

The Role of Social and Emotional Loneliness in Problematic Facebook Use

Bahtiyar Eraslan Çapan

Mehmet Sarıçalı

Anadolu Üniversitesi

Abstract:

The purpose of this research is to examine the relationship between problematic Facebook use and social and emotional loneliness among Turkish university students. The study was carried out with 259 (140 women, 119 men, $M_{age} = 20.85$ years, $SD = 1.55$, and age range: 18-29) Anadolu University students. Participants completed the Turkish version of Bergen Facebook Addiction Scale, The Social and Emotional Loneliness Scale. The research data were analysed by correlation and stepwise regression analysis. Problematic Facebook use was found correlated positively with social, familial, and romantic loneliness. In addition, Problematic Facebook use was predicted by the number of participants' Facebook friends, but was not predicted by participants' real friends number. The findings were discussed with The Social Compensation Theory and other related literatures.

Keywords: *problematic Facebook use, social and emotional loneliness, friends number, university students*



Inönü University
Journal of the Faculty of Education
Vol 17, No 3, 2016
pp. 53-66
DOI: 10.17679/iuefd.17306122

Received : 18.04.2016
Revision1 : 10.06.2016
Accepted : 17.06.2016

Suggested Citation

Eraslan Çapan, B. & Sarıçalı, M. (2016). The Role of Social and Emotional Loneliness in Problematic Facebook Use. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 17(3), 53-66. DOI: 10.17679/iuefd.17306122

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

The need of establishing relationships is one of the fundamental dynamics of human existence. Loneliness is considered as a reaction towards the feeling of absence in social relations or a reaction not to perceive those relations close and sincere enough (Weiss, 1973). Loneliness is investigated as one dimension or sub-dimensions like social and emotional loneliness in the body of literature (DeJong-Gierveld & Tilburg, 2010; DiTommaso, Brannen & Best, 2004). Social loneliness is defined as being in relation with fewer friends and colleagues than one thinks and desires. On the other hand, emotional loneliness is considered as a subjective evaluation to one's situation of not to have a desired number of sincere and honest relations (DeJong-Gierveld & Tilburg, 2010). Although loneliness is of importance in almost every stage of human beings as social creatures, it is more crucial in young adulthood in regards with showing up of negative consequences.

The rareness of social and emotional relation networks may cause physical and psychological problems in young adults who are in the developmental stage of establishing intimate relationship. Starting from this point, young university students are trying to cope with loneliness in different ways. From those ways, online networks are becoming prominent in our age. One of the mainly known social network is Facebook which attracts people of almost all ages especially young adults. It is known that %32 of Facebook users are between the ages of 18-24. (Social Bakers Report, 2014). In recent days it can be seen that, young people who have difficulty in developing social relations in real world, are trying to decrease the effects of their loneliness via online communication. (Erdoğan, 2009; Taydaş, 2009; Lemieux, Lajoie, & Trainor, 2013). As a result, they might cut their bonds from real world and enclose themselves to an online world.

Compared to other social networks, Facebook is at the second row in the world with %85 users in USA and %93 users in Turkey (Alexa, 2011; Global Digital Statistics, 2014). Although Facebook is preferable for a lot of people, %32 of users consist of young people between the ages of 18-24 (Social Bakers Report, 2014). As Facebook can be used for different purposes, it is mostly used to get socialized by youth (Bonds-Raacke & Raacke, 2010; Hunt, Aktin & Krishnan, 2012). According to social compensation approach, young people who have fewer face to face relations in real world, are trying to compensate their unmet social needs through online environment (Valkenburg, Schouten, & Peter, 2005). Current studies claim that the intense use of the Facebook in relation with the stated motivations, is problematic and need to be held as a threat to psychological well-being (Andreassen, Thorsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012; Kuss & Griffiths, 2011).

Purpose

The studies related with the topic have been stating that there is a significant positive correlation between spending time on the Facebook and social loneliness and social avoidance (Lemieux, Lajoie & Trainor, 2013; Morahan-Martin & Schumacher, 2013). Also, the results of researches show that loneliness is mostly experienced among university students (Yalaz, Alpar & Algür, 2014) and spending time on the Facebook is seen as a way through which students try to decrease the level of their loneliness perception (Lou, 2010; Lou, Yan, Nickerson & Mcmorris, 2012). On the basis of these results, answers for the following question will be investigated in this study; "Are the variables of social loneliness, romantic loneliness, family loneliness, number of friends on the Facebook, number of friends on daily life of university students significant predictors of their Facebook use? "

Method

Participants were consisted of 259 [140 (%54) females 119 (%45) males] voluntare studens. Ages range were between 18- 32 and age mean was 20.85 (Ss = 1.55). Participants spend avarage 167.77 minutes per day on the internet. Data was collected by means of Bergen Facebook Addiction Scales (BFAÖ), Social and Emotional Lonilenes Scales (SDYÖ) and Personel Information Forms. The participants' problematic Facebook use and social and emotional loneliness were examined by Pearson's product-moment correlation coefficient of correlation and stepwise regression analyses.

Findings

As a result of the analysis of the data it was found that problematic Facebook use was correlated positively with social, family, and romantic loneliness. It was also seen that family loneliness explained 14 % of problematic Facebook use, romantic loneliness explained 5 % of problematic Facebook use, the number of friends explained 2 % of problematic Facebook use and social loneliness explained 2 % of problematic Facebook use. Family loneliness was the most predictive of Facebook addiction. The number of friends in daily life and gender were included in the stepwise regression analysis but it was seen that neither of these variables predicted Facebook addiction.

Discussion & Conclusion

In this study the relation between problematic Facebook use and social and emotional loneliness levels of university students has been investigated. In this sense, the predictive role of loneliness in familial, social and romantic relations, number of friends on Facebook, number of friends in daily life had been searched. The body of literature comes with the information that lonely people may have a lower social competence in face to face communication than an online communication (Zywica & Danowski, 2008; Mckenna, Green & Gleason, 2002; Lou et al., 2012; Ebeling-Witte, Frank & Lester, 2007; Kalpidou, Costin & Morris, 2007; Schwartz, 2010). Parallel with Social Compensation Theory, these people are considered as compensating their inadequacies of social life and strengthening their sense of belonging with the motivation of self-presentation through Facebook (Nadkarni & Hoffman, 2012). In other words, people who are fragile and have psychological features inhibiting their social life may tend to use Facebook to meet their belonging needs. Papacharissi & Rubin (2000) have claimed that, people who avoid face to face communication perceive internet reinforcing and functional to meet their need of interpersonal relation. As these people prefer to use Facebook to cope with loneliness instead of establishing real relations, the relatively safeguarded feature of Facebook becomes attractive to them.

Studies show that students usually prefer Facebook to communicate with their families, to keep in touch with old friends and to meet new friends (Taydaş, 2009; Lou et al., 2012; Kalpidou, Costin & Morris, 2011; Erdoğan, 2009; Raacke & Bonds-Raacke, 2009). As Facebook is cheaper than other communication tools, has the opportunity to share photos and videos and accessible any time from anywhere, it is mostly preferred by young people who are very much interested in technology (Jones, 2014). All this conditions pave the way for problematic Facebook use.

