



ISSN: 2757-6817

Unika Sağlık Bilimleri Dergisi
Unika Journal of Health Sciences



Araştırma Makalesi/Research Article

Ergenlerde Benlik Algısı ve Sosyal Medya Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi *

Investigation of the Relationship Between Self-Perception and Social Media Attitude in Adolescent

Huriye ELSEL¹, Nevin ONAN²

Öz: Amaç: Bu araştırma ergen bireylerin benlik algısı ve sosyal medya tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla tanımlayıcı özellikte gerçekleştirildi. Gereç ve Yöntem: Araştırmanın örneklemini Kastamonu il merkezindeki Abdurrahmanpaşa Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören 222 öğrenci oluşturdu. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Medya Tutum Ölçeği (SMTÖ) ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) kullanılarak toplandı. Veriler toplanmadan önce araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerin velilerinden izin alındı. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler, t testi, One Way ANOVA, Tukey HSD testi ve pearson korelasyon analizi kullanıldı. Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin; yaş ortalaması 15,26±1,1 olup, %61,7'si kadın, %39,2'sinin 10. sınıf düzeyinde olduğu belirlendi. SKÖ toplam puan ortalaması 83,20±12,34 ve SMTÖ toplam puan ortalaması 71,41±12,20 olarak belirlendi. SMTÖ ölçeğinin alt boyutlarına ait puan ortalamaları Sosyal Yetkinlik için 13,62±4,70, Paylaşım İhtiyacı için 27±7,40, Öğretmenlerle İlişki için 7,95±3,20, Sosyal İzolasyon için 13,18±4,67 olarak bulundu. SKÖ toplam puanı ile Sosyal Yetkinlik ve Sosyal izolasyon alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptandı (p<0,05). Sonuç: Ergenlerin benlik algılarının olumlu olduğu ve sosyal medyaya ilişkin olumlu tutum sergiledikleri; benlik algısı ve sosyal medya tutumlarının birbirleriyle ilişkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Benlik algısı, Ergenler, Sosyal medya, Sosyal medya tutumu.

Abstract: Objective: This study is carried out to investigate the relationship between self perception and social media attitude in adolescents in a descriptive way. Methods: The sample of the study consisted of 222 students attending in Abdurrahmanpaşa Anatolian High School in Kastamonu. Data were collected using the Personal Information Form, Social Media Attitude Scale (SMAS) and Social Comparison Scale (SCS). Before the data were collected, the permission received from the parents of the students participating in the research voluntarily. Descriptive statistics, t-test, One Way ANOVA, Tukey HSD and Pearson Correlation analysis were used to evaluate the data. Results: The average age of the students was 15.26±1.1, 61.7% female and 39.2% tenth grade. The average total score for SCS was 83.20±12.34 and SMAS was 71.41±12.20. The average subscale scores for Social Competence were 13.62±4.70, Need for Sharing was 27.00±7.40, Relationship with Teachers was 7.95±3.20, Social Isolation was 13.18±4.67. A significant negative correlation was found between the total scores of SCS with the subdimensions Social Competence and Social Isolation. Conclusion: Adolescents' self-perception is positively, and they take a positive attitude to social media; it can be said that self-perception and social media attitudes are interrelated.

Keywords: Adolescents, Self-perception, Social media, Social media attitude.

*Bu çalışma Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Hemşirelik Bilimi Anabilim Dalında tamamlanmış yüksek lisans tez çalışması olup VI. Uluslararası X. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

¹ Hem., Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Hemşirelik Bilimi AD, ORCID: 0000-0002-9355-3872, els.huriye@gmail.com
Nurse, Karabük University, Institute of Graduate Programs Nursing Science

² Sorumlu Yazar: Doç. Dr., Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0002-3688-507X, nevinonan@karabuk.edu.tr
Associate Prof., Karabük University, Faculty of Health Sciences

Giriş

Ergenlik döneminde birey, kendisi ile ilgili değerlendirmeler yaparak sınırlarını bilmek ve belirlemek isterken; kim olduğu, nereden geldiği, hayat amacının ne olduğu gibi sorulara cevap bulmaya çalışmaktadır (Tunç ve Kolburan, 2019). Bunların yanı sıra ergenlik dönemi; kişinin benlik değerini, kendini kabulü ve kendine saygı düzeyini, kendisi ile ilgili genel yargılarını etkileyen ve belirleyen oldukça önemli bir dönemdir (Yüksel, 2015; Çiftçi, 2018; Sevim, Önal, Avşar ve Doğan, 2020).

Benlik, kalıtsal özellikler taşımakla birlikte bireyin çevresiyle olan etkileşimleri sonucu elde ettiği deneyim, duygu ve düşünceleri, içsel olarak değerlendirmesiyle oluşan bir psikolojik özellik olarak tanımlanmaktadır (Dilek ve Aksoy, 2013; Sevim vd., 2020). İnsanlarla sosyal etkileşimde bulunmak, ergen bireyin kişilik gelişimine ve benlik algısı oluşumuna katkı sağlamaktadır (McLoad, 2008; Kılıç, Kırılı ve Ön Esen, 2017). Ergenlik döneminde hormonal ve bedensel değişikliklerin yanı sıra sosyal ve duygusal değişimlerin de meydana gelmesi ile birlikte ergen bireyin kendini anlamaya yönelik çabası dikkat çekmektedir (Yüksel, 2015).

