

Sosyal Ağların Gölgesinde: Lise Öğrencileri Üzerindeki Sosyal Medya Etkilerinin Çok Yönlü Analizi

In the Shadow of Social Networks: A Multifaceted Analysis of Social Media Effects on High School Students

Davut AÇAR*

Abdulkadir DEMİR**

Makale Bilgisi

Geliş Tarihi: 11.06.2024
Kabul Tarihi: 03.11.2024

Doi: tsadergisi.1499660

Anahtar Sözcükler:

Sosyal medya etkileri
lise öğrencileri
sosyal ağlar
FOMO

ÖZET

Bu araştırma lise öğrencileri arasında sosyal medya kullanımının kapsamlı etkilerini ele almaktadır ve dijital çağın bu önemli fenomeninin gençler üzerindeki hem olumlu hem de olumsuz sonuçlarını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Araştırma fenomenolojik bir metodoloji kullanarak, 22 lise öğrencisi ile yürütülmüş derinlemesine mülakatlar ile ele alınmıştır. Bu yöntem öğrencilerin sosyal medya deneyimlerini, algılarını ve bu platformların günlük yaşamları üzerindeki etkilerini kapsamlı bir şekilde anlamayı amaçlamaktadır. Öğrenciler, sosyal medyayı eğitim materyallerinden kişisel bakıma, modadan sosyal ilişkilere kadar geniş bir içerik yelpazesi için kullanmışlardır. Bu platformlar öğrencilere benzer ilgi alanlarına sahip akranlarla bağlantı kurma ve sosyal destek ağlarını genişletme imkânı sunarak, sosyal bağlarını pekiştirmelerine ve kültürel açıdan zenginleşmelerine olanak sağlamıştır. Ayrıca sürekli bilgi akışına maruz kalmak, bilgilerin aşırı yüklenmesine ve önemli bilgilerin unutulmasına neden olabilmektedir. Bu durum öğrenciler arasında artan bir yorgunluk ve bıkkınlık hissine yol açmakta, akademik performansları üzerinde dikkat dağınıklığı ve stres gibi olumsuz psikolojik etkiler yaratmaktadır. Bu bakımdan bu araştırma, sosyal medyanın gençler üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak ve yönlendirmek için eğitimcilerin sosyal medya kullanımını dikkatle izlemeleri ve öğrencilere sağlıklı kullanım alışkanlıkları kazandırmak amacıyla destekleyici stratejiler geliştirmelerinin önemini vurgulamaktadır.

Article Information

Submission: 11.06.2024
Acceptance: 03.11.2024

Doi: tsadergisi.1499660

Key Words:

Social media effects
high school students
social networks
FOMO

ABSTRACT

This research addresses the comprehensive effects of social media use among high school students. It aims to uncover both the positive and negative outcomes of this significant phenomenon in the digital age. Employing a phenomenological methodology, the study was conducted through in-depth interviews with 22 high school students. This method seeks to comprehensively understand students' experiences, perceptions, and the impacts of these platforms on their daily lives. Students have utilized social media for a wide array of content ranging from educational materials to personal care, fashion, and social relationships. These platforms have provided students with opportunities to connect with peers who have similar interests and to expand their social support networks, thereby enhancing their social connections and cultural enrichment. Additionally, constant exposure to an information stream can lead to information overload and forgetting important information. This situation has led to increased feelings of fatigue and ennui among students, creating adverse psychological effects such as decreased attention span and increased stress on academic performance. Consequently, this research underscores the importance of educators carefully monitoring social media use and developing supportive strategies to instill healthy usage habits among students, to better understand and guide the effects of social media on youth.

