

# Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Yöntemleri ve Bazı Değişkenlerin Düzenleyicilik Rolünün İncelenmesi\*

## Examining the Moderating Role of Emotion Regulation Methods and Some Variables in the Relationship Between Adolescents' Attachment Styles and Social Media Addiction

Derya Merve Kılıç, Zehni Koç

Yazar Bilgileri	ÖZ
<p><b>Derya Merve Kılıç</b>  Uzman Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, <a href="mailto:deryamervekili@gmail.com">deryamervekili@gmail.com</a></p> <p><b>Zehni Koç</b>  Dr. Öğr. Üyesi, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, <a href="mailto:zihnikoc@gazi.edu.tr">zihnikoc@gazi.edu.tr</a></p>	<p>Bu çalışmada ergenlerde bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemleri ve bazı değişkenlerin (cinsiyet, yaş, devam edilen lise türü ve algılanan ebeveyn tutumları) düzenleyicilik rolleri incelenmiştir. Araştırmaya 2020-2021 eğitim öğretim yılında Ankara ilinde resmi liselerde öğrenimlerine devam eden 586 ergen katılmıştır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" ve "Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ergenlerin %29,9'unun sosyal medya bağımlısı oldukları söylenebilir. Katılımcıların daha çok güvenli ve daha az olarak da kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları anlaşılmıştır. Duygu düzenleme yöntemleri boyutunda ise ergenlerin daha çok içsel işlevsel ve en az olarak da dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemeye sahip oldukları belirlenmiştir. Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma stili arasında negatif yönde, kaçınan bağlanma stili arasında düzeyde pozitif yönde, kaygılı-kararsız bağlanma stili arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bulgular; ergenlerin sosyal medya bağımlılık durumları ile güvenli bağlanma stilleri arasında duygu düzenleme yöntemlerinin düzenleyici bir role sahip olduğu ancak diğer değişkenlerin ise düzenleyici rollerinin olmadığı yönündedir. Sonuçlar ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve değerlendirilmiştir.</p>
Makale Bilgileri	ABSTRACT
<p><b>Anahtar Kelimeler</b> Sosyal medya bağımlılığı Bağlanma stilleri Duygu düzenleme Düzenleyici rol</p> <p><b>Keywords</b> Social media addiction Attachment styles Emotion regulation Moderating role</p> <p><b>Makale Geçmişi</b> Geliş: 25.04.2023 Kabul: 26.01.2024</p>	<p>In this study, the moderating roles of emotion regulation methods and some variables (gender, age, type of high school attended, and perceived parental attitudes) were examined in the relationship between attachment styles and social media addiction in adolescents. 586 adolescents who continue their education in public high schools in Ankara in the 2020-2021 academic year participated in the research. The research was designed with survey model. For data collection, "Personal Information Form", "Social Media Addiction Scale for Adolescents" and "Emotion Regulation Scale for Adolescents" were used. It was found that 29.9% of adolescents were social media addicts. It was seen that the participants had more secure and less avoidant attachment styles. In the dimension of emotion regulation methods, it was determined that adolescents had mostly internal functional and least external dysfunctional emotion regulation. It was observed that social media addiction had a negative relationship with the secure attachment style, a positive relationship with the avoidant attachment style and a positive relationship with the anxious-ambivalent attachment style in adolescents. In the results, it was found that emotion regulation had a moderating role between adolescents' social media addiction levels and secure attachment styles, while other variables did not such a role. The results were discussed and evaluated within the framework of the relevant literature.</p>

\* Bu çalışma ikinci yazar danışmanlığında, birinci yazar tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Makale Türü	Araştırma
<b>Önerilen Atıf</b>	Kılıç, D. M. & Koç, Z. (2024). Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemleri ve bazı değişkenlerin düzenleyicilik rolünün incelenmesi. <i>TEBD</i> , 22(1), 239-266. <a href="https://doi.org/10.37217/tebd.1287439">https://doi.org/10.37217/tebd.1287439</a>

## Giriş

20. yüzyılın son çeyreği ile başlayan bilgi, teknoloji ve bilişim alanındaki hızlı gelişmelerin bir sonucu olarak günümüzde, eğitim, iletişim gibi alanlar başta olmak üzere pek çok alanda dijital teknolojilerin kullanımı yaygın hale gelmiştir. Tüm bu gelişmeler birey ve toplumların hem günlük hayatlarını hem de aile ve iş yaşamlarını önemli ölçüde etkilemiştir. Bu duruma ek olarak ülkemizde ilk vakanın görüldüğü 11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü'nce (WHO) Covid-19 salgınının ilanı ile beraber güvenli mesafe kuralları ve sokağa çıkma kısıtlamalarının uygulanmaya başlanması insanların pek çok ihtiyacını gidermek için çevrim içi ortamlara başvurmalarına sebep olmuştur. Salgın döneminde ülkemizde 18 yaş altı bireyler için sokağa çıkma kısıtlamalarının uygulanması ve eğitimin dahi uzaktan devam etmesi nedeniyle, ergenler salgın döneminde başta depresyon ve kaygı bozuklukları olmak üzere, travma sonrası stres bozukluğu, yeme bozuklukları gibi çeşitli ruhsal sorunlarla yüz yüze gelmişlerdir (Aykut ve Soner, 2020; Yektaş, 2020). Bu bağlamda alanyazın incelendiğinde salgın sürecinde ergenlerin problemleri internet (Ferrara vd., 2021), akıllı telefon (Cao vd., 2020) ve yoğun internet kullanımlarının arttığı (Lee, 2020) ve ekran başında kalma sürelerinin de uzadığı (Branquinho, Kelly, Arevalo, Santos ve Gaspar de Matos, 2020) görülmektedir. Sosyal izolasyon sürecinde özellikle genç yetişkinlerin teknolojik iletişim araçlarını kullanım sürelerinin artmasına bağlı olarak ergenlerde de bağımlılığın artış göstermiş olabileceği düşünülmektedir (Balci, Durmuş ve Sezer, 2021; Güleriyüz, Esentaş, Yıldız ve Güzel, 2020). Bu bağlamda ergenlerde sosyal medya bağımlılığının güncel bir sorun olarak karşımıza çıktığı görülmektedir. Sosyal medya, oyun ve akıllı telefon gibi teknoloji bağımlılığına sahip bireylerin; hem fiziksel problemler hem de asosyal eğilimi, yalnızlık, depresyon gibi psikolojik sorunlarla beraber çevre ve aile ile iletişim, akraba ilişkileri gibi sosyal ve akademik yaşamlarında da sorunlar yaşadıkları çeşitli araştırma sonuçları ile belirlenmiştir (Akdağ, Yılmaz, Özhan ve Şan, 2014; Bilgin, 2018; Büyükgebiz-Koca ve Tunca, 2020; Can, 2020; Çiftçi, 2018; Layık ve Korkmaz, 2020; Moral ve Kumcağız, 2019; Tanrıverdi ve Sağır, 2014). Bu bağlamda sosyal medya bağımlılığının fiziksel, duygusal ve sosyal çeşitli olumsuz etkileri ve göz önünde bulundurulduğunda, ergenlerde sosyal medya bağımlılığı bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda alanyazında sosyal medya bağımlılığı ve ilişkili değişkenler incelendiğinde bağlanma ve bağımlılık arasındaki ilişkinin çok önemli olduğu görülmüştür.

Bağlanma Kuramı, çocuk ve ona bakım veren kişi arasında oluşan duygusal ilişkinin kişiye etkisini açıklamayı hedeflemektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Çeşitli araştırmalarla ergenlerde bağlanma stillerinin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Erkan-Tekneci, 2020; Kaplan, 2019). Benzer şekilde alanyazında bağlanma stilleri ile internet bağımlılığı, oyun bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı gibi çeşitli teknoloji bağımlılıkları arasında ilişki olduğu belirtilmektedir (Başgün, 2020; Görür, 2019; Savcı ve Aysan, 2016; Sıgırlı, 2017; Yılmaz, 2020).

Bu noktada sosyal medya bağımlılığı ve bağlanma arasındaki ilişki dikkat çekmiş ve konunun detaylı olarak araştırılması ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Kuramsal bakımdan bağlanma ve bağımlılık arasındaki ilişki incelendiğinde; işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerinin bu ilişkideki en temel düzenleyici etmen olduğu vurgulanmaktadır. Bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin rolü incelendiğinde; güvenli bağlanma stiline yakınlık ve yetkinlik temelinde etkin duygu düzenleme stratejileri kullanımına neden olduğu ve böylece bağımlılığa karşı koruyucu bir rol üstlendiği, güvensiz bağlanma stiline ise bağımlılığa yatkınlığı gündeme getirdiği görülmektedir (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015).