Ergen bireyler, benlik şemalarını biçimlendirirken kendileri hakkında sosyal medya aracılığıyla elde ettikleri geri bildirimler de önemlidir. Alınan bu geribildirimlerle ergen bireylerin kendi kendilerini değerlendirmeleri sonucu ise benlik saygısı oluşur. Düşük benlik saygısına sahip ergen bireyler diğerleri ile gerçek hayatta etkileşime geçmek yerine, sanal dünyada dolaşmayı seçebilmektedirler (Yüksel Şahin ve Öztoprak, 2019; Shah, Das, Muthiah ve Milanaik, 2019). Ergenlik döneminde benlik algısı ile ilgili yapılan çalışmalar; benlik algısı yüksek bireyin kendisine güven duyan, zorluklarla başa çıkma konusunda daha çok mücadele eden, özsaygısı yüksek olan, kendisini çoğu konuda yeterli ve saygı görmeye değer bir birey olarak algılayan, başarılı bir kimlik gelişimine sahip olan, ruhsal anlamda daha olumlu ve sağlıklı hale gelen bir birey olduğunu göstermektedir (Dutar, Çakır ve Yeşilkılıç, 2019). Öte yandan kimlik arayışı içinde olan ve kendilerini tanımaya çabalayan ergen bireyler, sosyal medyayı gündelik hayatlarının merkezine yerleştirmektedirler. Kendileri hakkında sosyal medya aracılığıyla elde ettikleri geri bildirimler ile kendi benlik kavramlarını şekillendirmektedirler (Kavut, 2018; Avcı ve Sürücü, 2018; Yüksel Şahin ve Öztoprak, 2019; Özay ve Erol, 2020; Karayel Bilbil ve Atalay, 2020). Bu bakımdan ele alındığında ergen bireylerde olumlu benlik kavramı ve algısının geliştirilmesi, benlik saygısının artırılması, koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinin öncelikli alanlarından birini oluşturmaktadır. Bu alanda toplum ruh sağlığı hemşireleri, halk sağlığı ve okul sağlığı hemşirelerinin önemli rol ve

sorumlulukları bulunmaktadır (Adana, Arslantaş ve Şahbaz, 2012; Oflaz, 2016). Bunlar içerisinde ergen bireylerin benlik algısını etkileyen faktörlerin belirlenmesi büyük bir öneme sahiptir. Son yıllarda sosyal medya tutumları da gelişimsel bir kriz dönemi olarak değerlendirilen ergenlik döneminde ruh sağlığını etkileyebilen bir değişken olarak görülmektedir (de Vries ve Kühne, 2015; Kelly, Zilanawala, Booker ve Sacker, 2018; Shah vd., 2019, İnce ve Yılmaz, 2020; Elmalı, 2020).

Kişilerarası etkileşimlerin olduğu bu sanal ortam, sosyal medya olarak adlandırılmaktadır. Kullanıcı odaklı olmasının yanı sıra grupları birleştirmesi ve karşılıklı bir şekilde etkileşime olanak sağlaması gibi nedenlerden dolayı özellikle ergenlik dönemindeki gençlerin sıklıkla kullandığı görülmektedir (Burrow ve Rainone, 2017; Shah vd., 2019; Kuss ve Griffiths, 2011; Mollaoğlu, Hastaoğlu, Başer ve Mollaoğlu, 2019). Sosyal medyanın olumlu ve olumsuz etkilerinden en çok etkilenen grubun da ergenlik dönemindeki gençler olduğu düşünülmektedir. Yaygın internet kullanımıyla birlikte gençlerin sosyal medya kullanımlarının genellikle arkadaş edinme, video ve fotoğraf paylaşma vb. aktivitelerden oluştuğu; özellikle belirli gruplara dahil olmak amacıyla sosyal medyayı sıklıkla kullanan gençlerin, sosyal medya aracılığıyla kimliklerini yansıtmaya imkanı bulabildiği vurgulanmaktadır (Burrow ve Rainone, 2017; Shah vd., 2019, Mollaoğlu vd., 2019).

Literatürde ergenlerde benlik algısı ve sosyal medya tutumu ile ilgili ayrı ayrı yapılmış çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Adana vd., 2012; Çiftçi, 2018; Harris ve Orth, 2019; Tunç ve Kolburan, 2019; Kaya ve Öz, 2020; Marino, Gini, Angelini, Vieno ve Spada, 2020). Ancak sosyal medya tutumu ile benlik algısı arasındaki ilişkiyi değerlendiren sınırlı sayıda çalışma vardır (Valkenburg, Peter ve Schouten, 2006; Bergagna ve Tartaglia, 2018; Kelly vd., 2018; Karayel Bilbil ve Atalay 2020; Söner ve Yılmaz 2020).

Benlik algısı ve sosyal medya tutumu arasında ilişki olabileceği düşünülerek planlanan bu çalışma lise öğrenimi gören ergen bireylerin benlik algıları ve sosyal medya tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Gereç ve Yöntem

Araştırma tarama modelinde tanımlayıcı bir araştırmadır. Lise türlerinden nicelik açısından en fazla olması, sosyolojik çeşitlilik bakımından karma grupları içermesi nedeniyle araştırmanın anadolu liselerinde yapılmasının uygun olduğu düşünülmüştür. Kastamonu ili merkezinde bulunan 10 anadolu lisesinde öğrenim gören 3960 öğrenciden %90 güven aralığında %5,5 hata payı ile örneklem 212 kişi hesaplanmıştır. Araştırma, belirtilen liselerden

basit rastgele seçilen ve 9-10-11-12. sınıflarda 500 öğrencinin öğrenim gördüğü Abdurrahmanpaşa Anadolu Lisesinde 2019-2020 eğitim öğretim yılında yürütüldü. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan, sosyal medya kullanan ve velisi izin veren 250 öğrenciden veri toplandı. Bunların içinden 28 kişinin anket formlarını eksik/hatalı doldurmaları nedeniyle çalışma 222 kişi ile gerçekleştirildi.

Çalışmanın bağımlı değişkenleri benlik algısı ve sosyal medya tutumudur. Yaş, cinsiyet, anne baba eğitim durumu, sosyal medya kullanım yılı, günlük kullanım süresi ve kullanıma ilişkin herhangi bir kısıtlamanın olup olmadığı ise araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturdu.

Veriler toplanmadan önce araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrenci velilerinden izin istendi. Veriler, 2019 yılı Kasım ve Aralık ayları içerisinde, velisi izin veren öğrencilerden yüz yüze görüşme yöntemi kullanılarak öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflarında toplandı. Veri toplamada Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) ve Sosyal Medya Tutum Ölçeği (SMTÖ) kullanıldı.

Kişisel Bilgi Formu; öğrencinin yaşı, cinsiyeti, sınıfı, anne-baba eğitim durumu, sosyal medya kullanıp kullanmadığı, günlük sosyal medya kullanım süresi, ebeveyni ya da kendisi tarafından sosyal medya kullanımına ilişkin herhangi bir sınırlandırma getirip getirmediğini içeren sorulardan oluşmaktadır.