As it can be understood from the results of studies, students who have difficulty in establishing face to face relations, use Facebook as a communication tool for their social and romantic relationships. Although this situation can be thought as an easiness of technological era, it can also be considered as compensation of inadequacy in building real relationships. For this reason, students who are lonely and have difficulty in communication, can be supported to develop their social skills during their university education. Programs on developing social skills and secure Facebook use might be developed. Students who have high level of loneliness can be referred to get support from universities' guidance and psychological centers.

Problemlı Facebook Kullanımında Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Rolü

Bahtiyar Eraslan Çapan

Mehmet Sarıçalı

Anadolu Üniversitesi

Öz

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlıkları ile problemlı Facebook kullanımları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Anadolu Üniversitesinin çeşitli fakültelerinde öğrenim gören 259 (140 kadın, 119 erkek, Yaş_{ort}= 20.85, Ss=1.55) öğrenci çalışma grubunu oluşturmaktadır. Çalışmada Bergen Facebook Bağımlılığı Ölçeği ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Veriler korelasyon ve adımsal regresyon analizi ile incelenmiştir. Sonuçlar, sosyal, ailesel ve romantik ilişkilerde yalnızlığın problemlı Facebook kullanımıyla pozitif yönde ilişkili olduğu ve problemlı Facebook kullanımını yordadığını göstermiştir. Ayrıca, problemlı Facebook kullanımını, katılımcıların Facebooktaki arkadaş sayıları yordarken, günlük arkadaş sayılarının yordamadığı görülmüştür. Bulgular Sosyal Telif Yaklaşımı ve ilgili alanyazın ışığında tartışılmış, psikolojik yardım profesyonellerine ve araştırmacılara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Problemlı Facebook kullanımı, sosyal ve duygusal yalnızlık, arkadaş sayısı, üniversite öğrencileri.



Inönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 17, Sayı 3, 2016
ss. 53-66
DOI: 10.17679/iuefd.17306122

Gönderim Tarihi : 18.04.2016
1. Düzeltme : 10.06.2016
Kabul Tarihi : 17.06.2016

Önerilen Atıf

Eraslan Çapan, B. ve Sarıçalı, M. (2016). Problemlı Facebook Kullanımında Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Rolü. *Inönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 53-66. DOI: 10.17679/iuefd.17306122

GİRİŞ

İlişki kurma ihtiyacı insanın varoluşunun temel dinamiklerindedir. Pek çok kuram açısından da bu durum vurgulanmaktadır. Glasser ilişki kurmayı, yaşamsal bir ihtiyaç olarak ele alırken (Prochaska ve Nockros, 2010), Yalom ise varoluşun özne-özne etkileşimi ile başka varoluşlarla teması şeklinde değerlendirmektedir (Yalom, 1980). Kuramsal bilgiler, doyurucu ilişki kuramayan bireyin giderek yalnızlaştığını ve yalnızlaşma sonucunda da olumlu psikolojik yapılarının tehdit altında olduğunu belirtmektedir.

Yalnızlık, sosyal ilişkilerin istenenden daha az düzeyde olması sonucu yaşanan baskı ve bireyin sosyal yaşantısına yönelik yetersizlik algısı şeklinde tanımlanmıştır (Asher ve Paquette, 2003; Russell, 1996). Başka bir tanımda yalnızlık, sosyal ilişki eksikliğinin hissedilmesi ya da ilişkilerin yeterince içten ve yakın bulunmamasına gösterilen bir tepki olarak değerlendirilmiştir (Weiss, 1973). Görüldüğü gibi, yalnızlık, ilişkilerin kurulamamasına ya da doyurucu olmamasına yönelik bir değerlendirme ve duygulanımdır. Alan yazında yalnızlık tek boyutta incelendiği gibi sosyal ve duygusal yalnızlık gibi alt boyutlar şeklinde de araştırılmıştır (DeJong-Gierveld ve Tilburg, 2010; DiTommaso, Brannen ve Best, 2004). Sosyal yalnızlık, kişinin düşündüğünden ve arzu ettiğinden daha az sayıda arkadaş ve meslektaş ile ilişki içerisinde olması, duygusal yalnızlık ise istediği düzeyde içten ve güvenilir bir sırdaşı olmaması durumuna yönelik öznel bir değerlendirme (DeJong-Gierveld ve Tilburg, 2010) olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal bir varlık olan insan için yalnızlık yaşamın her döneminde önemli olmakla birlikte genç yetişkinlik döneminde olumsuz sonuçların ortaya çıkması açısından daha da kritiktir. Araştırmalar yalnızlıkla depresyon (Heinrich ve Gullone, 2006), madde kullanımı (Cacioppo, Hawkley, Crawford, Ernst, Burleson ve Kowalewski, 2002), alkol kullanımı, düşük benlik saygısı, fizyolojik belirtiler (Johnson, 2007), intihar (Wiktorsson, Runeson, Skoog, Ostling ve Waern, 2010) arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Gelişim görevi bakımından yakın ilişki kurmak durumunda olan gençlerde, yalnızlık sonucu belirtilen olumsuzluklar daha yoğun yaşanabilecektir.

Araştırmalar yalnız bireylerin farklı kişilik özelliklerine sahip olduklarını belirtmektedirler. Yalnız bireyler çoğunlukla, utangaç ve düşük benlik saygısına sahiptirler (Cheek ve Busch, 1981; Marangoni ve Ickes, 1989) ve daha yoğun iletişim kaygısı yaşamaktadırlar (Segrin ve Kinney, 1995; Zakahi ve Duran, 1985). Bu nedenle yalnız kişiler ilişkilerde kendilerini daha az açmakta ve iletişim kurmakta güçlük yaşamaktadırlar (Solano, Batten ve Parish, 1982). Dolayısıyla bu kişiler, az sayıda arkadaşla düşük kalitede bir arkadaşlık yaşamakta ve sosyal etkinliklere daha az katılmaktadırlar (Kraus, Davis, Bazzini, Church ve Kirchman, 1993; Spitzberg ve Canary, 1985). Genellikle yaşadıkları yalnızlığın yoğunluğu, bireylerin yaşantısını pek çok açıdan olumsuz etkilemektedir.

Duygusal ve sosyal ilişki ağının azlığı yakın ilişkiler geliştirme sorumluluğu olan gençlerde fiziksel ve psikolojik sıkıntılara yol açabilmektedir. Bu nedenle üniversite öğrencileri yalnızlıkları ile farklı yollarla başetmeye çalışmaktadırlar. Çağımızda bu yolların önemlilerinden birisi de sanal ağlardır. Günümüzde gerçek dünyada yeterli sosyal ilişki kuramayan gençlerin daha çok sanal dünyada iletişim kurarak, yalnızlık duygularının etkilerini azaltmaya çalıştıkları görülmektedir (Erdoğan, 2009; Lemieux, Lajoie ve Trainor, 2013; Taydaş, 2009). Sosyal ilişki kuramayan gençler kendilerini gerçek yaşamdan koparıp sanal ortamlara hapsedmekte bu durum ise problemleri durumlarına yol açmaktadır.

