Acat, B. (2019). *Ergenlerde dindarlık, değerler, internet bağımlılığı ve hayat memnuniyeti*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alioğlu, N. (2016). Duygusal tatmin aracı olarak sosyal medya kullanımı üzerine bir alan araştırması. *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 1-27.
- Aras, S. (2019). *Bilgisayar oyun bağımlılığının ailedeki koruyucu etkenler ve kişisel özellikler açısından incelenmesi (Bursa ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Aslanbay, M. (2006). *A compulsive consumption: internet use addiction tendency. the case of turkish high school students*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, İ.E. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımı üzerine bir araştırma: Anadolu Üniversitesi örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 35, 373-386.
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(31), 1-18.
- Balıkçı, R. (2018). *Çocuklarda ve ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Batıgün, A., Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Büyükgebiz, E. (2018). *Sosyal medya bağımlılığının öğrencilerin performanslarına etkileri üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.

- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell, W.G. (2003). Addiction: A disease of volition caused by cognitive impairment. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 48(10), 669-674.
- Chou, C., Hsiao, M. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the taiwan college students case. *Computers And Education*, 35, 65-80.
- Çakıcı, G. (2018). *Egenlerde dijital oyun bağımlılığı ve öfkeyi ifade etme biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Deniz, L., Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Education Journal*, 26(2), 355-367.
- Döner, M.. (2018). *Özel lise öğrencilerinin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleriyle internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksel Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Durak Batıgün, A., Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Fırat, N., Barut, Y. (2018). Sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2458-9489.
- Göksu, H. (2019). *Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarıyla ilişkisi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Göldağ, B. (2018). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- Gürültü, E. (2016). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 32, 151-175.
- Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Türkeli, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- Işık, U. (2007). *Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Işık, U., Topbaş, H. (2015). Facebook ve bağımlılık: medya bağımlılığı araştırması. *International Journal of Social Science*, 38, 319-336,
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kaya, G. (2018). *Sosyal medya bağımlılığı ile internet kullanım amaçları arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kıldırın, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin zorbalıkla baş etme düzeyleri ve zorbalık eğilimi düzeyleri ile bilgisayar oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kılıç, K.M. (2019). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı, zorbalık bilişleri ve empati düzeyleri arasındaki ilişkiler. *İlköğretim Online*, 18 (2), 549-562.
- Korkmaz, S., Mehmedoğlu, A. (2018). Dindarlık, siber zorbalık ve problemlerli internet kullanımı ilişkisine dair nicel bir araştırma. *Dini Araştırmalar*, 21(53), 35-54.
- Lam, L.T. (2014). Internet gaming addiction, problematic use of the internet, and sleep problems: a systematic review. *Curr Psychiatry Rep*, 16(4), 444
- Mavnacıoğlu, K. (2009, 7-8-9 Ekim). *İnternette kullanıcıların oluşturduğu ve dağıttığı içeriklerin etik açıdan incelenmesi: sosyal medya örnekleri*. Fırat Üniversitesi İletişim Fakültesi Medya ve Etik Sempozyumu, Elazığ.
- Merriam, S.B. (2015). *Nitel araştırma desen ve uygulamaları için bir araştırma*. Ankara: Nobel.
- Onat, F., ve Aşman Alikılıç, Ö. (2008). Sosyal ağ sitelerinin reklam ve halkla ilişkiler ortamları olarak değerlendirilmesi. *Journal of Yaşar Üniversitesi Dergisi*, 3(9), 1111-1143.

- Özel, A. (2011). Sosyal medya ve güven: hükümet, sivil toplum örgütleri ve ticari kuruluşlara yönelik ampirik bir araştırma. *Academic Journal of Information Technology*, 7(2), 1-31.
- Sarıçam, F. (2015). *Öğrencilerin okul dışı sosyal medya kullanım amaçlarının öğrencilerin ders başarılarına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Savcı, M., Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106-115.
- Savcı, M., Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 30(3), 202-216.
- Şeker, V.T. (2018). *Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tekkurşun Demir, G., Cicioğlu, H., (2019). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile dijital oyun oynama motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 23-34.
- Telli Yamamoto, G., Karamanlı Şekeroğlu, Ö. (2014). *Sosyal medya ve blog*, İstanbul: Kriter Yayınevi.
- Ünlü Dalaylı, F. (2018). *Orta yaş üstü bireylerin dijital çağda iletişim kurma pratikleri: sosyal medya bağımlılığı ve sosyal izolasyon*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünlü, F. (2018). Orta yaş üstü bireylerde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal izolasyon. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1) , 161-172.
- Wang, L., Luo, J., Bai, Y., Kong, J., Luo, J., Gao, W., Sun, X. (2013). Internet addiction of adolescents in China: prevalence, predictors, and association with well-being. *Addiction Research and Theory*, 2 (1), 62-69.
- Yayman, E. (2019). *Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı oyun bağımlılığı ve aile işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, H., Şimşek, A. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.



Yılmaz, K. (2017). *Masa başı çalışanlarında internet bağımlılık seviyesi ile boyun ağrısı, depresyon ve yorgunluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, M. (2019). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ile bedenitle indeksleri, benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki*. Yüksel Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.