

GENÇ YETİŞKİNLERDE SOSYAL MEDYA KULLANIM AMAÇLARININ UMUTSUZLUĞA ETKİSİ

THE EFFECT OF SOCIAL MEDIA USAGE AIMS ON HOPELESSNESS IN YOUNG ADULTS

Ahmet TÜRK*, Sena TÜRK**

Öz

Bu araştırma sosyal medya kullanım oranının en yoğun olduğu genç yetişkinlerde sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluğa etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 18-35 yaş aralığında 147'si (%59,3) kadın ve 101'i (%40,7) erkek olmak üzere 248 genç yetişkin katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması $\bar{x}=24,96\pm 6,19$ 'dir. Araştırmada Beck Umutsuzluk Ölçeği ile Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amacı Ölçeği kullanılmıştır. Analizlerde betimleyici ve açıklayıcı istatistikler bir arada kullanılmıştır. Açıklayıcı istatistikler korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizleri kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmada genç yetişkinlerin orta düzeyde umutsuzluk yaşadıkları saptanmıştır. Bulgular umutsuzluk ile sosyal etkileşim/iletişim amaçlı kullanım ve eğitim amaçlı kullanım arasında negatif yönlü; tanıma ve tanınma amaçlı kullanım arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmada sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluğun anlamlı düzeyde yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre sosyal medyanın sosyal etkileşim/iletişim ve eğitim amaçlı kullanımı arttıkça gençlerin umutsuzluk düzeylerinin düştüğü, tanıma ve tanınma amaçlı kullanımları arttıkça umutsuzluk düzeylerinin arttığı saptanmıştır.

Anahtar Kelime: Sosyal Medya, Umutsuzluk, Genç Yetişkin.

Abstract

This study aims to investigate the effect of social media usage aims on hopelessness in young adults, where the rate of social media use is the most intense. A survey model was used in the study. 248 young adults between the ages of 18-35, 147 (59.3%) female and 101 (40.7%) male, participated in the study. The average age of the participants was $\bar{x}=24.96\pm 6.19$. Beck Hopelessness Scale and Aims of Use of Social Network Sites Scale were used in the study. Correlation and multiple linear regression analyses were used in the study. In the study, it was found that young adults experienced medium level of hopelessness. The findings show that there is a negative correlation between hopelessness and social interaction/communication aim usage and educational aim usage, and a positive correlation between social networking aim usage. In the study, it was concluded that the purposes of social media use were a significant predictor of hopelessness. Accordingly, as the use of social media for social interaction/communication and educational aims increases, the hopelessness levels of young people decrease. As the use of social media for acquaintance aims increases, the level of hopelessness increases.

Keywords: Social Media, Hopelessness, Young Adults.

* Öğr. Gör., Sinop Üniversitesi, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, E-posta: aturk@sinop.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5782-3794

** Sosyal Hizmet Uzmanı, E-posta: shu.senakaya@gmail.com, ORCID: 0009-0002-3630-9045

GİRİŞ

Küreselleşmeyle birlikte yaşanan teknolojik gelişmeler, bilgi ve iletişim alanında büyük yenilikler meydana getirmiştir. Bu gelişmeler sayesinde, yer ve zaman gibi sınırlar ortadan kalkmış ve daha hızlı, şeffaf, düşük maliyetli ve esnek bir bilgi akışı mümkün hale gelmiştir. Bunlar arasında özellikle internet, dünya çapındaki yüz binlerce kanalı birbirine bağlayan bir ağ olarak önem kazanmıştır (Vural & Öz, 2007, s.222). İnternet, insanların bilgiye olan taleplerinin artması sonucunda ortaya çıkan bilgi üretimini, depolamayı ve paylaşımı kolaylaştıran büyük bir teknoloji olarak görülmektedir (Ergen, 2018, s.54). Teknolojik alanda yaşanan değişim ve dönüşümler kişilerarası iletişim şekillerinde de önemli değişimlerin yaşanmasına yol açmıştır. Günümüzde bireyler telefon, tablet ve bilgisayar gibi teknolojik cihazlarla erken yaşlarda tanışmakta, bu cihazlar hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmektedir (Erdur-Baker & Kavşut, 2007, s.32).