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ); Gilbert, Allan ve Trent, (1991), tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Şahin, Durak ve Şahin, (1993), tarafından yapılmıştır. SKÖ bireyin, başkaları ile kıyaslandığında kendini çeşitli boyutlarda nasıl gördüğüne ilişkin algılarını ölçmektedir. İki kutuplu 18 özellikten oluşmakta ve işaretleme 1-6 arası likert tarzında yapılmaktadır. Yüksek puanlar olumlu benlik şemasına, düşük puanlar olumsuz benlik şemasına işaret eder. Ölçeğin Cronbach değeri $\alpha=0,87$ olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için güvenilirlik katsayısı Cronbach's $\alpha=0,871$ olarak bulundu.

Sosyal Medya Tutum Ölçeği (SMTÖ); öncelikli amacının öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarını belirlemek amacıyla Otrar ve Arın (2015), tarafından geliştirilmiştir. 23 maddeden oluşmaktadır. Kesinlikle Katılıyorum (5), Katılıyorum (4), Kararsızım (3), Katılmıyorum (2), Kesinlikle Katılmıyorum (1) olmak üzere 5'li Likert şeklinde dizayn edilmiştir. Ölçeğin Paylaşım İhtiyacı (8 madde), Sosyal Yetkinlik (6 madde), Öğretmenlerle İlişki (3 madde) ve Sosyal İzolasyon (6 madde) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır.

Sosyal İzolasyon alt boyutundaki maddeler ters kodlanarak hesaplanmaktadır. Ölçekten en düşük 23 puan alınırken, en yüksek alınabilecek puan 115' tir. Değerlendirmesi yapılırken, ölçek toplamında ve tüm faktörlerde puan artması ilgili özelliğin arttığını göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı Cronbach $\alpha=0,852$ olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların Cronbach Alpha değerleri $\alpha_{max}=,81$ ile $\alpha_{min}=,79$ arasında değişmektedir. Çalışmamızda tüm ölçeğin güvenilirlik katsayısı Cronbach's $\alpha=0,749$ olarak bulundu.

Araştırmada Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik onay (Tarih:06.11.2019, Sayı:2019/17 ve Karar No:7), Kastamonu İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden kurum izni ve öğrenci velilerinden izin alındı. Araştırmada kullanılan SMTÖ için Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapan kişilerden mail aracılığı ile kullanım izni alındı.

Araştırma verilerinin değerlendirilmesi bilgisayar ortamında IBM SPSS Statistics 23 programı ile gerçekleştirildi. Sayısal değişkenler için merkezi eğilim ölçüleri (ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum), kategorik değişkenler için frekans dağılımları (sayı, yüzde) verildi. Çalışma verileri değerlendirilirken sayısal değişkenler için normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testine göre değerlendirildi. Ölçeklerin güvenilirlik değerlendirilmesi için Cronbach's alfa katsayılarından yararlanıldı. İki grup arasında fark olup olmadığı bağımsız örneklem t testi ile, ikiden fazla grup arasında fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA) ile değerlendirildi. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını anlamak için Tukey HSD testi uygulandı. İki sayısal değişken arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde pearson korelasyon katsayısından yararlanıldı.

Bulgular

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaş ortalamasının $15,26\pm 1,1$ ve %61,7'sinin kadın olduğu belirlendi. Sınıf düzeylerine bakıldığında; %30,2'sinin 9.sınıf, %39,2'sinin 10.sınıf, %16,2'sinin 11.sınıf ve %14,4'ünün ise 12. sınıfta olduğu belirlendi. Öğrencilerin annelerinin %22,5'i üniversite mezunu iken babalarının ise %36,5'inin üniversite mezunu olarak saptandı (Tablo 1).

Sosyal medya kullanımına ilişkin bulgular incelendiğinde; öğrencilerin sosyal medya kullanım yılı ortalamasının $4,18\pm 2,12$ ve günlük sosyal medya kullanım süresinin %57,2 oranında 1-3 saat aralığında olduğu belirlendi. Katılımcıların %76,6'sında sosyal medya kullanımına ilişkin herhangi bir kısıtlamanın olmadığı, %8,6'sının ebeveyni tarafından kısıtlandığı ve %14,9'unun ise kendi kendine kısıtlama getirdiği belirlendi (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin sosyo-demografik ve sosyal media kullanımına ilişkin verilerin dağılımı

Değişkenler		n	%
Yaş	Ort±SS = 15,26±1,1	222	100
Cinsiyet	Kadın	137	61,7
	Erkek	85	38,3
Sınıf	9. sınıf	67	30,2
	10. sınıf	87	39,2
	11. sınıf	36	16,2
	12. sınıf	32	14,4
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	110	49,6
	Lise	62	27,9
	Üniversite	50	22,5
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	54	24,3
	Lise	87	39,2
	Üniversite	81	36,5
Kullanım Yılı	Ort±SS=4,18±2,12	222	100
Günlük Kullanım Süresi	0-1 saat	75	33,8
	1-3 saat	127	57,2
	3-6 saat	18	8,1
	Daha fazla	2	0,9
Kısıtlama	Yok	170	76,6
	Ebeveyn	19	8,5
	Kendi	33	14,9
Toplam		222	100

Öğrencilerin SKÖ toplam puan ortalamasının $83,20 \pm 12,34$ ve SMTÖ toplam puan ortalamasının ise $71,41 \pm 12,20$ olduğu saptandı. SMTÖ ölçeğinin alt boyutlarına ait puan ortalamaları Sosyal Yetkinlik için $13,62 \pm 4,70$, Paylaşım İhtiyacı için $27 \pm 7,40$, Öğretmenlerle İlişki için $7,95 \pm 3,20$, Sosyal İzolasyon için $13,18 \pm 4,67$ olarak bulundu (Tablo 2).

Öğrencilerin SKÖ toplam puanı ile SMTÖ alt boyutlarından sosyal yeterlilik ($r = -0,157$, $p = 0,019$) ve sosyal izolasyon alt boyutu ($r = -0,197$, $p = 0,003$) arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı (Tablo 2).

Cinsiyet ve sosyal medyaya ilişkin kısıtlanma durumlarına göre SKÖ ve SMTÖ ölçekleri toplam ve alt boyut puan ortalamaları değerlendirildi ve gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmadı ($p > 0,05$) (Tablo 3).