Atıf İçin

Açar, D. & Demir, A. (2025). Sosyal ağların gölgesinde: Lise öğrencileri üzerindeki sosyal medya etkilerinin çok yönlü analizi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 29(1), 38-56. doi: tsadergisi.1499660

* Öğr. Gör., Hakkari Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Myo, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri, Hakkari, davudacarr@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4877-9036>

** Lisansüstü Mezunu, Hakkari Üniversitesi, Hakkari, demirabdlkadir@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4919-7396>

GİRİŞ

İçinde bulunduğumuz dönem, dijital çağ olarak nitelendirilmekte ve bu çağ; teknolojinin hızlı değişimi, anında bilgi erişimi, geniş çaplı bağlantılar ve sürekli iletişim olanakları ile karakterize edilmektedir. Dijital çağın özellikleri, dünyanın dört bir tarafında artık kaçınılmaz biçimde kabul edilmekle birlikte, bu durum çeşitli dijital teknolojilerin sürekli gelişimiyle belirginleşmektedir (Bildt, 2017). Bu dönemde özellikle mobil iletişimler, gelişmekte olan ülkeler için önemli fırsatlar sunmakla birlikte sanayideki devrimler, önceki yüzyıllarda gerçekleştiği ülkeler için de büyük bir rol oynamaktadır (Romansky & Noninska, 2020). Dijitalleşme, toplum ve ekonomiyi dönüştürmekte; iletişim, erişim ve fırsatların türünü önemli ölçüde değiştirmektedir (Gallardo-Echenique, 2019). Yaşanılan dijital çağın temel bir özelliği olarak bilgi odaklılık, dijital temsil, sanal ve yenilikçi doğa, ağlar arası etkileşimler gibi unsurlar ön plana çıkmaktadır (Romansky & Noninska, 2020).

Dijital çağda insanların günlük yaşamlarında en çok kullandığı araçlardan birinin internet ve sosyal medya olduğu yadsınamaz gerçek bir olgudur. 2024 yılı güncel raporlara bakıldığında dünya geneli internet kullanımı 5,35 milyar insana ulaşmış, ortalama günlük internet kullanımı 6 saat 40 dakika olmuş ve internet kullanımı yaş aralığı ise en çok 16-24 olarak ortaya çıkmış; bu bireylerin de en çok mesajlaşma ve sosyal medya kullanıcısı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu güncel raporda Türkiye, dünya sosyal medya kullanım süresi sıralamasında 14. sırada yer almaktadır (We Are Social, 2024).

Araştırma sonuçlarında görüldüğü üzere sosyal medya kullanımı gençler içinde en çok zaman geçirilen uygulamaların başında gelmektedir. Bu durum ise gençlerin sosyal medya kullanımının etkilerinin olumlu/olumsuz yönleri ile birlikte araştırılmasına neden olmuştur. Sosyal medya kullanımı gençlerin iletişim kurma, sosyal ağlar oluşturma, yeni kültürel perspektifler oluşturabilme becerisini artırabilir (Sumadevi, 2023). Sosyal medya kullanımı gençlerin kimliklerini ifade etmelerine (Senekal vd., 2022), empati yeteneklerini artırmalarına (Vossen & Valkenburg, 2016) ve gençlerin sosyal refah duygusuna olumlu/olumsuz etkileri (Smith vd., 2021) olabilmektedir. Bunların yanı sıra sosyal medyanın olumsuzluklarına değinen araştırmalar da mevcuttur. Aşırı sosyal medya kullanımı, gençler arasında anksiyete, depresyon, yetersizlik hissi gibi mental sağlık sorunlarına (Alavi, 2023) ve ilişkisel sorunlara yol açabilir (Wood vd., 2016). Gençler, siber zorbalık ve mahremiyet ihlalleri gibi ciddi risklerle karşı karşıya kalabilir, akademik olarak performans düşüşüyle yüzleşebilir (Sumadevi, 2023).