Günümüzde internet kullanımında yaşanan yoğun artışın ise küreselleşmenin yanı sıra yeni medya araçlarının ortaya çıkışıyla doğrudan ilişkisi düşünülmektedir. Bu yeni medya araçlarının sosyal medya gibi yeni kavramların karşımıza çıkmasında önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Başlar, 2013, s.823). Sosyal medya, insanların internet üzerinde birbirleriyle iletişim kurmalarına ve sosyal etkinliklere katılmasına olanak tanıyan web tabanlı bir hizmettir (Ryan & Jones, 2009, s.152). Sosyal medya; iletişim, etkileşim, paylaşım ve eğitim gibi amaçlar doğrultusunda bir araya gelen bireylerin zaman ve mekân engeli olmaksızın etkileşimlerini sürdürdükleri sanal bir ortamdır (Tuncer, 2014, s.12). Bilişim teknolojilerinde yaşanan gelişmelerle birlikte sosyal medya ağlarının kullanımı da her geçen gün artarak devam etmektedir. Nitekim, Türkiye İstatistik Kurumu'nun (2023a) verilerine göre 16-74 yaş aralığında aktif internet kullanım oranı %87,1 olup bu bireylerin büyük bir çoğunluğu (%86,8) ise sosyal medya kullanmaktadır.

İnsanlar doğası gereği iletişim kurmak, eğlenmek, sosyalleşmek ve bilgi edinmek isterler (Singh & Barmola, 2015, s.98). Daha öncesinde iletişim, etkileşim, eğlence ve sosyalleşme gibi ihtiyaçlar sosyal hayatın bir parçası olarak görülürken sosyal medya platformlarının yaygınlaşmasıyla birlikte bu durum yerini sosyal medya ağlarına bırakmıştır. Bu bağlamda sosyal medya platformları bireylere sunduğu imkanlar ve olanaklardan dolayı sosyal etkileşim sağlama, boş zamanı değerlendirme, eğlenme, gündemi takip etme, içerik paylaşma, sosyal arkadaşlıklar kurma ve bilgi edinme gibi çeşitli amaçlarla kullanılmaktadır (Bardak & Yalçınkaya-Alkar, 2016, s.56; Diker & Taşdelen, 2017, s.190). Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK, 2023a) verileri yaş açısından incelendiğinde internet kullanım oranının 16-24 yaş

arasındaki bireylerde %96,6 ve 25-34 yaş arasındaki bireylerde %97,7 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda internet ve sosyal medyanın akıllı mobil cihaz kullanabilen her yaştan bireyin ilgi odağı olmasına karşın özellikle genç yetişkinler için kitle iletişim aracı olarak önemli bir yer edindiği söylenebilir. Sosyal medya platformları özellikle gençler arasında haber alma, eğlence, arkadaşlık kurma, yeni insanlarla tanışma, ilgi alanları ve kariyer hedeflerine yönelik bilgi edinme gibi amaçlarla kullanılmaktadır (Çerçi vd., 2020, s.192; Ürkmez & Eskicumalı, 2021, s.121; Üstündağ, 2022, s.179).

Sosyal medya platformları, sosyal destek sağlama, bireyler arası etkileşimi kolaylaştırma, kendini ifade etme, benlik saygısını geliştirme ve bilgi alışverişini hızlandırma gibi olumlu işlevlerinin yanı sıra olumsuz sonuçlara da yol açabilmektedir. Bu bağlamda, bu teknolojilerin bilinçli ve dengeli bir şekilde kullanılması, bireylerin sosyal hayatlarını olumlu bir şekilde etkilemesi açısından önemlidir. Nitekim, Xu & Tan (2012) tarafından yapılan bir araştırmada günümüz dünyasında bireylerin gün içerisinde yoğun bir şekilde sosyal medyada zaman geçirdikleri ve bu durumun da bireylerde bazı sosyal ve psikolojik sorunlara yol açabileceği ortaya konulmuştur. Sosyal medya ağlarının yoğun ve uzun süreli kullanımı bireylerde bağımlılık durumunu meydana getirerek bireylerin sosyal hayattan soyutlanmasına, yalnızlaşmasına, umutsuzluk ve depresyon gibi ruhsal sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir (Papacharissi & Rubin, 2000, s.176).

Umutsuzluk, bireylerin geleceğe yönelik olumsuz beklentiler içerisinde olması, geleceğe ilişkin olumsuz duygular beslemesi ve olumlu şeylerin olacağına dair motivasyonlarını kaybetmesiyle karakterize edilebilecek bir ruhsal sorun olarak tanımlanmaktadır (Seber vd., 1993, s.139). Beck'in (1963, s.328) bilişsel modeline göre umutsuzluk depresyonun önemli bir bileşenidir. Umutsuzluğa dayalı gelişen depresyon durumu intihar için bir risk faktörüdür (Seber vd., 1993, s.139). Yapılan çalışmalar gençlerde umutsuzluğun yaygın olarak görüldüğünü ortaya koymaktadır (İmamoğlu, 2017; Öztürk vd., 2023a; Ulucan vd., 2011). Aynı zamanda gençlerde sosyal medya kullanımıyla ilgili yapılan araştırmalarda umutsuzluk ön plana çıkan bir ruhsal sorun olarak dikkat çekmektedir (Çelik, 2019; Öztürk vd., 2023a; Öztürk vd., 2023b).