Problemleri Facebook Kullanımı

Son yıllarda teknoloji genç yetişkinlerin yaşamının vazgeçilmez bir parçası olmuştur (Arnett, 1995). Daha dar bir çerçeveden, Facebook, twitter, myspace gibi iç içe girmiş sosyal ağlar aracılığı ile teknoloji, karmaşık ilişki ağlarının oluşumuna zemin oluşturmuştur. Bu bakımdan, milyonlarca genç tarafından kullanılmakta olan Facebook, en iyi bilinen sosyal ağlardan biri haline gelmiştir. Diğer sosyal ağlara göre Facebook, Amerikada %85, Türkiye’de %93 kullanıma oranıyla dünyada ikinci sırada yer almaktadır (Alexa 2011; Global Digital Statistics, 2014). Facebook her yaşta bireyi cezbetmekle birlikte kullanıcılarının %32’sini 18-24 yaş aralığındaki gençler oluşturmaktadır (Socialbakers Report, 2014). Facebook farklı amaçlarla kullanılmakla birlikte gençler tarafından daha çok sosyalleşme amaçlı kullanılmaktadır (Bonds-Raacke ve Raacke, 2010; Hunt, Aktin ve Krishnan, 2012). Araştırmalar, Facebook kullanımının birincil işlevinin, kişisel paylaşımlar aracılığı ile yeni sosyal ve duygusal ilişkilerin kurulması ve var olan sosyal ilişkilerin devam ettirilmesini sağlamak olduğunu belirtmektedirler (Sheldon, 2008; Pempek, Yermolayeva ve Calvert, 2009).

Gençlik döneminde kurulan arkadaşlık ilişkileri sosyalleşmeyi sağlarken aynı zamanda bir gruba ait olma ve var olduğunu kanıtlama ihtiyacını da karşılamaktadır (Nadkarni ve Hofmann, 2012). Yüz yüze iletişim kaygısı ve korkusu yaşayan üniversite öğrencilerinin sosyal ilişki kurmak, zaman geçirmek ve yalnızlık hissi ile baş etmek için sıklıkla sanal ortam olan Facebook'u kullandıkları görülmektedir (Sheldon, 2008; Skues, Williams ve Wise, 2012). Sosyal Telafi Yaklaşımına göre gençler, gerçek yaşamda karşılayamadıkları sosyal ihtiyaçlarını sanal ortam aracılığıyla telafi etmektedirler (Valkenburg, Schouten ve Peter, 2005). Bu yaklaşıma göre gerçek hayatta daha az yüz yüze ilişki kuran gençler, sanal ortamda oluşturdukları gruplarla sosyalleşerek ait olma ve öz sunum ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler (Ellison, Steinfield ve Lampe, 2007; Nadkarni ve Hofmann, 2012). Güncel araştırmalarda, belirtilen motivasyonlar doğrultusunda Facebook'un yoğun bir şekilde kullanılması problemli olarak değerlendirilmekte ve psikolojik açıdan bir tehdit olarak ele alınmaktadır (Andreassen, Torsheim, Brunborg ve Pallesen, 2012; Kuss ve Griffiths, 2011). Araştırmalar problemli Facebook kullanımı ile düşük yaşam doyumu, düşük öznel mutluluk, düşük öznel zindelik ve düşük iyi oluş (Satıcı ve Uysal, 2015), ciddi depresyon, kaygı (Koç ve Gülyavaş, 2013) ve düşük yaşam kalitesi (Bevan, Gomez ve Sparks, 2014) arasında ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Dolayısıyla sosyalleşmek amaçlı kullanılan Facebookun yoğun kullanılması sonucu gençleri gerçek hayattan kopardığı söylenebilir.

Araştırmanın Amacı

Günümüzde gençlerin sosyalleşmek, eğlenmek, yeni arkadaşlıklar kurmak, eski arkadaş bağlarını sürdürmek, hoşça zaman geçirmek ve rahatlamak gibi farklı amaçlarla Facebook kullandıkları bilinmektedir (Foregger, 2008; Hew ve Cheung, 2012; Spraggins, 2009). Özellikle gençlerin yeni arkadaşlar edinmek, eski arkadaşlıklarını sürdürmek, arkadaşlarıyla ve aileleriyle iletişim kurmak kısacası sosyalleşmek amacıyla Facebook'u kullandıkları görülmektedir (Ellison, Steinfield ve Lampe, 2007; Shaw, Timpano, Tran ve Joormann, 2015; Spraggins, 2009). Bu konuda yapılan çalışmalar, gerçek hayatta sosyal bağları güçlü olan kişilerin de (Valkenburg, Schouten ve Peter, 2005), yüzyüze iletişim kurmakta sorun yaşayan gençlerin de, sanal ortamları daha yoğun kullandıklarını göstermektedir (McKenna, Green ve Gleason, 2002; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003). Özellikle son zamanlarda yapılan araştırmalar, yoğun yalnızlık yaşayan (Skues, Williams ve Wise, 2012), kişilerarası ilişkilerde duyarlılığı olduğu için yüzyüze iletişimden kaçınan (Eraslan Çapan, 2015), sosyal kaygısı olan (Wilson, Fornasier ve White, 2010) üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını daha çok Facebook aracılığıyla sanal ortamda karşıladıklarını ifade etmektedir.

Facebook, kişisel bilgilerin gizlenebilmesi, konuşmanın kontrol edilebilmesi, yüz yüze iletişim kurmada yaşanan kaygı ile kolay baş edilebilmesi, sosyal mesafeler arasında köprü olması, arkadaş seçeneğinin fazlalığı, anında iletişim kurma kolaylığı açısından sosyalleşmede gerçek hayatta iletişim kurmakta sorun yaşayan gençler tarafından daha çok tercih edilmektedir (Antheunis ve Schouten, 2011; McKenna ve Bargh, 1999). Yüz yüze ilişki kurmakta güçlükler yaşayan üniversite öğrencileri, Facebook aracılığıyla özel arkadaşlıklar kurma, ilgilerine göre gruplar oluşturma, ilgilendikleri konuda sohbet etme, fikir paylaşma, kendileriyle ilgili bilgi ve görüntüleri paylaşma, gibi birçok etkinliği gerçekleştirebilmektedirler (Spraggins, 2009; Steinfield, Ellison ve Lampe, 2008).