Son yıllarda sosyal medya bağımlılığı ergenlerin hayatını etkileyen çok yönlü problemlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle salgın sürecinde sokağa çıkma kısıtlamaları ve eğitimin çevrim içi olması nedeniyle ergenlerin sosyal medyada diğer zamanlara kıyasla daha fazla vakit geçirmeleri nedeniyle salgın süreci bağımlılık açısından da riskli bir dönem olarak görülebilir. Bu süreçte ergenler sosyalleşme, bir gruba aidiyet ve akranları ile yakın duygusal ilişkiler kurma gibi gelişimsel ihtiyaçlarını çevrim içi araçlar yoluyla karşılamak zorunda kalmışlardır. Ayrıca kimlik duygusunun gelişimi için kritik bir dönem olan ergenlik döneminin bağımlılıklar açısından riskli bir dönem olduğu bilinmektedir. Alanyazında ulaşılabilen araştırmaların bulguları incelendiğinde ergenlerde sosyal medya bağımlılığının fiziksel, duygusal ve sosyal olmak üzere çok çeşitli olumsuz etkileri olduğu görülmektedir. Bu nedenlerle özellikle ergenlik döneminde sosyal medya bağımlılığı kavramının araştırılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Okul rehberlik hizmetleri çerçevesinde sosyal medya bağımlılığının önlenmesi için yürütülecek önleyici rehberlik hizmetlerinin ve müdahale çalışmalarının planlanmasında ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin belirlenmiş olmasının önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Bu duruma ek olarak yurtiçinde bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki doğrudan ilişkileri inceleyen çalışmalar (Erkan-Tekneci, 2020; Kaplan, 2019) yürütülmüş olmasına rağmen bu ilişkide çeşitli değişkenlerin düzenleyici rolünün incelendiği bir çalışma ile karşılaşılmamıştır. Araştırmanın bu yönü ile alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki bağlamında çeşitli değişkenlerin etkisinin belirlenmesinin bu alanda çalışma yapan araştırmacılara ve ruh sağlığı çalışanlarına uygulamalarda katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin anlaşılmasında, açıklanmasında ve sosyal medya bağımlılığını önlemeye yönelik çalışmaların planlama ve uygulama aşamalarında yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Alanyazındaki kavramsal bağlamlara dayalı olarak ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemlerinin ve bazı demografik değişkenlerin

(algılanan ebeveyn tutumu, yaş, cinsiyet ve devam edilen lise türü) düzenleyicilik rolleri incelenmiştir.

Bu temel amaç doğrultusunda çalışmada şu sorulara cevap aranmıştır.

1. Ergenlerin sosyal medya bağımlılık durumları, bağlanma stilleri ve duygu düzenleme yöntemleri nedir?
2. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemlerinin düzenleyici bir rolü var mıdır?
4. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide cinsiyetin düzenleyici bir rolü var mıdır?
5. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide yaşın düzenleyici bir rolü var mıdır?
6. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide devam edilen lise türünün düzenleyici bir rolü var mıdır?
7. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumunun düzenleyici bir rolü var mıdır?

### Yöntem

#### Araştırmanın Deseni

Bu araştırma betimsel bir çalışmadır ve ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada ilk olarak iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi görebilmek için korelasyonel yöntem kullanılmıştır (Creswell, 2012). Bu doğrultuda ergenlerin bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkinin varlığı ve düzeyi açıklanmaya çalışılmıştır.

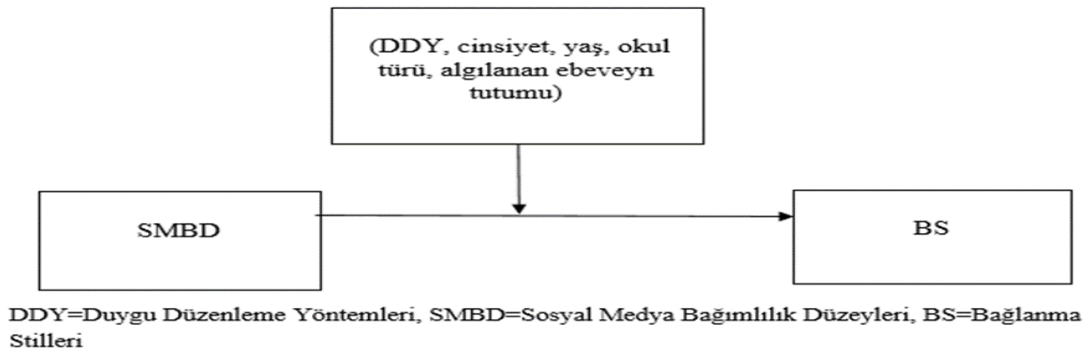
Bir çalışmada, bağımlı değişken ile bağımsız değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini etkileyebilen değişken ya da değişkenler düzenleyici değişkenlerdir. Hayes'e (2012) göre düzenleyici analiz, aralarında ilişki olduğu belirlenen değişkenler üzerinde bu ilişkinin gücünü etkileyen üçüncü bir değişken kümesine bağlı olup olmadığını test etmek gerektiğinde kullanılır. Bu çalışmada düzenleyici analiz ile duygu düzenleme yöntemleri, cinsiyet, yaş, devam edilen lise türü ve algılanan ebeveyn tutumları değişkenlerinin ergenlerin bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılıkları arasındaki ilişkide düzenleyicilik rollerinin bulunup bulunmadığı araştırılmıştır.

Düzenleyici rolün belirlenmesinde, bağımlı değişkenler olarak "Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği"nin "Güvenli Bağlanma", "Kaçınan Bağlanma" ve "Kaygılı-Kararsız Bağlanma" faktörleri ele alınırken, bağımsız değişken olarak ise "Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği"nden elde edilen

“Bağımlı” ve “Bağımlı Değil” şeklindeki iki kategoriden oluşan sosyal medya bağımlılığı durumu ele alınmıştır.

Düzenleyici analiz için ilk olarak bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonun anlamlı olması gerekmektedir (Baron ve Kenny, 1986). Bu doğrultuda ikinci araştırma sorusu kapsamında bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonlar hesaplanmış ve değerler anlamlı bulunmuş ve düzenleyici rollerin test edilmesi için gerekli ön koşul sağlanmıştır.

Düzenleyici roller test edilirken öncelikle “Bağlanma Stilleri Ölçeği”nden elde edilen faktör puanları z puanlarına dönüştürülerek düzenleyici analiz her bir bağlanma stili için ayrı ayrı olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Araştırma modeli Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Araştırma modeli

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2020–2021 eğitim öğretim yılında Ankara ili Çankaya, Mamak, Polatlı, Sincan ve Şereflikoçhisar ilçelerinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı liselerde öğrenimlerine devam eden ve araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlayan 388’i erkek ve 198’i de kız olmak üzere toplam 586 ergen oluşturmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	Kategoriler	Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	388	66,2
	Erkek	198	33,8
Yaş	14 Yaş	52	8,9
	15 Yaş	160	27,3
	16 Yaş	159	27,1
	17 Yaş	176	30,0
	18 Yaş	39	6,7
Lise Türü	Anadolu Lisesi	80	13,7
	Fen Lisesi	89	15,2
	Anadolu İmam-Hatip Lisesi	143	24,4
	Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	215	36,7
	Sosyal Bilimler Lisesi	59	10,1

Algılanan Ebeveyn Tutumu	Anlayışlı- Demokratik	369	63,0
	Baskıcı-Otoriter	120	20,5
	Aşırı-Koruyucu	66	11,3
	İzin Verici-İhmalkâr	31	5,3
<b>Toplam</b>		<b>586</b>	<b>100,0</b>

Tablo 1 incelendiğinde, kız öğrencilerin (%66,2) oranının erkek öğrencilere (%33,8) kıyasla sayıca daha fazla olduğu görülmektedir. Çalışmaya daha az katılım sağlayan öğrencilerin 14 (%8,9) ve 18 (%6,7) yaşlarındaki öğrenciler olduğu anlaşılmaktadır. Beş okul türü arasında en fazla katılım sağlayan öğrenci grubunun (%36,7) oranıyla Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri ve en az katılım sağlayan öğrenci grubunu da (%10,1) oranıyla Sosyal Bilimler Lisesi öğrencilerinin oluşturduğu görülmektedir. Öğrencilerin ebeveynlerinin tutumlarını (%63,0) oranıyla anlayışlı-demokratik olarak algıladıkları görülmektedir. İzin verici-ihmkâr ebeveyn tutumunun ise daha az öğrenci (%5,3) tarafından algılanan ebeveyn tutumu olarak belirtildiği görülmektedir.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada dört farklı veri toplama aracı kullanılmıştır. Bu araçlar sırasıyla, Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'dir. Kişisel Bilgi Formu haricinde, araştırmada kullanılan tüm ölçekler araştırmacı tarafından ölçekleri uyarlayan ve geliştiren kişilerden e-posta yoluyla izin alınarak kullanılmıştır.