Yukarıda verilen bilgiler ışığında genç yetişkinlerde sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzlukla ilişkisi ve gençlerin sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluk düzeylerini ne düzeyde ne yönde etkilediği merak konusu olmuştur. Yapılan literatür incelemesinde gençlerin umutsuzluk düzeyleri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara (Çelik, 2019; Öztürk vd., 2023a; Öztürk vd., 2023b) rastlanmakla birlikte gençlerin sosyal medya kullanım amaçları bağlamında umutsuzluk düzeylerini inceleyen

çalışmaya rastlanılmamıştır. Yukarıda verilen bilgiler ve literatürdeki boşluktan hareketle bu çalışmanın amacı genç yetişkinlerin sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluğa etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- 1- Genç yetişkinlerin umutsuzluk seviyeleri ne düzeydedir?
- 2- Genç yetişkinlerin sosyal medyayı kullanım amaçları ile umutsuzluğu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3- Genç yetişkinlerin sosyal medyayı kullanma amaçları umutsuzluğun ne yönde ne düzeyde yordayıcısıdır?

1. Yöntem

1.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada araştırmanın amacı doğrultusunda değişkenler arasındaki değişimin birlikte varlığını ve düzeyini ortaya koymayı amaçlayan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2003, s.77).

1.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 18-35 yaş aralığındaki genç yetişkinlerden oluşmaktadır. TÜİK (2023b) verilerinde yaş aralıkları beşerli olarak verildiğinden 18-35 yaş arası genç yetişkinlerin sayısına ilişkin kesin bir bilgi elde edilememiştir. Evreninin tam olarak sayısının belirlenemediği durumlarda $n=(t^2 \times p \times q) \div d^2$ formülü ile evreni temsil eden örneklem hacmi hesaplanabilmektedir (Sümbüloğlu & Sümbüloğlu, 2016, s.213). Söz konusu formüldeki değerler yerine konulduğunda 245 kişinin evreni temsil eden minimum örneklem sayısı olduğu hesaplanmıştır $[n=(1,96)^2 \times (0,80) \times (0,20) \div (0,05)^2]$. Araştırma kapsamında 259 kişiye ulaşılmıştır. Ölçme aracını eksik/hatalı dolduran 11 kişi araştırmadan çıkarılmış olup araştırma 248 kişiyle gerçekleştirilmiştir.

1.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada sosyodemografik özelliklere ilişkin Kişisel Bilgi Formu ile Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amacı Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır.

1.3.1. Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amacı Ölçeği

Karal & Kokoç (2010) tarafından geliştirilen ölçekte 5'li likert (1=Kesinlikle katılmıyorum...5=Tamamen katılıyorum) tipinde cevaplanan 14 madde bulunmaktadır. Ölçekte sosyal medyanın sosyal etkileşim/iletişim amaçlı (7 madde), tanıma ve tanınma amaçlı

(3 madde) ve eğitim amaçlı (4 madde) kullanımını ölçen üç alt boyut bulunmaktadır. Karal & Kokoç'un (2010, s.257) çalışmasında iç tutarlılık katsayıları tüm ölçek için $\alpha=0,83$; sosyal etkileşim/iletişim amaçlı kullanım alt boyutu için $\alpha=0,80$; tanıma ve tanınma amaçlı kullanım alt boyutu için $\alpha=0,74$ ve eğitim amaçlı kullanım alt boyutu için $\alpha=0,66$ olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise bu değer sırasıyla $\alpha=0,84$; $\alpha=0,70$; $\alpha=0,80$; $\alpha=0,82$ 'dir.

1.3.2. Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe adaptasyonunu Seber ve arkadaşları (1993) yapmıştır. İki seçenekli (Evet, Hayır) cevaplar içeren ölçekte toplam 20 madde bulunmaktadır. Ölçeğin 11 maddesinde hayır yanıtı 9 maddesinde evet yanıtı 1 puan olarak puanlanmaktadır. Puanlama sonucunda elde edilen aritmetik toplam arttıkça bireylerin umutsuzluk düzeyleri artmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı Beck ve arkadaşlarının (1974, s.862) çalışmasında $\alpha=0,93$; Seber ve arkadaşlarının (1993, s.141) çalışmasında $\alpha=0,86$; bu çalışmada ise $\alpha=0,92$ olarak hesaplanmıştır.