Kısacası gençlerin Facebook aracılığıyla iletişimi, yüz yüze iletişime daha çok tercih etmeleri, bireylerin sosyal yaşamlarında tatmin edici bulmadıkları ihtiyaçlarını sosyal medya aracılığı ile telafi etme çabası içerisinde olabileceklerini ifade etmektedir (Valkenburg ve Peter, 2008). Bu çalışma kuramsal boyutta Sosyal Telafi Yaklaşımıyla çerçevelenmektedir. Yalnız ve sosyal kaçınmacı bireyler doyurucu bulmadıkları sosyal yaşantılarını telafi etmek amacıyla sosyal medyayı kullanıyor olabilirler. Konu ile ilgili yapılan araştırmalar, sosyal anlamda yalnız olma ve sosyal kaçınmacılık ile Facebook'ta zaman harcama arasında anlamlı derecede pozitif ilişki olduğunu belirtmektedir (Lemieux, Lajoie ve Trainor, 2013). Yalnız bireyler diğer bireylere göre daha çok çevrim içi arkadaşlıklar kurmakta ve daha çok duygusal destek almaktadırlar (Morahan-Martin ve Schumacher, 2013). Başka bir çalışmada öğrencilerin yalnızlık algılarını Facebook kullanarak azaltmaya çalıştıkları görülmektedir (Lou, 2010; Lou, Yan, Nickerson ve McMorris, 2012). Ülkemizde üniversite öğrencilerinin yalnızlıklarının araştırıldığı sınırlı sayıda araştırmada (Çeçen, Yalaz, Alpar ve Algür, 2014) yoğun olarak yalnızlık yaşadıkları belirtilmektedir. Bununla birlikte, üniversite öğrencilerinin Facebook kullanmada Sosyal Telafi Yaklaşımının etkilerinin araştırıldığı, yaşadıkları farklı alanlardaki yalnızlıklarıyla nasıl baş ettiklerinin araştırıldığı kapsamlı bir çalışma olmadığı görülmektedir. Bu çalışmanın da bu boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

Bu sonuçlara dayalı olarak bu çalışmada "Üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlıkları, romantik yalnızlıkları, aile yalnızlıkları, Facebooktaki arkadaş sayısı ve günlük hayattaki arkadaş sayısı problemli Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı mıdır?" araştırma sorusuna cevap aranacaktır. Üniversite öğrencilerine

sunulacak önleyici psikolojik yardım hizmetleri açısından bu araştırmadan elde edilecek bulguların önemli ipuçları vereceği düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin problemleri Facebook kullanımlarını çeşitli değişkenler açısından incelemeyi ve sosyal duygusal yalnızlıkları ile problemleri Facebook kullanımları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır.

Çalışma Grubu

Bu çalışma, Anadolu Üniversitesinin Eczacılık, Eğitim, Edebiyat, Fen ve İdari Bilimler Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerden tesadüfi örnekleme ile seçilen 259 [140'ı (%54) kız, 119'u (%45) erkek] gönüllü öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Yaşları 18 ile 32 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 20.85'dir ($S_s = 1.55$). Katılımcıların 46'sı (%18) birinci sınıfta, 50'si (%19) ikinci sınıfta, 76'sı (%29) üçüncü sınıfta ve 87'si (%34) dördüncü sınıfta öğrenim görmektedirler.

Çalışmaya katılan öğrenciler günde ortalama 167.77 dakika internet kullanmaktadırlar. Facebook'taki arkadaş sayıları 3 ile 775 arasında değişen katılımcıların, günlük hayattaki arkadaş sayıları ise 0 ile 150 arasında değişmektedir. Katılımcıların %65'i Facebook hesaplarını daha önce kapatmış ya da kapatmayı düşünmektedir. Ayrıca, katılımcıların büyük çoğunluğu (%78) Facebook'un ücretli olması durumunda Facebook'u kullanmayacaklarını bildirmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veriler Bergen Facebook Bağımlılığı Ölçeği, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve kişisel bilgi formu ile toplanmıştır.

Bergen Facebook Bağımlılığı Ölçeği (BFAÖ) (Andreassen, Torsheim, Brunborg ve Pallesen, 2012). 18 maddeden oluşan BFAÖ, 5'li Likert tipi (1: Çok nadir ve 5: Çok sık) derecelendirmeye sahiptir. Orijinal çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek olası puanlar 18 ile 90 arasında değişmekte ve yükselen puanlar problemleri Facebook kullanımına işaret etmektedir. BFAÖ'nün Türkçe'ye uyarlanması Akın, Demirci, Akın, Ocakçı, Akdeniz ve Akbaş (2013) tarafından yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizine göre ölçeğin iyi uyum verdiği ($\chi^2 = 291.88$, $df = 118$, $p < 0.001$, RMSEA = .061, CFI = .95, GFI = .92, IFI = .95 ve SRMR = .040) belirtilmiştir. Türkçe formunun Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .93 olarak ifade edilmiştir (Akın ve diğerleri, 2013). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SDYÖ) (Ditommaso, Brannen ve Best, 2004). On beş maddeden oluşan SDYÖ, aile ilişkilerinde, romantik ilişkilerde ve sosyal ilişkilerde yalnızlık olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 7'li likert tipi (1: Bana tamamiyle uygun değil ile 7: Bana tamamiyle uygun) derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Çeçen (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre üç alt boyutlu ölçeğin iyi uyum ($\chi^2 = 385.92$; $df = 86$; CFI = .92; GFI = .91; IFI = .92; RMSEA = .02) verdiği belirtilmiştir. Ölçeğin güvenirlik katsayılarına bakıldığında, aile ilişkilerinde yalnızlık alt boyutu için .76, romantik ilişkilerde yalnızlık alt boyutu için .84 ve sosyal ilişkilerde yalnızlık alt boyutu için .74 olduğu ifade edilmektedir (Çeçen, 2007). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı aile ilişkilerinde yalnızlık alt boyutu için .74, romantik ilişkilerde yalnızlık alt boyutu için .78 ve sosyal ilişkilerde yalnızlık alt boyutu için .85 olarak bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan form, araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, bölüm, Facebooktaki arkadaş sayısı, günlük hayattaki arkadaş sayısı, ne kadar süre Facebookta zaman geçirdikleri gibi bilgilerin toplanması amacıyla kullanılmıştır.

İşlem

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, bir kitapçık şeklinde katılımcılara tek oturumda uygulanmıştır. Bir katılımcının veri setini doldurması yaklaşık olarak 20 dakika sürmüştür. Uygulama esnasında araştırmacı öncelikle kendini tanıtmış ve ardından araştırmanın amacı, önemi ve ölçek setinin nasıl yanıtlanacağı hakkında katılımcılara bilgi vermiştir.