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, devam ettikleri lise türleri ve algıladıkları ebeveyn tutumlarına ilişkin bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

#### *Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)*

Van den Eijnden, Lemmens ve Valkenburg (2016) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Taş (2017) tarafından yapılmıştır. Uyarılama çalışması için 376 lise öğrencisinden veri toplanmıştır. Ölçek DSM 5'te yer alan İnternet oyun bağımlılığı tanı ölçütleri dikkate alınarak tek boyutlu olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin puanlaması 0-9 puan aralığında ve kesme puanı ise 5 olarak belirlenmiştir. Ölçekteki 5 ve üstü sayıda maddeyi "Evet" olarak yanıtlayan katılımcıların sosyal medya bağımlısı oldukları kabul edilmektedir. Ölçeğin tek faktörlü yapısının ergenlerden oluşan örnekleme doğrulanıp doğrulanmayacağını belirlemek için yapılan birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonuçları uyum indekslerinin iyi uyum verdiğini göstermiştir ( $\chi^2=61,29$ ;  $df=27$ ;  $\chi^2/df=2,27$ ; RMSEA=.05; RMR=.009; S-RMR=.045; GFI=.96; AGFI=.93; CFI=.93; NNFI=.91; IFI=.93). Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının .76 olduğu belirlenmiştir. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ikili değerler (1 ve 0 gibi) alabilen ölçekler için kullanılan KR 20'ye (Kuder-Richardson) eşittir. Bu çalışma için ölçeğin KR 20 değeri ise .78 olarak hesaplanmıştır.

### **Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği**

Erzen (2016) tarafından bireylerin bağlanma stillerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. 18 madde ve 3 alt ölçeğe sahip olan ve beşli Likert tipinde hazırlanmış ölçekte toplam puan hesaplanmamaktadır. Kaçınan bağlanma alt boyutunda yedi madde, kaygılı-kararsız bağlanma alt boyutunda altı madde, güvenli bağlanma alt boyutunda ise beş madde olduğu belirlenmiştir. Elde edilen üç boyutlu yapının uyumu doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen GFI, AGFI, CFI, RMSEA,  $\chi^2$  ve  $\chi^2/sd$  oranı ile belirlenmiştir. Uyum iyiliği indeksi GFI değeri .93 ve AGFI indeksi de .90 ve RMSEA uyum indeksi de .05 olarak saptanmıştır. Düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi AGFI değeri .90 ve CFI değeri de .90 ile yapının uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik analizi için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Kaçınan, güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri için belirlenen iç tutarlık katsayıları sırasıyla .80, .69 ve .71'dir. Bu çalışma için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları ise sırasıyla, .80, .66 ve .81 olarak hesaplanmıştır.

### **Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)**

Phillips ve Power (2007) tarafından ergenlerin duygu düzenleme yöntemlerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Duy ve Yıldız (2014) tarafından yapılmıştır. Türkçeye uyarlanması sürecinde 19 maddeden oluşan ölçeğin orijinalinde olduğu gibi dört faktörden oluştuğu ve bir madde hariç tüm maddelerin ait oldukları faktörlerde toplandığı saptanmıştır. Faktörler "dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme", "içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme", "içsel işlevsel duygu düzenleme" ve "dışsal işlevsel duygu düzenleme" olarak isimlendirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ile öncelikle orijinal çalışmada elde edilen 19 maddelik yapı test edilmiştir. Ancak bir maddenin farklı bir boyutta yer alması ve standartlaştırılmış hata oranlarının yüksek olması nedeniyle modele iyi bir uyum göstermediği görüldüğünden analizlerden çıkarılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları kapsamında iç tutarlık katsayıları ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı sırasıyla dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .76, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .68, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .74 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için de .59 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için ölçeğin Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .77, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .74, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .79 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için de .65 olarak hesaplanmıştır.

### **İşlem**

Eğitim öğretimin uzaktan devam etmesi nedeniyle ölçme araçları ve bilgilendirilmiş onam formu internet ortamına aktarılmış ve araştırma verileri internet ortamında "Google Forms" aracılığıyla toplanmıştır. Veriler 2020-2021 eğitim öğretim yılının Nisan, Mayıs ve Haziran aylarında olmak üzere

üç aylık bir zaman diliminde Ankara ilindeki yedi farklı liseden toplanmıştır. Bu araştırma Gazi Üniversitesi Etik Komisyonunun 17.03.2021 tarih ve E.52597 sayılı kararı ile yürütülmüştür. Veri toplama işleminin Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda gerçekleşecek olmasından dolayı Ankara İl Millî Eğitim Müdürlüğünden 14.04.2021 tarihli ve E.79106 sayılı araştırma izni alınmıştır. Ayrıca uygulama yapılan okulların yöneticilerine uygulama için önceden haber verilerek izinleri alınmış ve uygulama için gönüllü olan öğrencilerden veri toplanmıştır.

### Verilerin Analizi

Çalışma grubundan toplanan veriler, veri tabanı oluşturularak Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı'na (SPSS 25.0) girilmiştir ve kayıp veri olmadığı görülmüştür. Ölçek toplam puanlarının çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,5 ile +1,5 arasında olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, ölçeklerden elde edilen puanların normal dağılım özelliği gösterdiği kabul edilmiştir (Tabachnick, Fidel ve Ullman, 2007). Verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır.

Ergenlerin bağlanma stilleri ile duygu düzenleme yöntemlerini belirlemek amacıyla ilgili ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler (minimum, maksimum, ortalama, ortalama/madde sayısı ile standart sapma) hesaplanmıştır. Ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasında anlamlı ilişki olup olmadığını incelemek için çift serili korelasyon katsayısı (rb) hesaplanmıştır. Korelasyon katsayısının yorumlanmasında, Guilford'un (1956) belirttiği,  $r < .20$  (çok düşük/çok zayıf);  $.20 \leq r \leq .40$  (düşük/zayıf);  $.40 \leq r \leq .70$  (orta);  $.70 \leq r \leq .90$  (yüksek);  $r > .90$  (çok yüksek) düzey bir ilişki kriterleri dikkate alınmıştır (aktaran Tan, 2016).

Ergenlerin bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkide değişkenlerin düzenleyici rolleri düzenleyici analiz ile incelenmiştir. Düzenleyici analizde, bağımlı değişkenler olarak "Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği"nin "Güvenli Bağlanma", "Kaçınan Bağlanma" ve "Kaygılı-Kararsız Bağlanma" faktörleri ele alınırken, bağımsız değişken olarak ise "Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği"nden elde edilen "Bağımlı" ve "Bağımlı Değil" şeklindeki iki kategoriden oluşan sosyal medya bağımlılığı durumu ele alınmıştır. Düzenleyici analiz için ilk olarak bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonun anlamlı olması gerekmektedir (Baron ve Kenny, 1986). Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonlar hesaplanmış ve değerler anlamlı bulunduğundan düzenleyici analiz için gerekli ön koşulun sağlandığı kabul edilmiştir. Bu doğrultuda öncelikle "Bağlanma Stilleri Ölçeği"nden elde edilen faktör puanları z puanlarına dönüştürülmüştür. Her bir bağlanma stili için düzenleyici analiz ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Düzenleyici analizler Hayes'in geliştirdiği SPSS uyumlu bir makro (process) yardımı ile hesaplanmıştır. Düzenleyici analiz için Bağlanma Stilleri Ölçeği faktörleri ayrı ayrı yordanan değişken olarak ele alınmıştır. Bunun yanında, "sosyal medya bağımlılığı" ve "düzenleyici rolü incelenen değişken" puanlarının t değerleri ve p değerlerinin anlamlılığı ile "düzenleyici rolü incelenen değişken x Sosyal



medya bağımlılığı” yordayıcı değişken puanlarının t değerleri ve p değerlerinin anlamlılığı incelenmiştir. Elde edilen t değerleri ve anlamlılık düzeyi incelenerek, ilgili değişkenin düzenleyici rolünün olup olmadığı belirlenmiştir (Hayes, 2012).

### Bulgular

#### Ergenlerin Sosyal Medyaya Bağımlılık Durumları, Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenleme Yöntemlerine İlişkin Bulgular

**Tablo 2.** Katılımcıların “Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği” Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

		<i>n</i>	%
Bağımlılık Durumu	Bağımlı değil	411	70,1
	Bağımlı	175	29,9
	<i>Toplam</i>	<i>586</i>	<i>100,0</i>

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların %29,9’unun sosyal medya bağımlısı olduğu, %70,1’nin de sosyal medya bağımlısı olmadığı sonucuna varılmaktadır.