1.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma kapsamında verilerin toplanmasından önce Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 03.11.2023 tarih ve 2023/208 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmada veriler çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Kolayda ve kartopu örnekleme yöntemleri kullanılarak 252 kişiye ulaşılmıştır. Normallik varsayımının karşılandığı gözlenen verilerin analiz sürecinde parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici ve açıklayıcı istatistikler bir arada kullanılmıştır. Betimleyici istatistiklerin ardından açıklayıcı istatistiklerde Pearson korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırma kapsamında veriler %95 güven aralığında ve 0,05 hata payında analiz edilmiştir.

2. Bulgular

2.1. Sosyodemografik Özelliklere İlişkin Betimleyici İstatistikler

Araştırmaya katılan 248 genç yetişkinin 147'si (%59,3) kadın ve 101'i (%40,7)'si erkektir. Katılımcıların 215'i (%86,7) bekar ve 33'ü (%13,3) evlidir. Genç yetişkinlerin yaş ortalaması $\bar{x}=24,96\pm 6,19$ 'dır. Günlük ortalama sosyal medya kullanım süresi $\bar{x}=5,91\pm 1,95$ saat olan genç yetişkinlerin 119'u (%48) en sık Instagram kullandığını belirtirken 88'i (%35,5) Twitter, 41'i (%16,5) diğer sosyal medya platformlarını kullandığını ifade etmiştir.

2.2. Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Değişkenler Arası İlişki

Araştırmada gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi amacıyla betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Analiz sonucunda gençlerin sosyal medyayı sosyal etkileşim/iletişim amacıyla kullanma ortalamasının $\bar{x}=3,28\pm0,78$; tanıma ve tanınma amacıyla kullanma ortalamasının $\bar{x}=2,09\pm1,02$; eğitim amacıyla kullanma ortalamasının $\bar{x}=3,33\pm1,10$ olup umutsuzluk ortalamasının $\bar{x}=10,02\pm6,24$ olduğu saptanmıştır. Buna göre orta düzeyde umutsuzluk yaşayan gençler çoğunlukla sosyal etkileşim/iletişim ve eğitim amacıyla sosyal medya kullanmaktadır.

Araştırmada umutsuzluk ile sosyal medya kullanım amaçları arasındaki ilişkiyi incelemek adına Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda umutsuzluk ile sosyal etkileşim/iletişim amaçlı kullanım ($r=-0,165$; $p<0,01$) ve eğitim amaçlı kullanım ($r=-0,258$; $p<0,01$) arasında negatif yönde; umutsuzluk ile tanıma ve tanınma amaçlı kullanım ($r=0,147$; $p<0,01$) arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde düşük bir ilişkinin varlığı saptanmıştır.

Tablo 1. Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Değişkenler Arası İlişki

Değişkenler	n	Min.	Max.	\bar{x}	ss	1	2	3	4
1. Sosyal Etkileşim/İletişim AK	248	1,00	5,00	3,28	0,78	1			
2. Tanıma ve Tanınma AK	248	1,00	5,00	2,09	1,02	,495**	1		
3. Eğitim Amaçlı Kullanım	248	1,00	5,00	3,33	1,10	,486**	,313**	1	
4. Umutsuzluk	248	0,00	20,00	10,02	6,24	-,165**	,147**	-,258**	1

** $p<0,01$; AK= Amaçlı Kullanım

2.3. Sosyal Medya Kullanım Amaçlarının Umutsuzluğa Etkisi

Araştırmada sosyal medya kullanım amaçlarının gençlerin umutsuzluk düzeylerine etkisinin ortaya konulması adına çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analizde regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmüştür ($F_{(3,244)}=12,863$; $p<0,05$). Analiz sonucunda gençlerde sosyal medyanın sosyal etkileşim/iletişim amaçlı kullanımını ($\beta=-0,187$; $p<0,05$) ve eğitim amaçlı kullanımının ($\beta=-0,261$; $p<0,05$) negatif yönlü, tanıma ve tanınma amaçlı kullanımının ($\beta=0,301$; $p<0,05$) pozitif yönlü umutsuzluğun anlamlı birer yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Bulgudan sosyal medyanın sosyal etkileşim/iletişim ve eğitim amaçlı kullanımını arttıkça gençlerin umutsuzluk düzeylerinin düştüğü, tanıma ve tanınma amaçlı kullanımları arttıkça umutsuzluk düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama düzeyinin $R^2=0,14$ olduğu tespit edilmiş olup bulgu gençlerin

umutsuzluk düzeylerindeki toplam varyansın %14'ünün bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı göstermektedir.