Araştırma kapsamında veri setinden elde edilen verilerin normal dağılımı incelenmiştir. Normal dağılımın incelenmesinde çarpıklık, basıklık katsayıları, dal yaprak ve histogram grafikleri incelenmiştir. Elde edilen verinin Facebook bağımlılığı, aile yalnızlığı, romantik yalnızlık ve sosyal yalnızlık için çarpıklık katsayılarının -

.04 ile -1.35 arasında değiştiği, basıklık katsayılarının -.02 ile 2.3 arasında değiştiği görülmüş ve bu değerler ile verinin normal dağıldığına karar kılınmıştır. Katılımcıların problemleri Facebook kullanım düzeyleri ile aile, romantik ve sosyal ilişkilerindeki yalnızlıkları arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Ayrıca, bağımsız değişkenlerin problemleri Facebook kullanımını açıklama oranını saptamak amacıyla Adımsal Regresyon Analizi (stepwise regression) kullanılmıştır. Regresyon analizi, bağımlı değişken ile bir veya daha çok bağımsız değişken arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla kullanılan bir analiz yöntemidir. Adımsal Regresyon Analizi, değişkenlerin kısmi korelasyon değerlerine göre analize konulduğu bir Regresyon Modelidir ((Büyüköztürk, 2003). Bu çalışmada, öncelikle problemleri Facebook kullanımı olan bağımlı değişken ile en yüksek korelasyonu veren, yani bir anlamda bağımlı değişkenin varyansına en büyük katkıyı yapacak olan bağımsız değişkeni seçmek için Adımsal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Facebook Bağımlılığı Ölçeği, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nden alınan puanlar ve Facebook'taki arkadaş sayısı ve günlük hayattaki arkadaş sayıları arasındaki korelasyon, aritmetik ortalama ve standart sapmalara ilişkin bulgular Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Değişkenler Arası Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları ve Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1- Problemleri Facebook kullanımı	-					
2- Aile yalnızlığı	.38**	-				
3- Romantik ilişkilerde yalnızlık	.30**	.24**	-			
4- Sosyal ilişkilerde yalnızlık	.38**	.59**	.33**	-		
5- Facebook arkadaş sayısı	.28**	.22*	.32**	.18**	-	
6- Günlük arkadaş sayısı	.01	-.04	-.05	-.04	.15*	-
\bar{x}	31.17	20.30	14.74	20.11	315.74	34.19
SS	8.26	4.87	6.90	4.43	170.64	30.04

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 1'de görüldüğü gibi, problemleri Facebook kullanımı ile aile ilişkilerinde yalnızlık ($r = .38, p < .01$), romantik ilişkilerde yalnızlık ($r = .30, p < .01$) ve sosyal ilişkilerde yalnızlık ($r = .38, p < .01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Ayrıca, problemleri Facebook kullanımı, Facebook arkadaş sayısı ile ($r = .28, p < .01$) pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahipken, günlük hayattaki arkadaş sayısı ile ($r = .01, p > .05$) anlamlı ilişkiye sahip olmadığı görülmektedir.

Tablo 2'de ise katılımcıların problemleri Facebook kullanımının yordayıcıları olarak; aile yalnızlığı, romantik ilişkilerde yalnızlık ve sosyal ilişkilerde yalnızlık, Facebook arkadaş sayısı ve günlük arkadaş sayısına ilişkin Adımsal Regresyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 2. Problemleri Facebook Kullanımının Yordanmasına İlişkin Adımsal Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	B	SH _B	β	t	R ²	R ² artış	F
1. Model	Aile Yalnızlığı	.64	.09	.379	6.56**	.14	.14	43.03**
2. Model	Aile Yalnızlığı	.55	.09	.326	5.64**	.19	.05	14.91**
	Romantik İlişkilerde Yalnızlık	.27	.07	.223	3.86**			
3. Model	Aile Yalnızlığı	.51	.09	.30	5.22**	.21	.02	7.31**
	Romantik İlişkilerde Yalnızlık	.21	.07	.18	2.99**			
	Facebook arkadaş sayısı	.01	.00	.16	2.70**			
4. Model	Aile Yalnızlığı	.34	.12	.20	2.96**	.23	.02	6.725**
	Romantik İlişkilerde Yalnızlık	.17	.07	.14	2.34*			
	Facebook arkadaş sayısı	.01	.00	.16	2.74**			
	Sosyal İlişkilerde Yalnızlık	.34	.13	.18	2.59**			