**Tablo 3.** Katılımcıların “Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği” ile “Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği” Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

<i>Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği</i>	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ort./Madde Sayısı</i>	<i>Ss</i>
Güvenli Bağlanma	586	5	25	18,88	3,78	3,31
Kaçınan Bağlanma	586	7	34	15,65	2,23	5,22
Kaygılı-Kararsız Bağlanma	586	6	30	17,41	2,90	5,44
<i>Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği</i>						
Dışsal İşlevsel Olmayan	586	5	25	9,41	1,88	3,78
İçsel İşlevsel Olmayan	586	5	25	14,42	2,88	4,31
İçsel İşlevsel	586	4	20	15,30	3,82	2,87
Dışsal İşlevsel	586	4	20	10,54	2,63	3,43

Tablo 3’te Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği puanları incelendiğinde; ergenlerin en yüksek ortalama ( $\bar{x}=18,88$ ) ile “Güvenli Bağlanma” ve en düşük ortalama ( $\bar{x}=15,65$ ) ile de “Kaçınan Bağlanma” stillerine sahip oldukları görülmektedir. Katılımcıların Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği puanları incelendiğinde; en yüksek ortalama ( $\bar{x}=15,30$ ) ile “İçsel İşlevsel” ve en düşük ortalama ile de ( $\bar{x}=9,41$ ) “Dışsal İşlevsel Olmayan” duygu düzenleme yöntemlerine sahip oldukları görülmektedir.

#### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bulgular

**Tablo 4.** Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki Çift Serili Korelasyon Analizi Sonuçları

<i>Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği</i>	<i>Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği</i>
Güvenli Bağlanma	-.22**
Kaçınan Bağlanma	.10*
Kaygılı-Kararsız Bağlanma	.26**

\*\*p≤.01; \*p≤.05

Tablo 4 incelendiğinde, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ile Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin "Güvenli Bağlanma" faktörü arasında zayıf düzeyde negatif yönde ( $r=-.22$ ;  $p\leq.01$ ), "Kaçınan Bağlanma" faktörü arasında çok zayıf düzeyde pozitif yönde ( $r=.10$ ;  $p\leq.05$ ) ve "Kaygılı-Kararsız Bağlanma" faktörü arasında da zayıf düzeyde ( $r=.26$ ;  $p\leq.01$ ) pozitif yönde anlamlı düzey bir ilişki bulunduğu görülmektedir.

### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Yöntemlerinin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Bulgular

**Tablo 5.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Güvenli Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Güvenli Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.062	.040	-1,515	.130	-.142	.018
Sosyal Medya Bağımlılığı	-.609	.092	-6,637	.000*	-.790	-.429
Duygu Düzenleme	.002	.005	.493	.622	-.007	-.012
Duygu Düzenleme X Sosyal Medya Bağımlılığı	.059	.011	5,538	.000*	.038	.081
<b>R=.31</b>	<b>R2=.09</b>	<b>F=20,69</b>				<b>p=.000*</b>
<i>Duygu Düzenlemenin Düzenleyici Rolü</i>						
<i>M± SD</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
-1 SD(Düşük)	-1,099	.141	7,791	.000*	-1,376	-.822
M (Orta)	-.610	.092	-6,637	.000*	-.790	-.430
+1 SD(Yüksek)	-.121	.112	-1,077	.282	-.341	.099

\* $p\leq.05$

Tablo 5 incelendiğinde, kurulan regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı bulunduğu görülmektedir ( $R=.31$ ;  $R2=.09$ ;  $F=20,69$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, duygu düzenleme X sosyal medya bağımlılığı, güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmuştur ( $t=5,538$ ;  $p=.00\leq 05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide duygu düzenleme düzenleyici bir role sahiptir.

**Tablo 6.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaçınan Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaçınan Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.006	.042	-.139	.889	-.089	.077
Sosyal Medya Bağımlılığı	.136	.095	1,429	.153	-.051	.324
Duygu Düzenleme	.014	.005	2,720	.006*	.004	.024
Duygu Düzenleme X Sosyal Medya Bağımlılığı	.006	.011	.509	.611	-.016	.027
<b>R=.15</b>	<b>R2=.02</b>	<b>F=4,57</b>				<b>p=.003*</b>

\* $p\leq.05$

Tablo 6 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $R=.15$ ;  $R2=.02$ ;  $F=4,57$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, duygu düzenleme X sosyal medya bağımlılığı, kaçınan bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=.509$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin düzenleyici bir rolü yoktur.

**Tablo 7.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Duygu Düzenlemenin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaygılı-Kararsız Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	.004	.039	.101	.920	-.072	.080
Sosyal Medya Bağımlılığı	.357	.087	4,096	.000*	.186	.528
Duygu Düzenleme	.044	.005	9,267	.000*	.035	.053
Duygu Düzenleme X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.004	.010	-.368	.713	-.024	.016
<b>R=.43</b>	<b>R2=.19</b>		<b>F=44,78</b>			<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 7 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (R=.43; R2=.19; F=44,78; p≤.05). Düzenleyici analize göre, duygu düzenleme X sosyal medya bağımlılığı, kaygılı-kararsız bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.368; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaygılı-kararsız bağlanma arasındaki ilişkide duygu düzenleme düzenleyici bir role sahip değildir.

#### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Cinsiyetin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Bulgular

**Tablo 8.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Güvenli Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Cinsiyetin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Güvenli Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.001	.040	-.044	.964	-.081	.077
Sosyal Medya Bağımlılığı	-.498	.088	-5.635	.000*	-.672	-.324
Cinsiyet	-.199	.085	-2,332	.020*	-.367	-.031
Cinsiyet X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.103	.192	-.541	.588	-.481	.273
<b>R=.24</b>	<b>R2=.06</b>		<b>F=11,74</b>			<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 8 incelendiğinde, kurulan regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı bulunduğu görülmektedir (R=.24; R2=.06; F=11,74; p≤.05). Düzenleyici analize göre, cinsiyet X sosyal medya bağımlılığı güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.541; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide cinsiyet düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 9.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaçınan Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Cinsiyetin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaçınan Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.003	.041	-.068	.945	-.084	.078
Sosyal Medya Bağımlılığı	.207	.090	2,289	.022*	.029	.385
Cinsiyet	-.069	.087	-.784	.433	-.240	.130
Cinsiyet X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.103	.196	-.836	.403	-.550	.221
<b>R=.11</b>	<b>R2=.01</b>		<b>F=2,37</b>			<b>p=.069</b>

\*p≤.05

Tablo 9 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $R=.11$ ;  $R^2=.01$ ;  $F=2,37$ ;  $p>.05$ ). Düzenleyici analize göre, cinsiyet X sosyal medya bağımlılığı kaçınan bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=-.836$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkide cinsiyet düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 10.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Cinsiyetin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaygılı-Kararsız Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
						Sabit
Sosyal Medya Bağımlılığı	.518	.085	6.106	.000*	.352	.685
Cinsiyet	-.529	.082	-6.44	.000*	-.689	-.367
Cinsiyet X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.168	.184	-.910	.363	-.530	.194
<b>R=.36</b>	<b>R<sup>2</sup>=.13</b>			<b>F=28,99</b>		<b>p=.000*</b>

\* $p\leq.05$

Tablo 10 incelendiğinde, kurulan regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı bulunduğu görülmektedir ( $R=.36$ ;  $R^2=.13$ ;  $F=28,99$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, cinsiyet X sosyal medya bağımlılığı kaygılı-kararsız bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=-.910$ ;  $p>.05$ ). Böylece sosyal medya bağımlılığı ile kaygılı-kararsız bağlanma arasındaki ilişkide cinsiyet değişkeninin düzenleyici bir role sahip olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Yaş Değişkeninin Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Bulgular

**Tablo 11.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Güvenli Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Yaşın Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Güvenli Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.001	.040	-.033	.973	-.081	.078
Sosyal Medya Bağımlılığı	-.481	.088	-5,458	.000*	-.654	-.308
Yaş	.003	.037	.082	.935	-.069	.076
Yaş X Sosyal Medya Bağımlılığı	.132	.083	1,585	.114	-.013	.295
<b>R=.23</b>	<b>R<sup>2</sup>=.05</b>			<b>F=10,66</b>		<b>p=.000*</b>

\* $p\leq.05$

Tablo 11 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $R=.23$ ;  $R^2=.05$ ;  $F=10,66$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, yaş X sosyal medya bağımlılığı güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=.114$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide yaş düzenleyici bir role sahip değildir.

Tablo 12 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $R=.10$ ;  $R^2=.01$ ;  $F=2,08$ ;  $p>.05$ ). Düzenleyici analize göre, yaş X sosyal medya bağımlılığı kaçınan bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=.578$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkide yaş düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 12.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaçınan Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Yaşın Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaçınan Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.000	.041	-.012	.990	-.081	.080
Sosyal Medya Bağımlılığı	.218	.090	2,417	.016*	.041	.394
Yaş	-.006	.038	-.168	.866	-.081	.068
Yaş X Sosyal Medya Bağımlılığı	.049	.085	.578	.564	-.112	.216
<b>R=.10</b>	<b>R2=.01</b>			<b>F=2,08</b>		<b>p=.101</b>

\*p≤.05

**Tablo 13.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Yaşın Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaygılı-Kararsız Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	.000	.040	.005	.996	-.078	.079
Sosyal Medya Bağımlılığı	.568	.087	6.499	.000*	.396	.740
Yaş	.000	.037	.024	.981	-.071	.073
Yaş X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.020	.082	-.246	.805	-.182	.142
<b>R=.26</b>	<b>R2=.07</b>			<b>F=14,10</b>		<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 13 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (R=.26; R2=.07; F=14,10; p=.00≤.05). Düzenleyici analize göre, yaş X sosyal medya bağımlılığı kaygılı-kararsız bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.246; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaygılı-kararsız bağlanma arasındaki ilişkide yaş düzenleyici bir role sahip değildir.

### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Devam Edilen Lise Türünün Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Bulgular

**Tablo 14.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Güvenli Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Devam Edilen Lise Türünün Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Güvenli Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.001	.040	-.045	.964	-.081	.077
Sosyal Medya Bağımlılığı	-.474	.088	-5,365	.000*	-.648	-.301
Lise Türü	.045	.034	1,357	.175	-.020	.112
Lise Türü X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.053	.074	-.714	.475	-.197	.092
<b>R=.23</b>	<b>R2=.05</b>			<b>F=10,61</b>		<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 14 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (R=.23; R2=.05; F=10,61; p≤.05). Düzenleyici analize göre, lise türü X sosyal medya bağımlılığı, güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.714; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide lise türü düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 15.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaçınan Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Devam Edilen Lise Türünün Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaçınan Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.002	.041	-.056	.955	-.081	.077
Sosyal Medya Bağımlılığı	.226	.089	2,520	.012*	-.648	.403
Lise Türü	.078	.034	2,281	.023*	-.020	.145
Lise Türü X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.067	.075	-.900	.368	-.197	.079
<b>R=.14</b>	<b>R2=.02</b>			<b>F=3,99</b>		<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 15 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (R=.14; R2=.02; F=3,99; p≤.05). Düzenleyici analize göre, lise türü X sosyal medya bağımlılığı, kaçınan bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.900; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkide lise türü düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 16.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Devam Edilen Lise Türünün Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaygılı-Kararsız Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	-.002	.040	-.048	.962	-.081	.077
Sosyal Medya Bağımlılığı	.561	.088	6.40	.000*	.389	.733
Lise Türü	-.019	.033	-.570	.569	-.084	.046
Lise Türü X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.056	.073	-.767	.443	-.199	.087
<b>R=.23</b>	<b>R2=.07</b>			<b>F=14,40</b>		<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 16 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (R=.26; R2=.07; F=14,40; p≤.05). Düzenleyici analize göre, lise türü X sosyal medya bağımlılığı, kaygılı-kararsız bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (t=-.767; p>.05). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaygılı-kararsız bağlanma arasındaki ilişkide lise türü düzenleyici bir role sahip değildir.

### Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Sosyal Medya Bağımlılık Durumları Arasındaki İlişkide Algılanan Ebeveyn Tutumunun Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Bulgular

**Tablo 17.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Güvenli Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Algılanan Ebeveyn Tutumunun Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Güvenli Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	.005	.040	.136	.891	-.074	.085
Sosyal Medya Bağımlılığı	-.399	.089	-4,478	.000*	-.574	-.224
Ebeveyn Tutumu	-.200	.045	-4,394	.000*	-.290	-.111
Ebeveyn Tutumu X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.077	.098	-.781	.435	-.270	.116
<b>R=.28</b>	<b>R2=.08</b>			<b>F=16,83</b>		<b>p=.000*</b>

\*p≤.05

Tablo 17 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $R=.28$ ;  $R^2=.08$ ;  $F=16,83$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, algılanan ebeveyn tutumu X sosyal medya bağımlılığı, güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=-.781$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumu düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 18.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaçınan Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Algılanan Ebeveyn Tutumunun Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaçınan Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	.003	.042	.082	.934	-.078	.085
Sosyal Medya Bağımlılığı	.197	.092	2,142	.033*	.016	.379
Ebeveyn Tutumu	.080	.047	1,692	.091	-.013	.172
Ebeveyn Tutumu X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.048	.102	-.473	.637	-.248	.152
<b><i>R=.12</i></b>	<b><i>R2=.01</i></b>		<b><i>F=2,98</i></b>		<b><i>p=.031*</i></b>	

\* $p\leq.05$

Tablo 18 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $R=.12$ ;  $R^2=.01$ ;  $F=2,98$ ;  $p=.03\leq.05$ ). Ayrıca, sosyal medya bağımlılığı, algılanan ebeveyn tutumu ve “algılanan ebeveyn tutumu X sosyal medya bağımlılığı” değişkenleri birlikte kaçınan bağlanmanın %1’ini açıklamaktadır. Düzenleyici analize göre, algılanan ebeveyn tutumu X sosyal medya bağımlılığı, kaçınan bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=-.473$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumu düzenleyici bir role sahip değildir.

**Tablo 19.** Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Durumları ile Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Algılanan Ebeveyn Tutumunun Düzenleyicilik Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Kaygılı-Kararsız Bağlanma</i>						
<i>Değişkenler</i>	$\beta$	<i>sh</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Limit</i>	<i>Üst Limit</i>
Sabit	.007	.040	.186	.852	-.072	.087
Sosyal Medya Bağımlılığı	.538	.089	6,004	.000*	.363	.713
Ebeveyn Tutumu	.129	.045	2,843	.005*	.040	.219
Ebeveyn Tutumu X Sosyal Medya Bağımlılığı	-.105	.098	-1,068	.286	-.298	.088
<b><i>R=.28</i></b>	<b><i>R2=.08</i></b>		<b><i>F=17,31</i></b>		<b><i>p=.000*</i></b>	

\* $p\leq.05$

Tablo 19 incelendiğinde, kurulan regresyon modeli istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $R=.28$ ;  $R^2=.08$ ;  $F=17,31$ ;  $p\leq.05$ ). Düzenleyici analize göre, algılanan ebeveyn tutumu X sosyal medya bağımlılığı, kaygılı-kararsız bağlanma üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir ( $t=-1,068$ ;  $p>.05$ ). Diğer bir ifade ile sosyal medya bağımlılığı ile kaygılı-kararsız bağlanma arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumu düzenleyici bir role sahip değildir.

## Tartışma

Bu araştırma kapsamında sosyal medya bağımlılığına ilişkin bulgular incelendiğinde öğrencilerin %29,9'unun sosyal medya bağımlısı oldukları söylenebilir. Alanyazında ergenlerde sosyal medya bağımlılığının yaygınlığının orta seviyede olabileceğini belirten çalışmalar (Can, 2020; Deniz ve Gürültü, 2018; Güney ve Taştepe, 2020) mevcuttur. Liseli ergenler arasında sosyal medya bağımlılığı oranı; Çolak'ın (2020) çalışmasında %20,8, Doğrusever'in (2021) çalışmasında ise %20 olarak belirtilmiştir. Bu araştırmanın bulgularına göre ergenler arasında sosyal medya bağımlılığı oranının diğer araştırmalara kıyasla daha yüksek düzeyde olduğu söylenebilir. Bu çalışmada ergenlerde sosyal medya bağımlılığının daha yüksek oranda çıkmasının nedeni verilerin Covid-19 salgını döneminde toplanması olabilir. Salgın döneminde eğitimin uzaktan devam etmesi ve sokağa çıkma kısıtlamaları nedeniyle öğrencilerin internet kullanım sürelerindeki artış sosyal medya bağımlılık oranlarında da artışa neden olmuş olabilir.

Bu araştırmanın bulguları ergenlerin daha çok güvenli bağlanma stiline ve daha az olarak da kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları yönündedir. Ayrıca öğrencilerin duyu düzenleme yöntemlerinden en sık içsel işlevsel duyu düzenleme yöntemlerine ve en az ise dışsal işlevsel olmayan duyu düzenleme yöntemlerine başvurdukları görülmüştür. Katılımcıların yüksek bilişsel faaliyetlerin kullanılmasını gerektiren ve olumlu bir duyu düzenleme yöntemi olan içsel işlevsel duyu düzenlemeyi kullanmaları, bu araştırmaya katılan ergenlerin duyu düzenleme becerilerinin gelişmişliğinin göstergesi olarak görülebilir. Bu araştırmaya katılan katılımcıların çoğunluğunun hem güvenli bağlanma stiline sahip olması hem de ağırlıklı olarak içsel işlevsel duyu düzenleme yöntemlerini kullanmaları alanyazındaki güvenli bağlanan kişilerin yüksek olumsuz duyu düzenleme gösterdikleri (Pamir-Arıköğlu, 2003) bulgusunu da destekleyici niteliktedir.