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre SKÖ toplam puan ortalamaları açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmazken ($F = 0,970$ ve $p = 0,408$) SMTÖ toplam puanları açısından anlamlı bir farklılık belirlendi ($F = 3,041$ ve $p = 0,03$). SMTÖ ölçeğinin öğretmenlerle ilişki alt boyutu ($F = 4,645$, $p = 0,004$) ve sosyal izolasyon alt boyutu ($F = 6,749$ ve $p = 0,000$) puan ortalamalarında sınıf düzeylerine göre istatistiksel olarak

anlamli bir farklılık saptandı. Anlamlılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ileri analizde anlamlılığın 9. sınıf öğrencilerinin 12. sınıf öğrencilerine göre SMTÖ toplam puan ortalamasının yüksek olmasından, öğretmenle ilişki alt boyutunda 10., 11., ve 12. sınıf puanlarının farkından ve sosyal izolasyon alt boyutunda ise 9. sınıf öğrencilerinin puan ortalamasının 11. ve 12. sınıf öğrencilerine göre düşük olmasından kaynaklandığı belirlendi (Tablo 3).

Tablo 2. SKÖ, SMTÖ puan ortalamaları ve aralarındaki ilişkiler

		1	2	3	4	5	6
1.SKÖ Toplam Puan	r	1	-0,026	-0,157*	-0,048	-0,041	-0,197**
	p		0,701	0,019	0,481	0,543	0,003
2.SMTÖ Toplam Puan	r		1	0,687**	0,847**	0,580**	-0,169*
	p			0,000	0,000	0,000	0,012
3.Sosyal Yetkinlik	r			1	0,506**	0,348**	0,258**
	p				0,000	0,000	0,000
4.Paylaşım İhtiyacı	r				1	0,364**	0,141*
	p					0,000	0,036
5.Öğretmenle İlişki	r					1	0,108
	p						0,109
6.Sosyal İzolasyon	r						1
	p						
Ortalama		83,20	71,41	13,62	27,00	7,95	13,18
Standart sapma		12,34	12,20	4,70	7,40	3,20	4,67
Min-Max		43-108	42-115	6-30	8-78	3-15	10-30

*r=korelasyon katsayısı, *p<0,05, **p<0,01*

Günlük sosyal medya kullanımlarına göre öğrencilerin SKÖ ve SMTÖ toplam ve alt boyut puan ortalamaları değerlendirildi. SMTÖ toplam puan ortalamasında (F=3,579, p=0,015), alt boyutlardan sosyal yetkinlik (F=4,657, p=0,004) ve paylaşım ihtiyacı (F=5,156, p=0,002) puan ortalamalarında günlük sosyal medya kullanımı açısından gruplar arasında anlamlı farklılık bulundu. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için yapılan ileri analiz sonucunda, günlük 0-1 saat arasında sosyal medyayı kullanan öğrencilerin SMTÖ toplam, sosyal yetkinlik ve paylaşım ihtiyacı alt boyut puan ortalamalarının sosyal medyayı günlük 1-3 saat ve 3-6 saat kullananlara göre daha düşük olduğu belirlendi (Tablo 3).

Yaş ve sosyal medya kullanım yılı ile SKÖ, SMTÖ toplam puan ve alt boyut puan ortalamaları arasındaki ilişki değerlendirildiğinde, ergen bireylerin sosyal medya kullanım yılı ile SMTÖ arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı (r=0,205, p=0,002). SMTÖ alt boyutlarından paylaşım ihtiyacı ile sosyal medya kullanım yılı arasında pozitif yönde (r=0,262, p=0,000), sosyal izolasyon ile yaş arasında pozitif yönde (r=0,289, p=0,000) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı. SKÖ ile hem yaş hem de sosyal medya kullanımı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmadı (p>0,05) (Tablo 3).

Tablo 3. SKÖ ve SMTÖ puan ortalamalarının bağımsız değişkenlere göre dağılımı ve ilişkileri

		SKÖ-TP	SMTÖ-TP	SY	Pİ	Öİ	Sİ
Yaş	r	-0,095	-0,087	-0,056	0,090	-0,037	0,289
	p	0,158	0,198	0,410	0,182	0,582	0,000*
Sosyal medya kullanım yılı	r	-0,038	0,205	0,109	0,262	0,064	-0,036
	p	0,575	0,002*	0,107	0,000*	0,344	0,594
		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
Cinsiyet	Kadın	83,72±12,00	73,17±12,27	13,72±4,86	28,11±7,73	8,67±3,07	13,34±4,79
	Erkek	82,36±12,89	68,57±11,59	13,45±4,47	25,22±6,56	6,78±3,07	12,92±4,48
	t	0,801	2,771	0,405	2,866	4,436	0,641
	p	0,224	0,786	0,807	0,523	0,882	0,522
Sınıf	9 (a)	83,97±12,60	70,40±13,22	13,04±5,01	25,25±7,56	7,55±3,24	11,44±4,10
	10 (b)	84,00±11,62	73,72±11,70	14,51±4,88	27,93±6,60	8,41±3,20	13,16±4,49
	11 (c)	80,11±12,57	72,08±10,12	13,83±4,72	28,33±5,35	8,91±3,32	15,05±4,86
	12 (d)	83,20±12,34	66,50±12,26	12,15±2,78	26,68±10,34	6,43±2,32	14,78±4,85
	F	0,970	3,041	2,493	2,127	4,645	6,749
	p	0,408	0,030*	0,061	0,098	0,004*	0,000*
	Tukey		a>d			b>d ve c>d	a<c,d
Günlük Kullanım	0-1 saat (a)	84,40±12,16	67,94±13,43	12,14±4,37	24,48±9,26	7,41±3,28	12,08±5,12
	1-3 saat (b)	82,93±12,73	72,80±11,13	14,14±4,64	28,00±5,89	8,33±3,09	13,71±3,32
	3-6 saat (c)	80,66±10,39	76,11±11,28	15,88±4,83	30,22±6,06	7,66±3,36	13,66±4,48
	Daha fazla (d)	78,50±12,02	71,00±14,14	15,00±8,48	30,00±5,65	6,50±4,94	16,50±4,94
	F	0,602	3,579	4,657	5,156	1,494	2,391
	p	0,614	0,015*	0,004*	0,002*	0,217	0,070
	Tukey		a<b,c	a<b,c	a<b,c		
Kısıtlama	Yok	83,56±12,03	70,87±12,23	13,67±4,66	26,60±7,71	7,85±3,10	13,28±4,64
	Ebeveyn	85,10±10,75	74,68±11,14	14,73±5,14	28,94±6,19	8,63±3,87	13,94±4,75
	Kendisi	80,27±14,51	72,48±12,64	12,72±4,62	27,96±6,42	8,03±3,33	12,24±4,75
	F	1,231	0,848	1,140	1,175	0,507	0,962
	p	0,294	0,430	0,322	0,311	0,603	0,384
Yaş	r	-0,095	-0,087	-0,056	0,090	-0,037	0,289
	p	0,158	0,198	0,410	0,182	0,582	0,000*
Sosyal medya kullanım yılı	r	-0,038	0,205	0,109	0,262	0,064	-0,036
	p	0,575	0,002*	0,107	0,000*	0,344	0,594