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 2’de görülen Adımsal Çoklu Regresyon sonuçlarına göre modele ilk aile yalnızlığı değişkeni girmektedir. Aile yalnızlığı Facebook bağımlılığının %14’ünü açıklamaktadır ($R^2= .14$, R^2 artış= .05, düzenlenmiş $R^2= .14$). İkinci adımda romantik ilişkilerde yalnızlığın modele dahil olduğu görülmektedir. Bu adımda romantik ilişkilerde yalnızlık, Facebook bağımlılığının %5’ini açıklamaktadır ($R^2= .19$, R^2 artış= .05, düzenlenmiş $R^2= .18$). Üçüncü adımda ise Facebook arkadaş sayısı modele girmiştir. Bu değişkenin Facebook bağımlılığının %2’sini açıkladığı anlaşılmaktadır ($R^2= .21$, R^2 artış= .02, düzenlenmiş $R^2= .20$). Son adımda sosyal ilişkilerde yalnızlık modele dahil olmuş ve Facebook bağımlılığının %2’sini açıkladığı görülmüştür ($R^2= .23$, R^2 artış= .02, düzenlenmiş $R^2= .22$). Son modele göre aile yalnızlığı ($\beta= .20$, $p < .01$), romantik ilişkilerde yalnızlık ($\beta= .14$, $p < .05$), Facebook arkadaş sayısı ($\beta= .16$, $p < .01$) ve sosyal ilişkilerde yalnızlık ($\beta= .18$, $p < .01$) Facebook bağımlılığını anlamlı şekilde yordamaktadır. Bu değişkenler içerisinde Facebook bağımlılığını en fazla yordayan değişken ise aile yalnızlığıdır. Adımsal regresyon analizine günlük hayattaki arkadaş sayısı da dahil edilmiş ancak bu değişkenin Facebook bağımlılığını anlamlı yordamadığı görülmüştür.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri ile problemleri Facebook kullanımları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu kapsamda sosyal ilişkilerde yalnızlık, romantik ilişkilerde yalnızlık, aile yalnızlığı, Facebooktaki arkadaş sayısı ve günlük hayattaki arkadaş sayısının Facebook kullanımını yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Alan yazına göre, yalnız insanların yüz yüze iletişimde sosyal yetkinlikleri daha düşük olabilirken, teknoloji aracılığı ile kurulan iletişimde sosyal açıdan daha yetkin olabildikleri görülmüştür (Ebeling-Witte, Frank ve Lester, 2007; Kalpidou, Costin ve Morris, 2007; Lou ve diğerleri, 2012; Mckenna, Green ve Gleason, 2002; Schwartz, 2010; Zywica ve Danowski, 2008). Kuramsal boyutta bakıldığında, Facebook kullanımının öz-sunum ve ait olma ihtiyaçları tarafından tetiklendiği belirtilirken (Nadkarni ve Hofmann, 2012), Sosyal Telafi Yaklaşımına paralel olarak, bireylerin sosyal yaşamda eksikliğini hissettikleri yönlerini öz-sunum motivasyonu ile Facebook üzerinden gidermeye ya da aidiyet duygularını pekiştirmeye çalıştıkları görülmektedir (Nadkarni ve Hofmann, 2012). Diğer bir ifadeyle, sosyal yaşamı kısıtlayıcı etkisi bulunan psikolojik özelliklere ve kırılgan kişilik özelliklerine sahip olan bireyler, ait olma duygusunu karşılamak için Facebook’u kullanabilmektedirler.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin aile yalnızlık düzeylerinin problemleri Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda düşünüldüğünde, üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun eğitimlerine ailelerinden uzak bir yerleşim yerinde devam ettiklerinden aile yalnızlığı hissetmeleri beklenmektedir. Öğrenciler, yeni çevreye uyum sağlayınca kadar temel ihtiyaçlarını karşılamak ve sosyal destek almak için aileleriyle sıklıkla iletişim halinde olma gereksinimi duymaktadırlar. Bu konuda yapılan araştırmalar, gençlerin aileleri ile iletişim kurmak için Facebooku daha çok tercih ettiklerini ifade etmektedir (Kalpidou, Costin ve Morris, 2011; Lou ve diğerleri, 2012; Taydaş, 2009). Facebook, diğer iletişim araçlarına göre ucuz ve günün her saatinde iletişime imkân sağlaması, coğrafi mekan olarak sınır tanımaması, video ve fotoğraf paylaşımına izin verici olması nedeniyle teknoloji ile iç içe olan gençler tarafından daha çok tercih edilmektedir (Jones, 2014). Hem sesli hem de video ve fotoğraf paylaşımına ücretsiz izin veren Facebook’un, ailelerinden uzakta olmalarından kaynaklı yalnızlıklarıyla baş etmek için üniversite öğrencileri tarafından daha sık tercih edildiği ve bu durumun da problemleri Facebook kullanımına neden olduğu söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen diğer bulgu, üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlık düzeylerinin onların problemleri Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı olduğudur. Alanyazında bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Yüzyüze iletişim kurmakta güçlük yaşayan gençler, sosyal ağlar oluşturmak ve kendileriyle ilgili bilgiler paylaşmak için Facebook’u daha kullanışlı bulmaktadırlar (Jin, 2013). Ayrıca yüz yüze iletişim kaygısı ve korkusu yaşadıkları için sosyalleşemeyen gençlerin bu ihtiyaçlarını karşılamak ve yalnızlık hissi ile baş etmek için sıklıkla sanal ortam olan Facebooku kullandıkları görülmektedir (Sheldon, 2008; Skues, Williams ve Wise, 2012). Kısacası üniversite öğrencileri Sosyal Telafi Yaklaşımına göre gerçek yaşamda karşılayamadıkları sosyal ihtiyaçlarını sanal ortam aracılığıyla telafi etmektedirler (Valkenburg, Schouten ve Peter, 2005). Facebook, gençler tarafından sosyal çevrelerini geliştirmek ve ikinci bir yaşam alanı oluşturmak amacıyla kullanılmaktadır (Erdoğan, 2009; Raacke ve Bonds-Raacke, 2009). Gençlerin büyük çoğunluğu üniversite yaşamlarını eski arkadaşlarından ve sosyal çevrelerinden uzakta geçirdiklerinden, hem eski arkadaşları ile iletişimlerini sürdürmek hem de yeni arkadaşlıklar kurmak için Facebooku sıklıkla

kullanılmaktadırlar. Facebook ve benzeri iletişim ağlarının bireyler arasındaki, zamana ve mekâna bağlı her türlü sınırlılıkları kaldırarak, bireylerin aynı mekânda buluşmalarına izin vermesi (Çetin, 2009) gençler tarafından daha fazla kullanılmalrına da neden olmaktadır. Kısacası sosyal hayatta gerçek ilişkiler kurarak yalnızlıkları ile baş etmeyi tercih etmeyen bireyler, sanal araçlar yardımı ile bu ihtiyaçlarının yoğunluğunu azaltmaya çalışabilmektedirler. Facebookun görece korunaklı dokusu belirtilen türden kişilik özelliklerine sahip olan bireyler için cezbedici olabilmektedir.

Çalışmanın diğer bulgusu ise, romantik yalnızlık düzeyleri üniversite öğrencilerinin Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı olduğudur. Gençlerde romantik yalnızlık arttıkça problemler Facebook kullanımı da artmaktadır. Araştırma bulgusu, McKenna ve diğerlerinin (2002) yalnız insanların yakın arkadaşlıklar kurmak için çevrim içi ortamları kullandıkları bulgusu ile paralellik göstermektedir. Gerçek yaşamda sosyal ilişki kurmakta güçlük yaşayan üniversite öğrencileri, sözel ve sözel olmayan mesajlara daha duyarlı olduklarından arkadaşlık başlatma ve arkadaşlığı sürdürmede hem beceri hem de cesaret açısından kendilerini yeterli algılamadıkları için güçlükler yaşayabilmektedirler (Vaarala, Uusiautti ve Maata, 2013). Sanal ortamların istenildiğinde görsel ipuçlarına kapalı, sözel iletişime açık olabilmesi (Caplan, 2007), konuşmanın içerik ve hızının kontrol edilebilmesi, kolay ulaşılabilir ve yapılandırılmaya uygun bir sosyal ortam olabilmesi (McKenna ve Bargh, 1999, McKenna, Green ve Gleason, 2002; Ryan ve Xenos, 2011; Tidwell ve Walther, 2002) gibi özelliklerinden dolayı Facebook, yüzyüze iletişim kurmakta güçlük yaşayan bireylerin duygusal arkadaş edinmelerinde tercih sebebi olabilmektedir. Yakın ilişkiler kurma ihtiyacında olan gençler, algıladıkları fiziksel engel ve sosyal kaygı belirtilerinin Facebook aracılığıyla üstesinden gelebilmekte, gerçek hayatta kuramadıkları duygusal ilişkileri Facebook aracılığıyla karşılayabilmektedirler. Bu bakımdan, Sosyal Telafi Yaklaşımına göre bireyler Facebook'u sosyal yaşantılarında yakın arkadaşlıklar kurmak için yoğun olarak kullanabilmekte ve bu durum problemler Facebook kullanımına neden olabilmektedir.