Araştırma kapsamında yapılan düzenleyici analize göre, ergenlerin sosyal medya bağımlılık durumları ile güvenli bağlanma stilleri arasındaki ilişkide duyu düzenleme yöntemlerinin düzenleyici bir role sahip olduğu belirlenmiştir. Alanyazında ergenlerin sosyal medya bağımlılık durumları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide duyu düzenleme yöntemlerinin düzenleyici değişken olarak ele alındığı çalışmalara ulaşılamamıştır. Fakat bu araştırmaya benzer şekilde üç değişkeni de bir arada ele alan Liu ve Ma'nın (2019) çalışma grubu üniversite öğrencilerinden oluşan çalışmalarında duyu düzenlemenin güvensiz bağlanma ile sosyal ağ bağımlılığı arasındaki ilişkideki aracılık rolü ele alınmıştır. Çalışmada ulaşılan sonuçlar bu araştırmanın bulgularını destekleyici nitelikte olup bağlanma kaygısının sosyal ağ bağımlılığını olumlu yönde yordadığını ve duyu düzenlemenin bu ilişkiye aracılık ettiğini göstermiştir. Ayrıca bu araştırma sonuçlarına göre ergenlerin duyu düzenlemeleri arttıkça sosyal medya bağımlılığının güvenli bağlanmayı yordayıcılığı da artmaktadır. Duyu düzenleme ve güvenli bağlanma ilişkisini ele alan çalışmalar incelendiğinde; ergenlerin güvenli



bağlanma değişkeninden aldıkları puanlar yükseldikçe duygu düzenleme güçlükleri düzeylerinin azaldığı (Mubarique, 2016) ve güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlananlara kıyasla bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden uyumlu olanları daha sık kullandıkları (Besharat ve Shahidi, 2014) görülmektedir. Farklı gruplarla yürütülen araştırmalarda da güvenli bağlanma düzeyi ile duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu (Şahin, 2015; Tulpar, Aktan ve Yardımcı, 2020; Yüksel, 2014) vurgulanmaktadır. Bu çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin düzenleyici bir rolünün olması alanyazında belirtilen güvenli bağlanma ile duygu düzenleme becerileri arasındaki anlamlı ilişkiyi destekleyici niteliktedir.

Bu araştırmada, ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılık durumları arasındaki ilişkiler incelendiğinde ergenlerin sosyal medya bağımlılık durumları ile güvenli bağlanma stili arasında düşük düzeyde ve negatif yönde, kaçınan bağlanma stili arasında çok düşük düzeyde ve pozitif yönde ve kaygılı-kararsız bağlanma stili arasında ise düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. Bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı değişkenlerinin birlikte ele alındığı çalışmalar incelendiğinde, kaygılı ve kararsız bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu (Shafiee, Ashouri ve Dehghani, 2020) bulgusuna erişildiği görülmektedir. Güvenli bağlanan bireylerin, zorlayıcı durumlarda daha kararlı, kendinden emin ve başkalarıyla etkileşime girerken güven duygusuna sahip oldukları belirtilmektedir (Bowlby, 1969). Bu özelliklerinin sosyal medya bağımlılığına karşı koruyucu olduğu söylenebilir. Bu çerçevede kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin kendileri ve diğerleri ile ilgili algılarının negatif olması sebebiyle yüz yüze iletişimden kaçındıkları, bundan dolayı sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olabileceği belirtilmektedir (Demircioğlu ve Göncü-Köse, 2021). Kişilerin bu özellikleri kaygılı bağlanma ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasındaki pozitif ilişkiyi açıklayıcı nitelikte görülebilir.

Bu araştırma sonuçları sosyal medya bağımlılığı ile kaçınan bağlanma ve kaygılı-kararsız bağlanma türleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemlerinin düzenleyici bir role sahip olmadığını ortaya koymuştur. Alanyazında benzer çalışmaların bulguları incelendiğinde güvensiz bağlanma stiline sahip olanların güvenli bağlananlara kıyasla daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları, kişilerarası ilişkilerde ketleyici ilişki tarzını kullandıkları ve daha kaygılı oldukları görülmektedir (Sarıbal, 2017). Duygu düzenleme bağlamında güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ile diğerleri kıyaslandığında güvenli bağlanan bireylerin, istenmeyen duyguları ortaya çıkarabilecek içsel veya dışsal uyarıcılarla karşılaştıklarında sorun çözme, planlama ve yeniden değerlendirme becerileri gösterdikleri, olumsuzlukları ise daha az zarar verici bir bakış açısı ile değerlendirdikleri (Mikulincer ve Shaver, 2007) ve duygusal düzenleme stratejilerini, stresi azaltıp pozitif duyguları ön plana çıkaracak şekilde kullandıkları belirlenmiştir (Fuendeling, 1998). Bu bağlamda güvenli bağlanan bireylerin olumlu duygu düzenleme özelliklerine sahip olmaları, sosyal medya bağımlılığının güvenli

bağlanmayı yordayıcılığını arttırmış olabilir. Alanyazında duygu düzenleme güçlüğünün olumsuz duygulardan kaçış yöntemi olarak bağımlılık davranışına ittiği belirtilmektedir (Budak, 2017). Tüm bu bilgilerden hareketle bu araştırma bulguları ile benzer şekilde alanyazındaki araştırma sonuçlarının da sosyal medya bağımlılığı ve güvenli bağlanma stili arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin önemini ve etkisini vurguladığı söylenebilir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal medya bağımlılığı ile güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri arasındaki ilişkide cinsiyetin düzenleyici bir role sahip olmadığı belirlenmiştir. Alanyazın incelendiğinde bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide doğrudan cinsiyet değişkeninin düzenleyici rolünün araştırıldığı bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bu nedenle cinsiyete göre bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkileri ele alan çalışmalar incelenmiştir. Cinsiyete göre bağlanma stillerini ele alan çeşitli çalışmalarda (Çelikkaleli ve Avcı, 2016; Gezer, 2001; Karakuş, 2012) cinsiyete göre bağlanma türünün anlamlı olarak farklılaşmadığı belirtilmektedir. Bu bulgudan farklı olarak Erözkan (2004) ve Yılmaz'ın (2007) araştırmalarında erkeklerin daha fazla güvenli bağlanma ilişkisi geliştirdiği belirlenmiştir. Bu araştırma ile kızların güvenli bağlanma ortalamalarının, erkeklerin güvenli bağlanma ortalamalarından yüksek olduğu ve kızların kaygılı-kararsız bağlanma ortalamalarının erkeklerin kaygılı-kararsız bağlanma ortalamalarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Gündaş'ın (2013) araştırmasında lise öğrencilerinin güvenli ve korkulu bağlanma stillerine göre karşılaştırılmasında kız öğrenciler lehine anlamlı bir fark ortaya çıkmış olması bu araştırmanın bulgularını destekleyici nitelikte kabul edilebilir. Sonuç olarak, her ne kadar bu çalışmada cinsiyete göre bağlanma stillerinde farklılıklar görülse de alanyazında bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaştığına dair tutarlılık bulunmadığı söylenebilir. Benzer şekilde cinsiyete göre sosyal medya bağımlılığını araştıran çalışmalar incelendiğinde kızların sosyal medya bağımlısı olma durumlarının erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde farklılaştığı belirtilmektedir (İlğaz, 2018; Silkü-Bilgili, 2018; Şahin ve Öztoprak, 2019). Bu bulgulardan farklı olarak ergenlerde sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermediğini belirten çeşitli çalışmalar da mevcuttur (Bilginer, 2020; M. Yorulmaz ve Yorulmaz, 2020). Alanyazında kız öğrencilerin erkeklerden daha çok sosyal medya bağımlısı oldukları bulgusuna erişen araştırmalar sayıca daha fazla olsa da ergenlerde sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine yönelik yapılan çalışmaların sonuçlarının farklılık gösterdiği söylenebilir. Bu bağlamda cinsiyet ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide olduğu gibi cinsiyet ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide de alanyazında tutarlılığın olmadığı görülmektedir. Bu nedenlerle bu çalışmada ergenlerde bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide cinsiyetin düzenleyici rolü görülmemiş olabilir.

Yaş değişkeni için yapılan düzenleyici analize göre, sosyal medya bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide yaşı düzenleyici bir role sahip olmadığı saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde, bu çalışmadaki gibi bağlanma stilleri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide yaş değişkeninin düzenleyici rolünün incelendiği, yöntem olarak benzer başka çalışmalara ulaşılamamıştır. Fakat sosyal medya bağımlılığı ile yaş arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıdaki korelasyonel çalışmalar incelendiğinde ergenlerde sosyal medya bağımlılığının yaşa göre anlamlı olarak farklılık göstermediğini belirten araştırmalara ulaşılmıştır (Alican ve Saban, 2013; Bayrakçı, 2021; Bilginer, 2020; Güney ve Taştepe, 2020). Yaş ile benzer şekilde, Deniz ve Gürültü (2018) liseli ergenlerde sosyal medya bağımlılığının sınıf düzeyine göre de anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda yaş değişkeninin ergenlerde sosyal medya bağımlılığını etkileyen bir faktör olmadığı söylenebilir.