Ort: ortalama, SS: standart sapma, t: student t test, F: ANOVA (Analysis Of Variance), r=Pearson korelasyon katsayısı, * p<0,05

Tartışma Benliğindeki gelişme devam ederken bireyin kendini keşfettiği ergenlik döneminde; birey, kendi benliğini hangi yöne yönlendirir ise, algıları da o yönde olmaktadır (Dutar vd., 2019; Sevim vd., 2020). Bu bağlamda bireyin kendisi ile ilgili beklentileri, deneyimleri ve iletişimde bulunduğu kişilerin tutum ve davranışlarının da etkisiyle kazandığı benlik algısı, eğer birey olumlu bir tutum içinde ise yükselmekte; olumsuz bir tutum içindeyse düşmektedir (Otrar, Uzel ve Dönmez, 2018; Aksoy ve Bursa, 2020). Ayrıca bireyin benlik algısı ruh ve beden

sağlığını, diğerleriyle olan ilişkilerini ve akademik başarılarını etkileyebilmektedir (Adana vd., 2012; Shah vd., 2019).

Çalışmada ergen bireylerin SKÖ ortalama puanının 83,20 olduğu bulundu. Bu sonuç değerlendirildiğinde, ergen bireylerin benlik algılarının ortalamanın üstünde olduğu ve olumlu benlik algısına sahip oldukları söylenebilir. Çalışma bulgularına benzer sonuçlar literatürde yer almaktadır (Adana vd., 2012; Wilcox ve Stephen, 2013; Cesur ve Dil, 2018)

Ergenlerde sosyal medya kullanımı gün geçtikçe artmakta ve bu durum ergenlerin kişilik gelişimini etkiler niteliktedir (Alican ve Saban 2013; Kelly vd., 2018; Demir ve Kumcağız, 2019; Akyürek, 2020). Çalışmada lisede öğrenim gören ergenlerde günlük sosyal medya kullanımının %57,2 oranında 1-3 saat olduğu, sosyal medya kullanım yılı ortalamasının da $4,18 \pm 2,12$ olduğu ve SMTÖ'den ergenlerin ortalama 71,41 puan aldıkları belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ergenlerin sosyal medya kullanımının yüksek düzeyde olduğunu ve ergenlerin sosyal medya kullanımına olumlu tutum sergilediklerini göstermesi bakımından önemlidir.

Ergen bireyler için önem taşıyan sosyal onay ve akran kabulü beklentilerini karşılamak amacıyla teknoloji, iletişim ağları gibi sanal ortamları sıklıkla kullanabilmektedir (Valkenburg vd., 2016; Kelly vd., 2018; Shah vd., 2019). Bu anlamda, sosyal medyada kendini olduğu gibi yansıtan ergen bireylerin yüksek benlik saygısına sahip oldukları, sosyal medyada kendini olduğundan farklı yansıtanların ise benlik saygılarının düşük olduğu gözlenmiştir (Cesur ve Dil 2018).

Çalışmada ergen bireylerin benlik algıları ve sosyal medya tutumları arasında anlamlı olamamakla birlikte negatif yönde bir ilişki belirlendi. Sosyal medya ile benlik algısı arasında ilişkiyi araştıran çalışmalarda, benzer çalışmalar olmakla birlikte farklı olarak çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Balcı, Karakoç ve Öğüt'ün, (2020), sağlık çalışanları ile yaptıkları araştırma sonucunda sosyal medya bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuşlardır. Demir ve Kumcağız'ın (2019), üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmaya göre, benlik saygısı düşük olan bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulunmuştur. Valkenburg vd.,'nin (2006), yaptıkları araştırmanın sonucunda, sosyal medyadan profilleriyle ilgili olumlu geri dönüt alan ergen bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Britt'in (2015), çalışması sonucunda, güzellik temelli sosyal medyayı sıklıkla kullandığını bildiren katılımcıların, benlik saygılarının daha yüksek olduğu ve çevrimiçi içeriklerle daha fazla etkileşime sahip olduklarını görülmüştür. Kılıç vd.,'nin (2017), yapmış oldukları çalışmada, sosyal medya kullanımı ile

benlik algısı arasındaki ilişki incelenmiş ve sosyal medya kullanımının benlik algısı üzerinde etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Alt boyutlar açısından değerlendirildiğinde, benlik algısı ile paylaşım ihtiyacı ve öğretmenlerle ilişki arasında negatif yönde ancak anlamsız bir ilişki olduğu görüldü. Çalışmaya katılan bireylerin benlik algılama düzeyleri ile paylaşım yapma gereksinimlerinin birbirlerinden etkilenmediği varsayılabilir. Benzer şekilde bireylerin benlik algı düzeyleri ile öğretmenlerle olan ilişkileri birbirlerinden etkilenmediği söylenebilir.

Benlik algısı ile sosyal yetkinlik alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulundu. Bu ilişki doğrultusunda benlik algısı düşük bireylerin sosyal yetkinliklerinin fazla olabileceği söylenebilir. Bireylerin kendileriyle ilgili olumsuz düşüncelerini sanal dünyaya yönelerek gidermeye çalışması ve ideal benlik profillerini bu yolla sunmaları sosyal yetkinliklerinin artmasını açıklayabilir. Ayrıca bireyler aynaya baktıklarında benlik algıları ile ilgili düşünceleri değişmezken, herhangi bir sosyal ağda gezinen sosyal medya kullanıcılarının benlik algısı anlık olarak artabilmektedir (Wilcox ve Stephen 2013; Nesi vd., 2021).