Bunların yanı sıra gençleri sosyal medya kullanımına yönlendiren unsurlar hakkında yapılan çalışmalara bakıldığında ise özellikle “Fear of Missing Out” (FOMO) yani “kaçırma korkusu” ile ilgili yapılan çalışmalar bulunmaktadır. Gençlerin sosyal medya kullanımı ile onların yolculuk bağımlılığı sürecinde FOMO’nun aracı rol konumunda olduğu (Mohanar & Shekhar, 2021), sosyal medya kullanımı ile yaşadıkları depresyon ve anksiyete arasında ise yine FOMO’nun aracı olarak etkin rol oynadığı görülmüştür (Harzman, 2022). Bu unsurların dışında bireylerin sosyal medya kullanımında eğlence unsurlarının olması (Bailey vd., 2018; Doan vd., 2022); bilgi edinme, akademik içerikler, kendilerini ifade etme arayışlarının olması (Rautela & Sharma, 2022); yeteneklerini, fikirlerini sergileyebilecekleri bir alan sağlaması (Buglass vd., 2017) ve sosyal destek ağları ile arkadaşlık çevrelerini güçlendirebilme imkânı vermesi (Throuvala vd., 2019) gibi etkenler mevcuttur. Ayrıca yapılan çalışmalarda sosyal medya kullanımının; bireylerde, öğrenilen bilgilerin hatırlanması üzerinde olumsuzluğa neden olduğu (Martini vd., 2020), yaşanılan olumsuz duygular (FOMO, melankoli gibi) neticesinde hafıza performansını düşürdüğü belirlenmiştir (Dagher vd., 2021; Dikshit & Kiran, 2023).

Yukarıdaki bilgiler ışığında, yapılan bu araştırma sosyal medyanın; gençlerin sosyal entegrasyonu, aidiyet duygusu ve sosyal ilişkilerinin oluşumunu nasıl teşvik edebileceğini (Valkenburg vd., 2006; Boyd & Ellison, 2007) ve aynı zamanda depresyon, anksiyete gibi olumsuz psikolojik etkileri nasıl tetikleyebileceğini (Twenge vd., 2018) derinlemesine değerlendirmeyi öngörmektedir. Livingstone ve Helsper (2010) ile Mesch (2009) tarafından yapılan çalışmalar, gençlerin internet kullanımının sosyal bütünleşme ve aidiyet duygusu üzerindeki pozitif etkilerini göstermektedir. Ancak literatürde yapılan başka çalışmalarda farklı konularda sosyal medyanın, gençlerin üzerinde olumsuz etkiler ve durumlar yarattığı sonucuna varılmış (Andreassen, 2015; Kirschner & Karpinski, 2010; Subrahmanyam & Greenfield, 2008; Jiang vd., 2022; Seo & Kim, 2023; Draženović vd., 2023) ve sosyal medyanın, gençlerin duygusal durumları üzerindeki olumsuz etkilerini ortaya koymuştur. Bu çift yönlü bulgular; sosyal medyanın, gençlerin gelişiminde nasıl kritik bir rol oynayabileceğini göstermekle birlikte eğitimciler, pedagoglar ve psikologlar gibi alanın uzman çalışanları tarafından bu etkilerin nasıl ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu çalışma, dijital çağda bireylerin eğitim ve sosyal yaşamlarının şekillendirilmesinde önemli bulgular sunarak gençlerin nasıl bir psikososyal gelişim gösterdiğini anlamak ve yönlendirmek için yol gösterici bilgiler sağlayabilir.