Tablo 2. Sosyal Medya Kullanım Amaçlarının Umutsuzluğa Etkisi

Değişkenler	β	t	p	Tolerance	VIF	Durbin-Watson	R ²
Sosyal Etkileşim/İletişim AK	-,187	-2,508	,01*	,634	1,578		
Tanıma ve Tanınma AK	,301	4,380	,00*	,748	1,336	1,94	,14
Eğitim Amaçlı Kullanım	-,261	-3,819	,00*	,757	1,322		

*p<0,05; AK= Amaçlı Kullanım

TARTIŞMA

Bu araştırma gençlerin umutsuzluk düzeylerinin tespit edilmesi ve sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluğa etkisini incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın amacı doğrultusunda verilerin analizinde betimleyici ve açıklayıcı istatistikler uygulanmıştır. Analizlerden elde edilen sonuçlar yapılan çalışmalar ve teorik açıklamalar çerçevesinde yorumlanmıştır.

Araştırmada elde edilen ilk bulgu, gençlerin orta düzeyde umutsuzluk yaşadıklarıdır. Araştırmanın bulgusu literatürdeki çalışmaların bulgularıyla benzerlik göstermektedir (İmamoğlu, 2017; Öztürk vd., 2023a; Ulucan vd., 2011). Bulgunun ortaya çıkmasında cinsiyet faktörünün etkili olduğu düşünülmektedir. Nitekim araştırmada gençlerin umutsuzluk düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde cinsiyet açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşma olduğu görülmektedir ($t_{(246)}=3,023$; $p<0,05$). Bulgudan erkek katılımcıların umutsuzluk ortalamasının ($\bar{x}=11,45\pm 5,96$) kadın katılımcıların umutsuzluk ortalamasından ($\bar{x}=9,04\pm 6,25$) daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgu erkeklerin daha umutsuz olduğunu ortaya koyan çalışmaların bulgularını destekler niteliktedir (Durak-Batıgün, 2005; Oğuztürk vd., 2011; Özmen vd., 2008; Öztürk vd., 2023b). Toplumsal yapı içerisinde kadın ve erkeklere bakış açısı farklılık göstermektedir (Tire, 2020, s.77). Bu farklılıkların da gençlerin umutsuzluk düzeylerinin cinsiyet açısından farklılaşmasına neden olduğu düşünülmektedir. Erkeklerin güçlü, bağımsız ve duygusal olarak kendini göstermemesi gerektiği gibi stereotipler (Bilican-Gökkaya, 2019, s. 76), erkeklerin umutsuzluk hissetme konusunda daha fazla baskı altında hissetmelerine neden olabilir. Toplumsal cinsiyet rolleri ve beklentileri, erkeklerin duygusal zorluklarını ifade etme konusunda engel oluşturabilir. Erkeklerin genellikle güçlü olmaları beklenirken, duygusal zorlukları paylaşma veya destek arama gibi davranışlar, toplumsal normlara uymadığı düşünülerek bastırılabilir. Bu durum da erkeklerin duygusal sıkıntılarını

ifade etmekten kaçınmalarına ve içlerinde biriken umutsuzluk hissiyatını artırmasına yol açabilir.

Araştırmanın ikinci bulgusu sosyal medyanın sosyal etkileşim/iletişim amacıyla kullanımı ile umutsuzluk arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ve sosyal etkileşim/iletişim amacıyla sosyal medya kullanımının umutsuzluğu negatif yönde etkilediğidir. Yapılan araştırmalar gençlerin sosyal medyayı yoğunlukla bir iletişim ve etkileşim aracı olarak kullandıklarını, bir boş zamanı değerlendirme aktivitesi ve sosyalleşme alanı olarak gördüklerini ortaya koymaktadır (Çerçi vd.,2020; Ürkmez ve Eskicumalı, 2021; Üstündağ, 2022). Gençlerin arkadaşlarıyla bağlantı kurmalarına ve etkileşime girmelerine olanak tanıyan sosyal medya sosyal destek sistemlerinin güçlenmesine yardımcı olabilir (Üstündağ, 2022, s.183). Sosyal medya aracılığıyla benzer ilgi alanlarına sahip gençler bir araya gelerek iletişim ve etkileşim kurabilir. Bu tür etkileşimler, gençlerin umutlarını artırarak olumlu duygusal deneyimler yaşamalarına yardımcı olabilir. Nitekim Üstündağ (2022) tarafından yapılan araştırmada gençlerin sosyal medyayı sosyal destek ihtiyaçlarını giderme aracı olarak gördükleri ortaya konulmuştur. Bununla birlikte literatürde bireylerin kendilerini ifade edebilme, başkalarıyla bağlantı kurabilme ve topluma aidiyet gibi psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmek için sosyal medya platformlarına yöneldiği ifade edilmektedir (Nowland vd., 2018, s.78; Quan-Haase & Young, 2010, s.352). Gençlerin sosyal medyada etkileşim ve iletişim halinde olmasının söz konusu sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının giderilmesinde rol oynadığı böylece bu durumun umutsuzluk düzeylerinin düşmesinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın üçüncü bulgusu sosyal medyanın tanıma ve tanınma amacıyla kullanımı ile umutsuzluk arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu; sosyal medyanın tanıma ve tanınma amacıyla kullanımının umutsuzluğu pozitif yönde etkilediğidir. Sosyal medyanın gençler üzerindeki etkisi karmaşık bir yapıya sahiptir. Önceleri iletişim, etkileşim, eğlenme, kendini ifade etme ve sosyalleşme gibi ihtiyaçlarını sosyal hayatta gideren bireyler, sosyal medya ağlarının yaygınlaşmasıyla bu ihtiyaçlarını sosyal medya aracılığıyla gidermeye başlamıştır. Bu durum da bireylerde sosyal medya bağımlılığının artmasına neden olarak bireylerin sosyal yaşamdan soyutlanmasına ve ruhsal sorunlar yaşamasına yol açabilmektedir (Papacharissi & Rubin, 2000, s.176). Nitekim bu çalışmada da gençlerin günlük yalnızca sosyal medya kullanım sürelerinin ($\bar{x}=5,91\pm 1,95$) oldukça yüksek olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte gençler sosyal medyada geçirdikleri sürenin büyük bir çoğunluğunu Instagram (%48) ve Twitter (%35,5) gibi tanıma ve tanınma amacının yoğunlukla kullanıldığı sosyal medya sitelerinde geçirmektedir. Söz konusu sosyal medya platformlarının bireylerin gerçeklik algısını olumsuz