Bu araştırma kapsamında lise türü değişkenine ilişkin yapılan düzenleyici analize göre, sosyal medya bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide devam edilen lise türünün düzenleyici bir role sahip olmadığı görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile lise türü arasındaki ilişkileri araştıran çeşitli çalışmalar (Bayrakçı, 2021; Bolat ve Korkmaz, 2021; Doğrusever, 2021; Göksu, 2019; Uysal-Atabay, 2020) incelendiğinde bulgular ergenlerde sosyal medya bağımlılığının lise türüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği yönündedir.

Bu araştırma kapsamında ebeveyn tutumu değişkenine ilişkin yapılan düzenleyici analize göre, sosyal medya bağımlılığı ile güvenli, kaçınan ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri arasındaki ilişkide ebeveyn tutumunun düzenleyici bir role sahip olmadığı görülmüştür. Ergeni sosyal medya bağımlılığına yönelten en önemli kaynağın aile içindeki genel stres durumu olduğu belirtilmektedir (Bilgin, Şahin ve Togay, 2020). Bu doğrultuda genel olarak aile ile yaşanan çatışmalar ve ailedeki genel stres durumunun öğrencileri sosyal medyada daha fazla zaman geçirmeye ittiği ve bu durumun sosyal medya bağımlılığı problemini beraberinde getirdiği söylenebilir. Sonuç olarak alanyazında algılanan ebeveyn tutumu ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiye dair farklı bulgular olduğu görülmektedir. Büyükşahin-Çevik ve Çelikkaleli (2010) anne baba tutumu ilgisiz olan ergenlerin bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Taş (2018) ise otoriter anne baba tutumuna sahip ailelerin çocuklarının internet bağımlılık düzeylerini daha yüksek olarak belirlemiştir. Bu nedenle algılanan ebeveyn tutumu güvenli bağlanma için anlamlı bir yordayıcı olsa da sosyal medya bağımlılığı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide düzenleyici bir rol göstermemiş olabilir.

### **Sonuç ve Öneriler**

Bu araştırma sonuçlarına göre ergenlerin %29,9'unun sosyal medya bağımlısı olduğu görülmüştür. Katılımcıların daha çok güvenli ve daha az olarak da kaçınan bağlanma stiline ve daha çok içsel işlevsel ve en az olarak da dışsal işlevsel olmayan duygu düzenlemeye sahip oldukları tespit

edilmiştir. Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile güvenli bağlanma stili arasında düşük düzeyde negatif yönde, kaçınan bağlanma stili arasında çok düşük düzeyde pozitif yönde, kaygılı-kararsız bağlanma stili arasında ise düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. Değişkenlerinin düzenleyicilik rolleri incelendiğinde ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile güvenli bağlanma stilleri arasında duygu düzenlemenin düzenleyici bir role sahip olduğu ancak diğer değişkenlerin ise düzenleyici rollerinin olmadığı görülmüştür. Ulaşılan bu sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

Bu araştırma sadece lise öğrencileri ile yürütüldüğünden katılımcıların yaş aralığı/farkı düşüktür. Benzer yöntemle yürütülecek çalışmalarda, yaşın düzenleyici rolünün daha görünür olabilmesi için daha geniş yaş gruplarının dahil edildiği araştırmalar planlanabilir.

Ergenlerde sosyal medya bağımlılığın önlenmesine ilişkin öğrencilere yönelik önleyici rehberlik çalışmaları uygulanabilir. Sosyal medya bağımlılığının yaratacağı sorunlar ve olumsuz etkileri ile ilgili okullarda bilgilendirme faaliyetlerinin gerçekleştirilmesi ve öğrencilerin bağımlılık riskini azaltacak tedbirler alınması, ders içeriklerinde ve bilgilendirme çalışmalarında dijital okuryazarlık, teknolojinin doğru kullanımı gibi konulara yer verilebilir.

Araştırma bulgularına göre sosyal medya bağımlılığı en fazla baskıcı-otoriter tutum sergileyen ailelerin çocuklarında görülürken, demokratik tutum sergileyen ailelerin çocuklarında sosyal medya bağımlılığına daha az rastlanmaktadır. Bu kapsamda okullarda velilere yönelik olarak; sosyal medya bağımlılığının önlenmesinde ailelere düşen roller, ergenlik döneminde iletişim ve ebeveynlerin tutum ve yaklaşımının nasıl olması gerektiğine yönelik, seminerler ve aile eğitimleri yürütülebilir.

### Kaynaklar

- Akdağ, M., Yılmaz, B. Ş., Özhan, U. & Şan, İ. (2014). Investigation of university students' internet addiction in terms of several variables (Inonu University sample). *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 77-95.
- Alican, C. & Saban, A. (2013). Ortaokul ve lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin tutumları: Ürgüp örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(35), 1-14.
- Aykut, S. & Soner, S. (2020). Kovid-19 pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu temelinde sosyal hizmetin önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.
- Balcı, E., Durmuş, H. & Sezer, L. (2021). Corona günlerinde uzaktan eğitim bağımlılık gelişiminde bir risk oluşturur mu? *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 100-102.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.

- Başgün, N. (2020). *Ergen öğrencilerde internet bağımlılığı, ebeveynlik ve bağlanma tarzları ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Bayrakçı, Ç. (2021). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının affetme ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Besharat, M. A. & Shahidi, V. (2014). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between attachment styles and alexithymia. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2), 352-362.
- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3), 237-247. <https://doi.org/10.23834/isrjournal.452045>
- Bilgin, M., Şahin, İ. & Togay, A. (2020). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve anne-baba ergen ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 45(202), 263-281.
- Bilginer, A. (2020). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi: Mardin ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Bolat, D. & Korkmaz, Ö. (2021). Ortaokullarda ergenlik çağındaki öğrencilerin siber zorbalık davranışları, sosyal medya bağımlılıkları ve sosyal medya bozuklukları. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 25(1), 253-268.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (1. c.). New York: Basic Books.
- Branquinho, C., Kelly, C., Arevalo, L. C., Santos, A. & Gaspar de Matos, M. (2020). "Hey, we also have something to say": A qualitative study of Portuguese adolescents' and young people's experiences under Covid-19. *Journal of Community Psychology*, 48(8), 2740-2752.
- Budak, C. F. (2017). *İnternet bağımlılığının yordayıcıları olarak sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve duygu düzenleme gücü*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Büyükgebiz-Koca, E. & Tunca, M. Z. (2020). İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkilerine dair bir araştırma. *Alanya Akademik Bakış*, 4(1), 77-103.
- Büyükşahin-Çevik, G. & Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin arkadaş bağıllığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne-baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), 225-240.
- Can, S. Y. (2020). *Adölesanlarda sosyal medya kullanımının depresyon ve yalnızlığa etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the Covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res*, 287, 112934.

- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: planning, conducting and evaluating quantitative*. Boston: Pearson.
- Çelikkaleli, Ö. & Avcı, R. (2016). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerine göre bağlanma biçimlerinin incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 4(7), 103-125.
- Çiftçi, A. (2021). *İnternet oyun bağımlılığının bağlanma stilleri, metakognisyonlar ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Çolak, Ç. H. (2020). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve duygu düzenleme becerilerinin kişilik özelliklerine ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Demircioğlu, Z. I. & Göncü-Köse, A. (2021). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology*, 40(1), 414-428.
- Deniz, L. & Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(2), 355-367.
- Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42.
- Duy, B. & Yıldız, M. A. (2014). Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 23-35.
- Erkan-Tekneci, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Erzen, E. (2016). Üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 1-21.
- Erözkan, A. (2004). Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 155-175.
- Ferrara, P., Franceschini, G., Corsello, G., Mestrovic, J., Giardino, I., Vural, M., ... & Pettoello-Mantovani, M. (2021). The dark side of the web—a risk for children and adolescents challenged by isolation during the novel coronavirus 2019 pandemic. *The Journal of Pediatrics*, 228, 324-325.
- Fuendeling, J. M. (1998). Affect regulation as a stylistic process within adult attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 291-322.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *The relationship between attachment styles of adolescents and their family environments*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

- Göksu, H. (2019). *Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarıyla ilişkisi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Görür, B. (2019). *Ergenlerin bağlanma stilleri ve sosyal kaygıları ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Güleryüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K. & Güzel, P. (2020). Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *FOCUSS Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 31-45.
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Güney, M. & Taştepe, T. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 183-190.
- Hayes, A. F. (2012). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford: New York.
- İlğaz, M. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *TUJOM*, 3(3), 238-257.
- Kaplan, M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri, sosyal medya kullanım amaçları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23(2), 33-46.
- Layık, M. E. & Korkmaz, D. (2020). *Öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile başarı düzeyi arasındaki ilişki: Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem II örneği*. Ulusal Tıp Eğitimi Kongresi'nde sunulmuş bildiri. İstanbul, Türkiye.
- Lee, J. (2020). Mental health effects of school closures during Covid-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(5), 397-404.
- Liu, C. & Ma, J. L. (2019). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in Psychology*, 10, 2352.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics and change*. The Guilford: New York.
- Moral, R. & Kumcağız, H. (2019). Ergenlerdeki internet bağımlılığı: Anne, baba ve akran ilişkileri açısından bir değerlendirme. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 335-346.