Bu araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcı konumunda olan lise öğrencilerine, araştırmanın odaklandığı durumlar göz önüne alınarak araştırmacılara, oluşturulan altı tema kapsamında ele alınan sorular yöneltilmiştir. Bu temalar; sosyal medya kullanımı ve ilgi alanları, sosyal medya kullanımında baskı algısı, sosyal medya içeriklerinin kişisel değerlendirilmesi, sosyal medya kullanımının sosyal ilişkilere etkisi, sosyal medyada bilgi işleme ve unutkanlık, sosyal medyanın duygusal ve zihinsel etkileri şeklindedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma nitel araştırma tasarımına uygun olarak modellenmiştir. Fenomenolojik yaklaşım kullanılarak, bireylerin yaşantıları temel alınarak bir fenomen hakkında ortak deneyimlerin keşfi amaçlanmıştır (Ramsook, 2018). Bu tür çalışmalar, katılımcıların bir olayı, olguyu veya durumu nasıl deneyimlediklerini detaylıca betimlemektedir (Neubauer vd., 2019). Araştırmada farklı cinsiyet, sınıf düzeyi ve günlük internet kullanımına sahip olan 22 lise öğrencisi üzerine yoğunlaşmış ve dijital ekosistem içerisinde sosyal medya kullanımlarının, onların psiko-sosyal dinamiklerine etkisi derinlemesine incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Bu çalışma Hakkari il merkezinde bulunan iki farklı lisede öğrenim görmekte olan ve çeşitli demografik özellikler gösteren 22 lise öğrencisinden oluşan bir örneklem üzerine kurulmuştur. Nitel araştırmalarda örneklem büyüklüğü konusundaki tartışmalar devam etmektedir ve araştırma tasarımlarına özgü öneriler mevcuttur. Fenomenolojik araştırmalar için önerilen 5 ile 25 arasındaki örneklem büyüklüğü, katılımcıların deneyimlerini derinlemesine analiz etmek ve zengin anlamlar çıkarmak için idealdir (Larkin vd., 2021). Bu örneklem boyutu araştırmacılara, katılımcıların yaşam deneyimlerini detaylı bir şekilde inceleme imkânı tanır. Bu da her bir bireyin bakış açısını daha iyi anlamalarını sağlar. Küçük örneklem boyutu, araştırmacıların katılımcılarla daha yoğun etkileşimde bulunmalarına ve toplanan verileri daha kapsamlı analiz etmelerine olanak tanır. Böylece fenomenolojik araştırmaların temel hedefi olan katılımcıların deneyimlerini kapsamlı bir şekilde anlama fikri desteklenir (Lavery, 2003). Bunun yanı sıra sınırlı sayıda katılımcı ile çalışmak; araştırmacılara, veriler üzerinde daha titiz bir şekilde çalışma fırsatı verir ve katılımcı anlatılarının daha ayrıntılı değerlendirilmesini sağlar. Bu da araştırmanın güvenilirliğini artırır (Groenewald, 2004). Bu araştırmada örneklem büyüklüğü, veri toplama yöntemlerinin

sınırlamaları ve literatürdeki önerilere dayanarak titizlikle seçilmiştir. Katılımcı seçiminde, araştırılan fenomene ilişkin geniş bir bilgi yelpazesi sağlayan maksimum örnekleme (Harrison vd., 2022) yöntemi seçilerek yürütülmüştür. Araştırma katılımcılarına ilişkin bilgilere Tablo 1’de yer verilmiştir:

Tablo 1. *Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler*

Kategori	Açıklama	F
Sınıf Seviyesi	10. sınıf	7
	11. sınıf	9
	12. sınıf	6
Cinsiyet	Erkek	6
	Kız	16
İnternet Kullanımı	0-2 saat	7
	2-4 saat	7
	4-6 saat	8

Çalışmada farklı sınıf seviyelerine göre dağılım incelendiğinde, 10. sınıfta 7 öğrenci, 11. sınıfta 9 öğrenci ve 12. sınıfta 6 öğrenci bulunmaktadır. Cinsiyet kategorisinde ise toplamda 6 erkek ve 16 kız öğrenci yer almaktadır. Katılımcıların günlük internet kullanım sürelerine bakıldığında, 0-2 saat arası internet kullanan 7 kişi, 2-4 saat arası internet kullanan 7 kişi ve 4-6 saat arası internet kullanan 8 kişi olduğu görülmektedir.