yönde etkilediği ve sanal bir gerçeklik oluşturduğu ifade edilmektedir (Köse, 2015, s.60). Bu sanal gerçeklikte sunulan mükemmellik algısı, beğeni ve takipçi sayılarına dayalı popülerite yarışı gibi unsurlar, gençlerin kendilerini yetersiz hissetmelerine veya başkalarıyla karşılaştırmalarına neden olabilir. Başkalarının mükemmel hayatlarını veya başarılarını sürekli olarak görüntüleyerek, kendi yaşamlarını eksik veya yetersiz hissedebilirler. Bu durum, kendilerine olan güvenlerini azaltabilir ve umutsuzluğa yol açabilir.

Araştırmanın son bulgusu sosyal medyanın eğitim amacıyla kullanımı ile umutsuzluk arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ve sosyal medyanın eğitim amacıyla kullanımının umutsuzluğu negatif yönde etkilediğidir. İnternet ve sosyal medya ağlarının boş zamanı değerlendirme, iletişim ve etkileşim kurma, sosyalleşme ve eğlenceli vakit geçirme gibi işlevlerinin (Çerçi vd., 2020, s.192; Ürkmez & Eskicumalı, 2021, s.121; Üstündağ, 2022, s.179) yanı sıra eğitim, bilgi edinme, kişisel gelişim sağlama gibi işlevleri de bulunmaktadır (Ahn, 2011, s.1436; Kindi & Alhashmi, 2012, s.3; Papacharissi & Rubin, 2000, s.176). Bu noktada sosyal medya ağları, genellikle birçok farklı kaynağa kolayca erişim, ders materyallerine, tartışmalara ve uzman görüşlerine hızlıca ulaşılmasına olanak sağlayabilmektedir. Sosyal medya platformları, öğrencilere ve eğitimcilere etkileşim ve işbirliği fırsatları sunarak tartışmaların, fikir alışverişlerinin ve öğrenme deneyimlerinin zenginleştirilmesini sağlayabilir (Sistek-Chandler, 2012, s.78; Tess, 2013, s.60). Bu da gençlerin öğrenme motivasyonunu artırıp gelecek hedefleri ve planları hakkında daha donanımlı hissetmelerine ve dolayısıyla umutlarını artırmalarına yardımcı olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulgular genç yetişkinlerin sosyal medya kullanım amaçlarının umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Buna göre bu araştırmada genç yetişkinlerin orta düzeyde umutsuzluk yaşadığı; sosyal etkileşim/iletişim ve eğitim amacıyla sosyal medya kullanan genç yetişkinlerin umutsuzluk düzeylerinin daha düşük olduğu; tanıma ve tanınma amacıyla sosyal medya kullanan genç yetişkinlerin ise umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada genç yetişkinlerin sosyal medya kullanımlarının ruh sağlığı üzerindeki etkisi dikkat çekmektedir. Bu bağlamda bundan sonra yapılacak araştırmalarda sosyal medya kullanım amaçlarının kişilik, yalnızlık, depresyon, sosyal kaygı, bağımlılık ve bilinçli farkındalık gibi değişkenlerle incelenmesi günümüz dünyasını yoğun bir şekilde etkisi alan sosyal medyanın bireyler üzerindeki etkilerinin ortaya konulması adına önerilebilir.