- Mubarique, M. (2016). *Ergenlerin anne ve babalarına güvenli bağlanmaları ile olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve empatinin aracılık rolünün incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Pamir-Arıkoğlu, A. A. (2003). *Attachment styles and social-emotional adjustment in Turkish college students*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Phillips, K. F. V. & Power, M. J. (2007). A new self-report measure of emotion regulation in adolescents: The regulation of emotions questionnaire. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 145–156.
- Sarıbal, İ. (2017). *Kişilerarası ilişkilerin, duygu düzenleme güçlüğüünün ve kaygının bağlanma stilleri ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Savcı, M. & Aysan, F. (2016). Bağlanma stilleri, akran ilişkileri ve duyguların internet bağımlılığını yordamadaki katkıları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3, 401–432.
- Shafiee, M., Ashouri, A. & Dehghani, M. (2020). The relationship between attachment style and social network addiction with the mediating role of personality traits. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 9(4), e101501.
- Sıgırlı, H. (2017). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile bağlanma biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Silkü-Bilgili, H. A. (2018). Sosyal medya kullanımı ile sosyal medya bağımlılık düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma: Ege Üniversitesi örneği. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 351-369.
- Sümer, N., Oruçular, Y. & Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 16(4), 192-209.
- Şahin, F. Y. & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*[Özel Sayı], 363-377.
- Şahin, G. (2015). *Okul öncesi çocukların yürütücü işlevlerinin ve duygu düzenleme becerilerinin bağlanma örüntüleri açısından incelenmesi*. (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.
- Tan, Ş. (2016). *SPSS ve EXCEL uygulamalı temel istatistik-1*. Ankara: Pegem.
- Tanrıverdi, H. & Sağır, S. (2014). Lise öğrencilerinin sosyal ağ kullanım amaçlarının ve sosyal ağları benimseme düzeylerinin öğrenci başarısına etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(18), 775-822.
- Taş, İ. (2017). Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği kısa formunun (SMBÖ-KF) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Online Journal of Technology Addiction and Cyber Bullying*, 4(1), 27-40.



- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31-41.
- Tulpar, L., Aktan, Z. & Yardımcı, E. (2020). 4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stillerinin ve duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 57-73.
- Uysal-Atabay, E. (2020). *Lise öğrencilerinin yaşam memnuniyeti yeme bozukluğu ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Van den Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S. & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior*, 61(2016), 478-487.
- Yektaş, Ç. (2020). Ergenlerde pandeminin ruhsal etkileri. *Türkiye Klinikleri Dergisi*(1), 13-18.
- Yılmaz, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Yılmaz, B. (2020). *E-spor oyuncularının algıladıkları sosyal destek, aile iklimi ve yetişkin bağlanma stillerinin oyun bağımlılığı üzerine etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Yorulmaz, M. & Yorulmaz, S. (2020). Lise öğrencilerinin sosyal ağ sitelerini kullanma sürelerinin akademik başarılarına etkisi. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 27-39.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

### Extended Summary

The developments in the field of information, technology, and informatics, which started in the last quarter of the 20th century, have gained momentum. Today, the use of digital technologies has become widespread in many fields such as education and communication. Developments have significantly affected the daily lives of individuals and societies as well as their family and business lives. In addition, the implementation of social distance rules and curfews with the declaration of the Covid-19 pandemic by the World Health Organization (WHO) has made it necessary for people to apply online sources to meet many of their needs. Due to the implementation of curfews for those under the age of eighteen and the continuing education remotely during the pandemic period, adolescents have faced various mental problems such as depression and anxiety disorders, post-traumatic stress disorder, and eating disorders during the pandemic period (Aykut and Soner, 2020; Yektaş, 2020). In addition, when the literature is examined, it is seen that adolescents' problematic internet use (Ferrara et al., 2021), smart phone use (Cao et al., 2020), intensive internet use (Lee, 2020) and the time spent in front of the screen are prolonged (Branquinho) during the pandemic process (Kelly, Arevalo, Santos, and Matos,

2020). Based on these findings, it is thought that addiction may have increased in adolescents due to the increase in the use of technological communication tools especially during the social isolation process (Balci, Durmuş, and Sezer, 2021; Güleriyüz, Esentaş, Yıldız, and Güzel, 2020). In this context, it can be said that social media addiction in adolescents is a current problem.

When examining the social media addiction and related variables in the literature, the relationship between attachment and addiction draws attention. Attachment Theory aims to explain the effect of the emotional relationship between the child and the caregiver (Mikulincer and Shaver, 2007). It has been found that attachment styles in adolescents are associated with social media addiction (Erkan-Tekneci, 2020; Kaplan, 2019). At this point, the relationship between social media addiction and attachment requires attention and the need to investigate the subject in detail has emerged.

When the theoretical relationship between attachment and addiction was examined, it was determined that dysfunctional emotion regulation strategies were the most basic moderating factor in this relationship. The role of emotion regulation in the relationship between attachment styles and social media addiction shows that secure attachment style causes the use of effective emotion regulation strategies on the basis of closeness and competence and thus assumes a protective role against addiction while insecure attachment style increases addiction tendency (Sümer, Oruçlular and Çapar, 2015).

Examination of the theoretical structure of attachment styles and social media addiction shows that these two constructs are related to each other and based on the relevant literature, emotion regulation methods and various demographic variables may have moderating roles in this relationship.

In this study, the relationship between attachment styles and social media addiction in adolescents and the moderator role of emotion regulation and various variables such as gender, age, high school type and perceived parental attitude in this relationship were investigated. The study was designed with survey model. The study group consisted of a total of 586 adolescents aged between 14 and 18, 388 of which were females and 198 of which were males, who continued their education in public high schools affiliated to the Ministry of National Education in Ankara in the 2020–2021 academic year and voluntarily participated in the research. As data the collection tools, “Personal Information Form”, “Social Media Addiction Scale for Adolescents” and “Emotion Regulation Scale for Adolescents” were used. As a result of the study, it was found that adolescents had more secure attachment style and less avoidant attachment style. In addition, it was determined that adolescents had mostly internal functional emotion regulation and least external dysfunctional emotion regulation. With regards to social media addiction, it was found that 29.9% of the students were addicted to social media. The relationship between attachment styles and social media addiction in adolescents was examined with the Biserial Correlation Coefficient. As a result, it was observed that social media addiction had a weak negative correlation with Secure Attachment, a weak positive relationship with Avoidant

Attachment, and a weak positive correlation with Anxious-Insistent Attachment. The moderator role of the variables was examined by moderator analysis. According to the moderator analysis, it was determined that emotion regulation had a moderating role between social media addiction and secure attachment. It was found that gender, age, school type and perceived parental attitude variables did not have a moderating role in the relationship between attachment styles and social media addiction in adolescents.

In line with the results of the study, some suggestions were made. This study was conducted only with high school students. In studies to be carried out with a similar method, studies involving wider age groups should be included so that the moderator role of age can be more tenable to test. Awareness and counseling activities for teachers and school administrators should be conducted in order to organize school environments in a way that students can easily express their feelings. For adolescents to develop functional emotion regulation skills, various practices such as group guidance, psychoeducation programs and practices, group guidance activities can be planned. Preventive guidance studies can be applied to students regarding the prevention of social media addiction in adolescents. Subjects such as the problems and negative effects of social media addiction and the risk of addiction among students, digital literacy and correct use of technology can be included in the course contents and educational practices. According to the research findings, social media addiction is mostly seen in children of families with oppressive-authoritarian attitudes while social media addiction is less common in children from families with democratic attitudes. In this context, for parents in schools, seminars and family training programs can be conducted to prevent social media addiction by educating parents about the ideal communication in adolescence, and how parents' attitudes and approaches should be in this critical period of development.

#### **Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı**

Bu araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve yazılı hale getirilmesinde araştırmacılar eşit oranda katkı sağlamıştır.

#### **Destek ve Teřekkür Beyanı**

Bu araştırmada herhangi bir kurum, kuruluş ya da kişiden destek alınmamıştır.

#### **Çatışma Beyanı**

Araştırmacıların, araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

### Etik Kurul Beyanı

Bu araştırma, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonunun 17.03.2021 tarih ve E.52597 sayılı onayı ile yürütülmüştür.