Sosyal izolasyon ile benlik algısı arasında da negatif yönde bir ilişki tespit edildi. Bu bağlamda, benlik algısı yükseldikçe bireylerin sosyal izolasyonlarının azaldığı, sosyal olarak daha aktif oldukları ve diğerleriyle etkileşim halinde buldukları söylenebilir. Ayrıca benlik algısı olumlu olan bireylerin sosyal medya kullanımı açısından kendilerini izole edebildikleri ve kullanıma mesafe koyabildikleri düşünülebilir.

Öğrencilerin benlik algıları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ve cinsiyete göre benlik algılarının değişmediği belirlendi. Literatüre bakıldığında, benzer şekilde, yaş ile benlik algısı arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığına dair çalışmalar mevcuttur (Çiftçi, 2018). Çalışma grubumuzdaki ergen bireylerin gelişimsel olarak hemen hemen aynı dönemde olmaları, yaşadıkları çevrenin benzer olması gibi nedenlerden dolayı cinsiyetlerine göre benlik algılarına ilişkin farklı değerlendirmelerde bulunmadıkları varsayılabilir. Literatürde, benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmakla birlikte Erözkan (2004), Aksoy ve Bursa'nın (2020), araştırmasında cinsiyet değişkeni ile benlik algısı arasında, kadın öğrencilerin benlik algısı düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bireyin içinde yetiştiği kültüre göre toplumsal cinsiyet rollerinin benlik algıları üzerinde etkileri olduğu düşünülmektedir.

Ergen bireylerin yaş değişkenine göre sosyal medya tutumlarına bakıldığında, sosyal izolasyon alt boyutu ile pozitif yönde bir ilişki saptandı. Buna göre yaş arttıkça sosyal medya tutumu olarak sosyal izolasyonda da bir artma olduğu ve öğrencilerin yaşla birlikte sosyal medyadan kendilerini izole edebildikleri, kullanımına mesafe koyabildikleri söylenebilir. Literatürde yaşla birlikte sosyal medya kullanımının azalma eğilimi gösterdiği belirtilmektedir (Shah vd., 2019, Mollaoğlu vd., 2019).

Bireylerin sosyal karşılaştırmalar yapma eğilimi, Facebook'un gerçeklikten farklı bir benlik imajını taklit etmek için kullanımıyla ilişkilidir. Çünkü bu bireyler başkalarının ne hissettiğine ve ne düşündüğüne büyük ilgi gösterir. Facebook'ta sosyal karşılaştırmaya yönelik eğilim, benlik saygısının etkilerine aracılık ederek, özellikle kadınlar için önemli görünmektedir (Bergagna ve Tartaglia, 2018). Cinsiyete göre sosyal medya tutumları incelendiğinde, sosyal medya tutumu puanı kadınların erkeklerden daha yüksek olmasına rağmen, anlamlı bir fark bulunmamıştır. Otrar ve Argın'ın (2015), çalışmalarında, erkeklerin sosyal medya tutumlarının daha yüksek olduğunu tespit edilmiş, ancak sosyal medyaya ilişkin tutumlarının cinsiyetlerine bağlı olarak değişmediği görülmüştür. Öte yandan, erkeklerin sosyal medya kullanımıyla ilgili tutumları kadınlarla kıyaslandığında daha olumlu bir tutum gösterdiği sonucunu bulan çalışmalar da vardır (Alican ve Saban, 2013). Çalışmalarda sonucun kadınların lehi yönünde olması; kadınların erkeklerden daha önce ergenlik dönemine girmesi ve erkek öğrencilere göre sosyal farkındalıklarının, sosyal paylaşımlarının daha fazla olmasından kaynaklı olduğu söylenebilir.

Öğrencilerin sosyal medya tutumunun öğretmenlerle ilişki alt boyutu ve sosyal izolasyon alt boyutlarında sınıf düzeyine göre farklılaşma olduğu belirlendi. Buna göre 9. sınıf öğrencilerinin 12. sınıf öğrencilerine göre sosyal medya tutumlarının daha yüksek olduğu, sosyal izolasyon boyutunda daha olumsuz tutumları olduğu bulundu. Bir geçiş dönemi olan 9. Sınıfta, öğrencilerin sosyal olarak yeni bir ortam edinmek amacıyla sosyal medyayı kullandıkları ve sosyal medyaya yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu ve sosyal medya izolasyonlarının daha az olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, 11 ve 12. Sınıf öğrencilerinin öğretmenlerle ilişki alt boyutunda sosyal medya açısından daha olumlu tutum sergiledikleri belirlenmiştir. Bu sonuç lise son sınıf öğrencilerinin sosyal medyayı öğretmenle ilişki kurmak amacıyla kullanmaya olumlu baktıklarını gösterebilir. Akyürek'in (2020), araştırmasında, öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumları, sınıf düzeyi değişkenine bağlı olarak anlamlı bir

şekilde değişmediği ancak alt boyutlar incelendiğinde, sosyal yetkinlik ve sosyal izolasyon puanlarının, sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

Ergenlik döneminde sosyal medya kullanımı, benlik algısı düzeyini ve sosyal medyaya ilişkin tutumları etkileyebilmektedir. Yapılan çalışmalarda ergen bireylerde benlik algısı ile sosyal medyanın aşırı kullanımı arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur (Malo-Cerrato, Martín-Perpiñá ve Viñas-Poch, 2018). Buna göre, düşük benlik algısı sosyal medya kullanımını artırmakta denilebilir. Özellikle sosyal medyadan kendileri ile alakalı olumlu geri dönüt alan bireylerin, sosyal medyayı daha sık kullandıkları görülebilmektedir.