Veri Toplama

Araştırmada, katılımcıların demografik bilgilerini (sınıf düzeyi, günlük internet kullanım süresi, cinsiyet) ve araştırmanın alt problemlerine ilişkin soruları içeren yarı yapılandırılmış bir görüşme formu kullanılmıştır. Bu görüşme formu, ilk taslak oluşturulduktan sonra içerik doğruluğu ve anlaşılabilirliği açısından üç farklı alan uzmanının geri bildirimlerine sunulmuştur. Nitel araştırmada uzman görüşleri/inceleme soruların yapısalılığı sağlamada önemli bir yardımcıdır (Bhalla vd., 2023). Uzmanlardan alınan öneriler doğrultusunda form, son haline getirilmiştir. Araştırma sürecinde gerçekleştirilen görüşmeler, her bir katılımcı ile yaklaşık 30 dakika sürmüş ve bu süre zarfında katılımcıların görüşleri dikkatle not edilmiştir. Bu yöntem, araştırma sorularına derinlemesine yanıtlar elde etmek amacıyla tasarlanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada veri analizi sürecinde içerik analizi ve betimsel analiz teknikleri tercih edilmiştir. İçerik analizi, verileri kavramsallaştırmayı ve temalar yardımıyla kavramlar arasındaki ilişkileri belirginleştirmeyi hedeflemektedir (Vaismoradi vd., 2016; Lindgren vd., 2020). Araştırma sorularına uygun olarak, analiz süreci hem tümevarım hem de tümdengelim yöntemlerini kapsamaktadır. Analiz üç temel aşama içerir: hazırlık, düzenleme ve raporlama (Elo & Kyngäs, 2008). İlk aşamada, tamamlanan görüşmelerden elde edilen notlar dijital ortama aktarılmış ve katılımcılara anonimlik sağlamak amacıyla kodlar (örneğin L1, L2, L3...L22) atanmıştır. Ayrıca tablolarda bulunan frekans sütunlarında verilen K (Kız), E (Erkek) ifadeleri ile de öğrencilerin cinsiyetleri belirginleştirilerek yansıtılmak amaçlanmıştır. Dedüksiyon süreciyle de her bir alt araştırma problemi önceden belirlenen temalar altında incelenmiş ve bu temalar analize dahil edilmiştir.

Araştırma sürecinin düzenleme aşamasında, tüm araştırmacılar bir araya gelerek verileri kelime ve kavramlar düzeyinde özetlemiş ve bu süreçte elde edilen kodlamalar üzerinde fikir birliği sağlamışlardır. Katılımcı görüşlerinden çıkarılan ortak kelime ve kavramlar, araştırmanın genel

temalarıyla uyumlu şekilde alt temalar oluşturmak için sentezlenmiştir. Bu süreçte de indüksiyonel yöntemden faydalanılmıştır. Tümevarımcı yaklaşımın temel amacı, verilerden yola çıkarak kodlamaları açıklayabilecek kavramlar ve ilişkileri ortaya koymaktır (Thomas, 2006; Gioia vd., 2013). Düzenleme aşamasının tamamlanmasıyla birlikte araştırmanın temaları, alt temaları, kategorileri ve kodları içeren tablolar, raporlama aşamasında bulgular bölümünde ayrıntılı bir şekilde ele alınmıştır.

Araştırmanın geçerlik ve güvenilirlik prosedürleri, sürecin her aşamasında titizlikle uygulanmıştır. Araştırmanın inandırıcılığını güçlendirmek için katılımcı seçiminden bulguların raporlanmasına kadar olan süreç detaylı olarak tanımlanmıştır. Araştırmacılar, ortak oturumlar düzenleyerek temaları, kategorileri ve kodları belirlemek için derinlemesine tartışmalar yapmışlardır. Bu süreçte tema, kategori ve kodlar iki alan uzmanına sunulmuş ve bu uzmanlar tarafından uygun temalar altında sınıflandırılmıştır. Uzmanlar arasındaki görüş birliği ve ayrılıklar, Miles ve Huberman (1994) tarafından önerilen güvenilir-uyum formülü¹ kullanılarak hesaplanmış ve kodlayıcılar arası uyum %85 olarak tespit edilmiştir (Noble & Smith, 2015) ki nitel çalışmalarda uzman ve araştırmacı değerlendirmeleri arasındaki uyumun %70 ve üzeri olması, sonuçların güvenilir-uyumlu olduğunu göstermektedir (Küçük vd., 2023). Araştırma bulguları, katılımcı alıntlarıyla zenginleştirilerek sunulmuş, bu sayede verilerin doğruluğu ve yorumların sağlam temellere dayandırılması sağlanmıştır. Bu detaylı yaklaşımlar, çalışmanın metodolojik tutarlılığını ve sonuçların güvenilirliğini artırmıştır.