Yapılan öncü çalışmalar ve kuramsal açıklamalar umutsuzluğun depresyon, madde kullanımı ve intihar düşünceleri gibi önemli ruhsal sorunların belirleyicilerinden bir olduğunu ortaya koymaktadır. Bu noktada özellikle gençlerin umutsuzluk düzeylerinin düşürülmesi, daha ileri düzey ruhsal problemlerin önlenmesi adına önleyici ruh sağlığı hizmetlerinin işlevselliğinin artırılması gerekmektedir. Ruh sağlığı hizmetlerinin işlevselliğinin bu hizmetlere erişilebilirlikle yakından ilişkili olduğu söylenebilir. Buradan hareketle özellikle ruh sağlığı hizmetlerinin en yerele kadar indirilmesi adına aile sağlığı merkezlerinde psikologlar ve sosyal hizmet uzmanlarından oluşan önleyici ruh sağlığı hizmetlerinin verilmesi ve yaygın bir şekilde bu hizmetlerin sunulması önerilmektedir (Öztürk vd., 2023a, s.48; Türk vd., 2022, s.269).

Bununla birlikte genç yetişkinlerin internet ve sosyal medya gibi dijital kaynaklı sosyal ve psikolojik sorunlar yaşamasının önlenmesi ve sosyal medya platformlarını daha işlevsel amaçlar doğrultusunda kullanmaları adına genç yetişkinlere dijital okuryazarlık faaliyetleri kapsamında eğitimler verilerek sosyal medyayı daha işlevsel kullanmaları adına adımlar atılabilir. Dijital okuryazarlık eğitimleri sayesinde gençlerin sosyal medyada paylaşılan içeriklerin gerçeklikten farklı olabileceğini anlaması, negatif etkileşimlere neden olan içeriklerin sınırlandırılması, pozitif ve destekleyici içeriklere katılımlarının teşvik edilmesi ve sosyal medya kullanımı noktasında daha bilinçli olmaları sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Ahn, J. (2011). The effect of social network sites on adolescents' social and academic development: Current theories and controversies. *Journal of the American Society for information Science and Technology*, 62 (8), 1435-1445. <https://doi.org/10.1002/asi.21540>
- Bardak, F., & Yalçinkaya-Alkar, Ö. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanım amaçlarına göre internet bağımlılığı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 17 (2), 55-65.
- Başlar, G. (2013). Yeni medyanın gelişimi ve dijitalleşen kapitalizm. *Akademik Bilişim*, (1), 823-831.
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression: I idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of General Psychiatry*, 9 (4), 324-333. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1963.01720160014002>
- Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The hopelessness scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(6), 861-865. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0037562>
- Bilican-Gökkaya, V. (2019). Toplumsal sorun alanlarından; toplumsal cinsiyet, kadın ve eğitim. Y. Daşlı (Ed.), *Sosyal Sorunlarda Güncel Tartışmalar*, (ss. 73-88) içinde. Anı Yayınları.
- Çelik, K. (2019). *Üniversite öğrencilerinin Facebook kullanımının umutsuzluk ve depresyonla ilişkisi* (YÖK Tez Merkezi, Yüksek Lisans). Üsküdar Üniversitesi.
- Çerçi, Ü. Ö., Canöz, N., & Canöz, K. (2020). Covid-19 krizi döneminde bilgilendirme aracı olarak sosyal medya kullanımı. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (44), 184-198.
- Diker, E., & Taşdelen, B. (2017). Sosyal medya olmasaydı ne olurdu? Sosyal medya bağımlısı gençlerin görüşlerine ilişkin nitel bir araştırma. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, (17), 189-206.
- Durak-Batıgün, A. D. (2005). İntihar olasılığı: Yaşamı sürdürme nedenleri, umutsuzluk ve yalnızlık açısından bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 29-39.
- Erdur-Baker, Ö., & Kavşut, F. (2007). Cyber bullying: A new face of peer bullying. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42.
- Ergen, Y. (2018). Büyük veri, sosyal medya ve etik: Facebook örneğinde bir değerlendirme. *Yeni Düşünceler*, (10), 53-64.
- İmamoğlu, G. (2017). Resim eğitimi ve temel eğitim öğrencilerinde umutsuzluk ve kişilik özelliklerinin incelenmesi. *İdil Sanat ve Dil Dergisi*, 6(37), 2489-2504.
- Karal, H., & Kokoç, M. (2010). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanım amaçlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 1(3), 251-263.

- Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemi* (12.Baskı). Nobel Yayın.
- Kindi, S.S.A., & Alhashmi, S. M. (2012). Use of social networking sites among Shinas College of Technology students in Oman. *Journal of Information & Knowledge Management*, 11(1), 1250002. <https://doi.org/10.1142/S0219649212500025>
- Köse, A. (2015). Hayat oyununun yeni perdesi: Sosyal ağlar ve gerçeklik algısının değişimi. *Academic Journal of Information Technology*, 6 (18), 57-70. <https://doi.org/10.5824/1309-1581.2015.1.004.x>
- Nowland, R., Necka E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and social internet use: pathways to reconnection in a digital world? *Perspectives on Psychological Science*. 13(1), 70-87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>
- Oğuztürk, Ö., Akça, F., & Şahin, G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 14 (3), 173-184.
- Özmen, D., DüNDAR, E., Çetinkaya, A., Taşkın, O., & Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(1), 8-15.
- Öztürk, M., Türk, A., Gönültaş, B.M., & Aydemir, İ. (2023a). Mediator role of social media use on the effect of negative emotional state of young adults on hopelessness during COVID-19 outbreak. *Journal of Archives of Health Sciences and Research*, 10 (1), 44-49. <http://dx.doi.org/10.5152/ArcHealthSciRes.2022.22096>
- Öztürk, M., Ünal, V., Türk, A., & Temiz, S. (2023b). Pandemi sonrası bireylerin umutsuzluğunun farklı değişkenler açısından kuşaklara göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi* (21), 56-71. <https://doi.org/10.46218/tshd.1233382>
- Papacharissi, Z., & Rubin, A. M. (2000). Predictors of internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44 (2), 175-196. https://doi.org/10.1207/s15506878jobem4402_2
- Quan-Haase, A., & Young, A. L. (2010). Uses and gratifications of social media: a comparison of facebook and instant messaging. *Bulletin of Science Technology & Society*, 30(5), 350-361. <https://doi.org/10.1177/0270467610380009>
- Ryan, D., & Jones, C. (2009). *Understanding digital marketing: marketing strategies for engaging the digital generation*. Kogan Page.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C., & Tekin, D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirliği. *Kriz Dergisi*, 1(3), 139-142.
- Singh, N., & Barmola, K. C. (2015). Internet addiction, mental health, and academic performance of school students/adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, 2 (3), 98-108. <https://doi.org/10.25215/0203.053>
- Sistek-Chandler, C. (2012). Connecting the digital dots with social media and Web 2.0 technologies, *Journal of Research in Innovative Teaching*, 5 (1), 78-87.

- Sümbüloğlu, K., & Sümbüloğlu, V. (2016). *Biyoistatistik*. Hatiboğlu Yayınevi.
- Tess, P. A. (2013). The role of social media in higher education classes (real and virtual) - A literature review. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 60-68. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.032>
- Tire, O. (2020). *Kültür ve toplumsal cinsiyet*. E. Dikici & O. Bingöl (ed.), *Kültür ve Sosyoloji* (ss.75-96) içinde. Eğitim Yayınları.
- Tuncer, E. (2014). *Sosyal medya imparatorluğu: Patron*. Akis Yayınları.
- TÜİK-Türkiye İstatistik Kurumu. (2023a, 29 Ağustos). *Hanehalkı bilişim teknolojileri (bt) kullanım araştırması, 2023*. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407) (Erişim Tarihi: 10 Aralık 2023).
- TÜİK-Türkiye İstatistik Kurumu. (2023b, 6 Şubat). *Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2022*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=49685> (Erişim Tarihi: 2 Ekim 2023).
- Türk, A., Öztürk, M., & Bilican-Gökkaya, V. (2022). Depresyon, anksiyete, stres ve gelecek kaygısı arasındaki ilişkinin kanonik korelasyon analizi ile incelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 4 (3), 262-270. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.22.3.06>
- Ulucan, H., Kılınç, M., Kaya, K., & Türkçapar, Ü. (2011). Beden Eğitimi Spor yükseköğretimlerinde öğrenimlerine devam eden öğrencilerin umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 344-351.
- Ürkmez, S., & Eskicumalı, A. (2021). Kullanımlar ve doyumlar teorisi çerçevesinde COVID-19 pandemi sürecinde bireylerin sosyal medya kullanım motivasyonları: Instagram örneği. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(2), 111-129.
- Üstündağ, A. (2022). Ergenlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal destek algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(42), 169-190.
- Vural, İ., & Öz, M. (2007). Bir reklam mecrası olarak internet. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(2), 221-240.
- Xu, H., & Tan, B.C. (2012). Why do I keep checking Facebook: Effects of message characteristics on the formation of social network services addiction. <https://aisel.aisnet.org/icis2012/proceedings/ResearchInProgress/31/> (Erişim Tarihi: 11 Aralık 2023).