Çalışma kapsamındaki öğrencilerin ortalama $4,18 \pm 2,12$ yıldır sosyal medyayı kullandıkları tespit edildi. Benlik algıları ile sosyal medyayı kullanım yılı incelendiğinde anlamlı bir ilişki olmadığı görüldü. Ergen bireylerin sosyal medya kullanım yılı ile sosyal medya tutumları ve paylaşım ihtiyacı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptandı. Bu bağlamda sosyal medyada geçirilen zaman arttıkça sosyal medya tutumlarının ve paylaşım ihtiyacının arttığı söylenebilir. Yapılan araştırmalara bakıldığında, öğrencilerin sosyal medya tutumları ile sosyal medya kullanım sıklığı arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Otrar ve Arın (2015), tarafından yapılan araştırmaya göre, sosyal medyayı 3-4 yıl ve daha uzun süredir kullanan öğrencilerin sosyal medya tutumlarının, 1 yıldan az süredir kullanan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmamızdan elde edilen sonuçta benzer şekilde, Alican ve Saban (2013), öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi arttıkça, sosyal medyaya ilişkin tutumları olumlu yönde olduğu sonucuna varmıştır. Öğretmenlerle ilişki ve sosyal izolasyon alt boyutunda sosyal medya kullanım yılıyla ilgili bir ilişki görülmedi.

Günlük sosyal medya kullanımı ile sosyal medya tutumları, sosyal yetkinlik ve paylaşım ihtiyacı arasında anlamlı farklılık bulundu. Günlük 0-1 saat arasında sosyal medyayı kullanan öğrencilerin sosyal medya tutumları, sosyal yetkinlik ve paylaşım ihtiyaçlarının, sosyal medyayı günlük 1-3 saat ve 3-6 saat kullananlara göre daha düşük olduğu belirlendi. Bu durum günlük sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal medyaya yönelik tutumların yükseldiği şeklinde yorumlanabilir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde sonuçların çalışmamızla örtüştüğü görülmektedir (Avcı ve Sürücü 2018; Bergagna ve Tartaglia, 2018; Akyürek 2020). Diğer yandan öğrencilerin günlük sosyal medya kullanımına göre benlik algısının farklılaşmadığı tespit edildi.

Öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin kısıtlama durumları incelendiğinde, kısıtlaması olmayanlar, kendi kendine kısıtlama getirenler ve ebeveynleri tarafından kısıtlananlar arasında; benlik algıları, sosyal medya tutumları, sosyal yetkinlik, paylaşım ihtiyacı, öğretmenlerle ilişki, sosyal izolasyon açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmadı. Sosyal medyaya kısıtlama getirmek, öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarını ve benlik algılarını olumlu ya da olumsuz yönde etkilemediği söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, çalışma kapsamına alınan lise öğrencilerinin benlik algılarının olumlu olduğu ve sosyal medyaya ilişkin olumlu tutum sergiledikleri; benlik algısı ile sosyal medya tutumlarından sosyal yetkinlik ve sosyal izolasyon alt boyutlarının birbiriyle ilişkili olduğu saptandı. Yaş, sınıf düzeyi, sosyal medya kullanım yılı ve süresinin benlik algısı ve sosyal medya tutumlarını farklılaştırdığı söylenebilir. Bu sonuçlar doğrultusunda; gelişimsel bir kriz döneminde olan ergen bireylerin olumlu bir benlik algısı geliştirebilmeleri için koruyucu ruh sağlığı kapsamında ergen bireylere ve ailelerine yönelik eğitimlerin planlanması, sosyal yetkinliklerinin artırılması konusunda okul içinde ve dışında destekleyici etkinliklerin düzenlenmesi önerilebilir. Ayrıca sosyal medyaya ilişkin olumsuz tutum içinde olan bireyler için sosyal medya bağımlılığı ve ilişkili diğer bağımlılıklar konusunda bilinçlendirici çalışmalar yapılmalı ve güvenli internet, sosyal medya kullanımı ve kısıtlamalar konusunda aileler ve ergenler bilgilendirilmelidir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemişlerdir.

Yazar Katkıları: Fikir- HE; Tasarım/ Dizayn: HE, NO; Denetleme- NO; Veri toplanması ve/veya işleme- HE; Analiz ve/veya yorum- HE, NO; Yazıyı yazan-NO

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Teşekkür: Araştırmaya katılarak destek olan öğrencilere çok teşekkür ederiz.

Kaynaklar

- Adana, F., Arslantaş, H., & Şahbaz M. (2012). Lise öğrencilerinin benlik kavramlarını algılama biçimleri ve ilişkili faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 3(1), 22-29. <https://doi.org/10.5505/phd.2012.00719>.
- Aksoy, A. B., & Bursa, G. Y. (2020). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (56), 206-226. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.605304>.
- Akyürek, M. İ. (2020). Lise öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve sosyal medyaya ilişkin tutumları. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 58-92. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1171070>.
- Alican, C., & Saban, A. (2013). Ortaokul ve lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin tutumları: Ürgüp örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(35), 1-14. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/219631>.