Çalışmanın diğer bulguları ise, üniversite öğrencilerinin Facebooktaki arkadaş sayıları problemler Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı olduğu görülürken, günlük hayattaki arkadaş sayıları ise problemler Facebook kullanımlarının önemli bir yordayıcısı olmadığı görülmüştür. Facebooktaki arkadaş sayısı, bireylerin Facebook temelli iletişimin boyutları ve iletişim kurduğu arkadaşlıklarının göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Antheunis ve Schouten, 2011). Ayrıca Facebook arkadaşları, bireyin sosyal hayatta karşılayamadığı sosyalleşme ihtiyacını en çok kimlerle telafi ettiği hakkında da bilgi vermektedir (Ellison ve diğerleri, 2007; Steinfield, Ellison ve Lampe, 2008; Valenzuela, Park ve Kee, 2009). Yüzyüze iletişim kurmakta yetersizlik yaşayan bireylerin, daha az arkadaş sayısına ve zayıf sosyal ağına sahip oldukları göz önüne alındığında (Russell, Peplau ve Cutrona, 1980), ilişki ihtiyacını sanal ortam olan Facebook üzerinden telafi etmeyi deneyebilecekleri sonucuna ulaşılabilir. Sosyalleşmek, öz-sunum yapmayı sağladığından gençlerin kendilerini önemli hissetmelerini de sağlamaktadır. Gerçek hayatta sosyalleşemeyen gençler, Facebook'taki arkadaşlarıyla daha kolay iletişim kurarak öz-sunum yapabilmekte ve bir gruba ait olma ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler (West, Lewis ve Currie, 2009). Yüzyüze iletişim kurmaktan kaçınan ve sanal ortamda sosyalleşmeyi tercih eden yalnız gençlerin, Facebook'ta arkadaş edinmeleri daha kolay olabilmekte ve bu durum problemler Facebook kullanımına yol açabilmektedir.

Bu çalışma, ülkemizde üniversite öğrencilerinin ailevi, sosyal ve romantik arkadaşla ilgili yalnızlıkları ve Facebook kullanımları ilişkisinin ayrıntılı araştırıldığı ilk çalışmadır. Bu çalışma bulguları, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile problemler Facebook kullanımları arasında pozitif ilişki olduğunu ve gençlerin ailevi, sosyal ve romantik arkadaşla ilgili yalnızlıklarını sanal ortam olan Facebook ile telafi ettiklerini göstermektedir. Kısacası çalışma sonuçları, ülkemizde Sosyal Telafi Yaklaşımını test etmeye yönelik ilk çalışmalardan biridir. Çalışma bulgularının, üniversite öğrencileri arasında yalnızlık yaşayan ve problemler Facebook kullanan risk gruplarının belirlenmesi, önlenmesi ve tedavisi aşamalarında psikolojik yardım veren profesyonellere ve araştırmacılara yol göstereceği düşünülmektedir.

Bu çalışma bulguları, üniversite öğrencilerinin yalnızlıklarını problemler Facebook kullanarak sanal ortamda telafi ettikleri, dolayısıyla Sosyal Telafi Yaklaşımını destekler niteliktedir. Çalışma sonuçları, üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve Facebook kullanımı açısından risk grubundaki öğrencilerin tespit edilmesi adına önemli bulgular vermektedir. Henüz eğitim yaşamları bitmeden öğrencilerin, kolay ve ücretsiz hizmet için üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışma Merkezlerinden yardım almaları sağlanabilir. Yalnız olan gençlerin belirlenerek Rehberlik ve Psikolojik Danışma Merkezinden bireysel ve gruba psikolojik danışma

yardımları sağlanabilir. Gençlere yüzyüze iletişim yaşadıkları konularda sosyal beceri eğitimleri düzenlenebilir. Ayrıca gençlerin sosyalleşmeleri için üniversite içi sosyal etkinlikler artırılabilir, sosyal klüp çalışmalarına ağırlık verilebilir. İleveten öğrencilerinin tümünün yararlanabileceği Facebook kullanımı ve Sosyal Beceri geliştirme konulu seçmeli dersler açılabilir. Böylece sosyal ilişki becerileri geliştirilen öğrencilerin Facebook gibi sanal ortamda uzun süre zaman geçirmeleri de engellenebilir. Ayrıca fakültelerde açılan seçmeli derslerle ve Rehberlik ve Psikolojik Danışma Merkezinde güvenli Facebook kullanımı konusunda seminerler verilebilir.

Çalışmanın alana katkıları yanında bazı sınırlılıkları vardır. Bu çalışma, Anadolu Üniversitesi öğrencilerinden seçilen örnekleme sınırlı olduğundan, üniversite öğrencileri evrenini temsil etmesi bakımından daha kapsamlı örneklerle desteklenmeye ihtiyaç vardır. Araştırmadaki değişkenler regresyon yöntemi kullanılarak araştırıldığından, aralarındaki ilişkinin yönü konusunda ileri düzey istatistiklerle yapılmış araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Sosyal ve duygusal yalnızlığın Facebook kullanımını ne derece yordadığını daha net somutlamak adına, iki değişken arasında etkili olabilecek diğer gizil değişkenlerin ya da aracı değişkenlerin araştırılması uygun olacaktır. Ayrıca, Facebook kullanımını daha iyi anlayabilmek adına boylamsal araştırmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Çalışmadaki veriler öz-bildirimsel ölçme araçları ile elde edildiğinden katılımcıların verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Bu nedenle ortaya çıkan sınırlılıkları azaltmak ve daha derinlemesine bilgiler elde etmek için nitel veri toplama tekniklerinin kullanıldığı araştırma tasarımlarının da aydınlatıcı olabileceği düşünülmektedir. Araştırmacılara öneriler konusunda da, cinsiyete göre Facebook kullanım amaçları konulu çalışma yapılması önerilebilir. Ayrıca gençlerin hem yalnızlık yaşamaları ve problemli Facebook kullanmalarına rağmen hem de %60-78 gibi bir çoğunluğun Facebook kullanmayı bırakmak istemesinin nedenleri de araştırma konusu olarak önerilebilir.

KAYNAKÇA/REFERENCES

- Alexa. Alexa top 500 Global sites. (2011). Erişim tarihi: 09.02.2013, <http://www.alexacom/topsites/>, 2011.
- Andreassen C.S., Torsheim, T., Brunborg, G.S & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports, 110*, 1-17.
- Akın, A., Demirci, İ., Akın, Ü., Ocakçı, H., Akdeniz, C. ve Akbaş, Z.Ş. (2013). Turkish version of the Facebook Addiction Scale. Paper presented at the 13th European Congress of Psychology (ECP 2013), 9-12 July, Stockholm, Sweden.
- Arnett, J.J. (1995). Adolescents' uses of media for self-socialization. *Journal of Youth and Adolescence, 24*, 519-533.
- Asher, S.R. & Paquette, J.A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science, 12*, 75-78.
- Bevan, J. L., Gomez, R., & Sparks, L. (2014). Disclosures about important life events on Facebook: relationships with stress and quality of life. *Computers in Human Behavior, 39*, 246-253.
- Bonds-Raacke, J., & Raacke, J. (2010). MySpace and Facebook: Identifying dimensions of uses and gratifications for friend networking sites. *Individual Differences Research, 8* (1), 27-33.
- Cacioppo, J.T., Hawkley, L.C., Crawford, E., Ernst, J., Burleson, M., & Kowalewski R. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine, 64*, 407-417.
- Caplan, S. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *Cyberpsychology and Behavior, 10*, 234-242.
- Cheek, J.M. & Busch, C.M. (1981). Influence of shyness on loneliness in a new situation. *Personality and Social Psychology Bulletin, 7*, 573-577.
- Çeçen, A.R. (2007). The Turkish Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial Development and Validation, *Social Behavior and Personality, 35* (6), 717-734.
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational and Psychological Measurement, 64*, 99-119.
- Ebeling-Witte, S., Frank, M.L. & Lester, D. (2007). Shyness, internet use, and personality. *Cyberpsychology and Behavior, 10*, 713-716.
- Ellison, N., Steinfield, C. & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook friends: social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer Mediated Communication, 12*, 1143-1168.