- Avcı, Ö., & Sürücü, Ç. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya etkileşimleri. *Bartın Üniversitesi Örneği, Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 40, 500-513. <https://doi.org/10.17498/kdeniz.481355>.
- Balcı, Ş., Karakoç, E., & Ögüt, N. (2020). Sağlık çalışanları arasında sosyal medya bağımlılığı: İki boyutlu benlik saygısının rolü. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 33, 296-317. <https://doi.org/10.31123/akil.693279>.
- Bergagna, E., & Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and Facebook use. *Europe's journal of Psychology*, 14(4), 831. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>.
- Britt, R. K. (2015). Effects of self-presentation and social media use in attainment of beauty ideals. *Studies in Media and Communication*, 3(1), 79-88. <https://doi.org/10.11114/smc.v3i1.705>.
- Burrow, A. L., & Rainone, N. (2017). How many likes did I get? Purpose moderates links between positive social media feedback and self-esteem. *J Exp Soc Psychol*, 69, 232-236. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2016.09.005>.
- Cesur, A., & Dil, K. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medyada benlik sunumları ve yansımaları: Çankırı Karatekin Üniversitesi Örneği. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5 (7), 13-32. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/594039>.
- Çiftçi, H. (2018). Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması meslek yüksekokulu ve meslek lisesi öğrencileri üzerine bir inceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68),1648-1665. <https://doi.org/10.17755/esosder.407284>.
- de Vries, D. A., & Kühne, R. (2015). Facebook and self-perception: Individual susceptibility to negative social comparison on Facebook. *Pers Individ Differ*, 86, 217-221. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2015.05.029>.
- Demir, Y., & Kumcağız, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 23-42. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/689335>.
- Dilek, H., & Aksoy, B. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ile anne- babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 95-109. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1490511>.
- Dutar, Ş., Çakır, M. A., & Yeşilkılıç, B. (2019). Analysis of high school students' self concept levels according to various variables. *International Journal of Science and Education*, 1(2), 131-147. <https://dergipark.org.tr/en/download/issue-file/18730>.
- Elmalı, F. (2020). Sosyal ağ siteleri: ergenler, riskler ve tehditlerden korunma stratejileri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 439-453. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2020.20.52925-599453>.
- Erözkan, A. (2004). Lise öğrencilerinin sosyal karşılaştırma ve depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13, 1-18. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/217087>.
- Gilbert, P., Allan, S., & Trent, D. (1991): A social comparison scale: psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19 (3), 293-299. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-L](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-L).
- Harris, M. A., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1459-1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>.
- İnce, M., & Yılmaz, M. (2020). Ergenlik çağındaki çocukların sosyal medya kullanım alışkanlıklarının yalnızlaşmaya etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(2), 1111-1144. <https://doi.org/10.19145/e-gifder.725462>.
- Karayel Bilbil, E., & Atalay, D. (2020). Sosyal medya ekseninde mahremiyetin dönüşümü ve benlik inşası. *Global Media Journal: Turkish Edition*, 10(20), 176-195. https://globalmediajournaltr.yeditepe.edu.tr/sites/default/files/09_didem_atalay_emel_bilbil.pdf.
- Kavut, S. (2018). Goffman'ın benlik sunumu kuramı bağlamında sosyal medyada kimlik inşası: Instagram üzerine bir araştırma. *Nosyon: International Journal of Society and Culture Studies*, 1, 1-12. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1175349>.
- Kaya, Y., & Öz, F. (2020). Ergenlerin benlik algısı üzerinde algılanan ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin rolü: Bir yapısal eşitlik modellemesi. *Journal Psychiatric Nursing*, 112, 106-114. <https://doi.org/10.14744/phd.2020.74429>.
- Kelly, Y., Zilanawala, A., Booker, C., & Sacker A. (2018). Social media use and adolescent mental health: findings from the UK millennium cohort study. *EClinicalMedicine*, 6, 59-68. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2018.12.005>.

- Kılıç, B., Kırılı, G., & Ön Esen, F. (2017). The relationship between the usage of social media and self perception: A research on tourists. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 16(1), 70-85. <https://doi.org/10.21547/jss.283064>.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction a review of the psychological literature. *International of Journal Environmenta Research and Public Health*, 8, 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>.
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiñá, M., & Viñas-Poch, F. (2018). Excessive use of social networks: Psychosocial profile of Spanish adolescents. *Comunicar*, 56(26), 101-109. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>.
- Marino, C., Gini, G., Angelini, F., Vieno, A., & Spada, M. M. (2020). Social norms and e-motions in problematic social media use among adolescents. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100250. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100250>.
- McLoad, S. (2008): Self Concept. <https://www.simplypsychology.org/self-concept.html> (Erişim Tarihi: 24.09.2020).
- Mollaoğlu, M., Hastaoğlu, F., Başer, E., & Mollaoğlu, S. (2019). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal medya kullanım özellikleri ve tutumlarının incelenmesi. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, 4(2), 157-166. <https://doi.org/10.21733/ibad.528372>.
- Nesi, J., Burke, T. A., Bettis, A. H., Kudinova, A. Y., Thompson, E. C., MacPherson, H. A., ... & Liu, R. T. (2021). Social media use and self-injurious thoughts and behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 102038. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102038>.
- Otrar., M., & Argın, F. S. (2015). Öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 391-403. <http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/01.otrar.pdf>.
- Otrar, M., Uzel, B., & Dönmez, D. (2018). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordama gücü. *HUMANITAS-Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), 235-254. <https://doi.org/10.20304/humanitas.445913>.
- Özay, S., & Erol, D. (2020). Ergenlerin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile narsisizm arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences*, 2(1), 354-371. <https://doi.org/10.35452/caless.2020.17>.
- Oflaz, F. (2016). Toplum Ruh Sağlığı Hemşireliği. Özcan, C. T., & N, Gürhan. (Çev.Ed.) *Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinin Temelleri* (6. Baskı) (ss.751-785). [Townsend, M. C. (2013). *Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice*. FA Davis]. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi.
- Şahin, N. H., Durak, A., & Şahin, N. (1993): Sosyal Karşılaştırma Ölçeği: Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.
- Sevim, S., Aşçıoğlu Önal, A., Avşar, V., & Doğan, B. G. (2021). Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlikte olumsuz benlik kavramının yordayıcıları: akılcı olmayan inançlar, ben merkezlilik ve cinsiyetin rolü. *J Cogn Behav Psychother Res*, 10(1), 28-39. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.85009>.
- Shah, J., Das, P., Muthiah, N., & Milanaik, R. (2019). New age technology and social media: adolescent psychosocial implications and the need for protective measures. *Current Opinion in Pediatrics*. 31(1), 148-156. <https://doi.org/10.1097/MOP.0000000000000714>.
- Söner, O., & Yılmaz, O. (2020). Ergenlerin sosyal medya beğenilmeme korkularının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve benlik tasarımı. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 51-68. <https://doi.org/10.31461/ybpd.685566>.
- Tunç, Z., & Kolburan, Ş. G. (2019). Ergenlik döneminde benlik saygısı ile sigara bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, 5(1),55-70. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/736881>.
- Valkenburg, P. M., Peter, J. & Schouten, A. P. (2016). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584-588. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.584>.
- Wilcox, K., & Stephen, A. T. (2013). Are close friends the enemy? Online social networks, self-esteem, and self-control. *Journal of Consumer Research*, 40(1), 90-103. <https://doi.org/10.1086/668794>.
- Yüksel, G. (2015). Yaşam Boyu Gelişim Psikolojisi (ss.248-406), Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yüksel Şahin, F., & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, Özel Sayı, 363-377. <https://doi.org/10.21733/ibad.613902>.
- Yüksel Şahin, F., & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, Özel Sayı, 363-377. <https://doi.org/10.21733/ibad.613902>.
- Otrar., M., & Argın, F. S. (2015). Öğrencilerin sosyal medyaya ilişkin tutumlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 391-403. <http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/01.otrar.pdf>.