- Eraslan Çapan, B. (2015). Interpersonal Sensitivity and Problematic Facebook Use in Turkish University Students. *Anthropologist*, 21, (3), 395-403.
- Erdoğan, F. (2009). *Conceptualizing Online Environments As Third Places: An Analysis On Second Life And Facebook*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Global Digital Statistics, (2014). Internet and social media usage statistics. From <http://www.dijitalajanslar.com/internet-ve-sosyal-medya-kullanici-istatistikleri-2014> (Retrieved September 25, 2014).
- Heinrich, L.A., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718.
- Hunt, D., Aktin, D. & Krishnan, A. (2012). The influence of Computer-Mediated Communication apprehension on motives for Facebook use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 56, 187-202.
- Jin, B. (2013). How lonely people use and perceive Facebook. *Computers in Human Behavior*, 29, 2463-2470.
- Johnson, E.T. (2007). Loneliness and aloneness: their relationship to college persistence and high risk behaviors. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 67, 7377-7390.
- Jones, A. (2014). Facebook and family. The Socjournal. [<http://www.sociology.org/facebook-and-family/>]
- Kalpidou, M., Costin, D. & Morris, J. (2011). The relationship between facebook and the well-being of undergraduate college students. *Cyberpsychology*, 14, 183-189.
- Kraus, L.A., Davis, M.H., Bazzini, D., Church, M. & Kirchman, C.M. (1993). Personal and social influences on loneliness: The mediating effect of social provisions. *Social Psychology Quarterly*, 56, 37-53.
- Kuss, D.J. & Griffiths, M.D. (2011). Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook? *Education and Health*, 29, 63-66.
- Lemieux, R., Lajoie, S. & Trainor, N.E. (2013). Affinity-seeking, social loneliness, and social avoidance among Facebook Users. *Psychological Reports*, 112 (2), 545-552.
- Lou, L.L. (2010). Loneliness, friendship, and self-esteem: First-year college students' experience of using Facebook. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 70-79.
- Lou L.L., Yan, Z., Nickerson, A. & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46 (1), 105-117.
- Marangoni, C. & Ickes, W. (1989). Loneliness: A theoretical review with implications for measurement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6 (1), 93-128.
- McKenna, K.Y.A. & Bargh, J.A. (1999). Causes and consequence of social interaction on the internet. A conceptual framework. *Media Psychology*, 1, 249-269.
- McKenna, K.Y.A., Green, A.S. & Gleason, M.E.J. (2002). Relationship formation on the internet: What's the big attraction? *Journal of Social Issues*, 58, 9-31.
- Morahan-Martin, J. & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19, 659-671.
- Nadkarni, A. & Hofmann, S.G. (2012). Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences*, 52 (3), 243-249.
- Papacharissi, Z. & Rubin, A. (2000). Predictors of internet use. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 44, 75-196.
- Pempek, T., Yermolayeva, Y.A. & Calvert, S.L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 227-238.
- Prochaska, J. O. & Norcross, J. C. (2010). Systems of Psychotherapy: A Transtheoretical Analysis. Pacific Grove, C.A.:Brooks/Cole.
- Raacke, J. & Bonds-Raacke, J. (2008). Myspace and Facebook: applying the uses and gratifications theory to exploring friend-networking sites. *Cyberpsychology & Behavior*, 11, 169-174.
- Ryan, T. & Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness, and Facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27, 1658-1664.
- Russell, D. (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.
- Russell, D.W., Peplau, L.A. & Cutrona CE. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Satici, S.A. & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior* 49, 185-190.
- Schwartz, M. (2010). *The usage of facebook as it relates to narcissism, self-esteem and loneliness*. Dissertation Doctoral Thesis. Pace University, New York.

- Segrin, C. & Kinney, T. (1995). Social skills deficits among the socially anxious: Rejection from others and loneliness. *Motivation and Emotion*, 19, 1–24.
- Shaw, A.M., Timpano, K.R., Tran, T.B. & Joormann, J. (2015). Correlates of Facebook usage patterns: The relationship between passive Facebook use, social anxiety symptoms, and brooding. *Computers in Human Behavior*, 48, 575–580.
- Sheldon, P. (2008). The relationship between unwillingness-to-communicate and students' Facebook use. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 20, 67–75.
- Solano, C.H., Batten, P.G. & Parish, E.A. (1982). Loneliness and patterns of self disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 524–531.
- Socialbakers Report (2014). Facebook pages statistics & number of fans. From <<http://www.socialbakers.com/facebook-pages/brands/country/turkey>> (Retrieved September 14, 2014)
- Spitzberg, B.H. & Canary, D.J. (1985). Loneliness and relationally competent communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 387–402.
- Steinfeld, C., Ellison, N.B. & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of Online social network sites: a longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 434–445.
- Taydaş, O. (2009). *Serbest zaman etkinliği olarak Facebook kullanımının yalnızlıkla ilişkisi: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Vaarala, M., Uusiautti, S. & Maata, K. (2013). College students' experiences of and coping with loneliness possibilities of peer support. *International Journal of Research Studies in Education*, 2 (4), 13–28.
- Valkenburg, P. M., Schouten, A. P., & Peter, J. (2005). Developing a model of adolescent friendship formation on the Internet. *CyberPsychology & Behavior*, 8, 423–430.
- Valkenburg, P.M. & Peter, J. (2008). Adolescents' identity experiments on the Internet: Consequences for social competence and self-concept unity. *Communication Research*, 35, 208–231.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- West, A., Lewis, J. & Currie, P. (2009). Students' Facebook 'friends': public and private Spheres. *Journal of Youth Studies*, 12, 6, 615–627.
- Wiktorsson, S., Runeson, B., Skoog, I., Ostling, S. & Waern, M. (2010). Attempted suicide in the elderly: characteristics of suicide attempters 70 years and older and a general population comparison group. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18, 57–67.
- Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13 (2), 173–177.
- Yalaz, Ö.S., Alpar, Ö. ve Algür, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde Yapılan Ampirik Bir Araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13 (48), 200–215.
- Yalom, I.D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Zakahi, W.R. & Duran, R.L. (1985). Loneliness, communicative competence, and communication apprehension: Extension and replication. *Communication Quarterly*, 33, 50–60.

İletişim/Correspondence

Yard. Doç.Dr. Bahtiyar Eraslan çapan

beraslan@anadolu.edu.tr

Arş. Gör. Mehmet SARIÇALI

mehmetsaricali@anadolu.edu.tr