BULGULAR

Bu araştırma, lise öğrencileri arasında yaygın şekilde kullanılan sosyal medya kullanımının olumlu/olumsuz çok yönlü analizinin detaylı bir sunumunu ortaya koymayı amaçlamaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda her bir görüşme sorusuna ait veriler ayrı olacak şekilde tema, kategori ve kodlara ayrılarak tablo olarak verilmiştir. Bu şekilde bir yapılandırma, araştırma verilerini detaylı şekilde inceleme olanağı sunmaktadır.

Tablo 2. Sosyal medya kullanımı ve ilgi alanları analizi

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
İlgi Alanları	Eğlence ve Magazin	Moda ve Giyim	"Instagram'da giyimle ilgili videolar izliyorum." / "Günümün yarısını Instagram'da geçiriyorum; moda, giyim ve tarz videoları izlemeyi seviyorum."	4K1E
		Kişisel Bakım ve Gelişim	"Instagram'da kişisel bakım videoları izliyorum." / "Doğal makyaj, bakım ve kişisel gelişimle ilgili sayfaları takip ediyorum."	3K
		İnteraktif Öğrenme	"Genellikle eğitim videoları izliyorum." / "İngilizce kelime öğrenimine yardımcı videolar ve uygulamalar kullanıyorum."	1K1E
		İletişim	"Instagram ve WhatsApp'ı mesajlaşma amacıyla kullanıyorum." / "Arkadaşlarımın günlük hayatlarını öğrenmek ve onlarla iletişim kurmak için sosyal medya kullanıyorum."	1K1E
	Spor ve Aktiviteler	Araba ve Spor	"Instagram'da genellikle araba ve dövüş videoları izlerim" / "Araba ve spor içeriklerini takip etmek için sosyal medya platformlarını kullanıyorum."	2E

¹ Güvenirlik = % Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) x 100

Müzik ve Aktiviteler	Müzik Dinleme	<i>“Genellikle şarkı dinler ve şarkı sözlerini incelerim.” / “YouTube, Instagram, Snapchat ve Spotify gibi platformlarda müzik videolarını takip ederim.”</i>	2K
----------------------	---------------	---	----

Tablo 2, “İlgi Alanları” teması altında, bireylerin çeşitli eğlence ve aktivitelerle ilgili deneyimlerini ve sosyal medya kullanımlarını detaylandırmaktadır. “Eğlence ve Magazin” kategorisi altında, kullanıcıların instagram üzerinde moda ve giyimle ilgili videolar izledikleri ve kişisel bakım videolarına yoğun ilgi gösterdikleri belirtilmiştir. Ayrıca öğrenmenin, interaktif yollarla sosyal platformlar üzerinden eğlenceli bulunması sebebiyle eğitim içeriklerine yönelik videolar ve sosyal ilişkileri destekleyici platform kullanımları da bu temada işlenmiştir. “Spor ve Aktiviteler” kategorisinde, araba ve spor videoları izleme alışkanlıkları üzerine odaklanılmış, bu içeriklerin bireylerin sosyal medya platformlarındaki etkileşimlerine nasıl yansıdığı örnek ifadelerle sunulmuştur. “Müzik ve Aktiviteler” kategorisinde ise kullanıcıların çeşitli müzik platformları üzerinden müziğe ilgi duydukları ifade edilmiştir. Bu tablo, bireylerin sosyal medya üzerinden nasıl bir içerik tüketimi yaptıklarına dair geniş bir perspektif sunmakta ve böylece çeşitli ilgi alanlarına ve eğilimlere ışık tutmaktadır.

Tablo 3. Sosyal medya kullanımında baskı algısı

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
Baskı Hissi	Aktif Katılım Hissi	Yüksek Baskı	<i>“Arkadaş ortamlarında sosyal medya kullanımı fazla olunca ister istemez onlara ayak uydurmak için yeni bilgileri kaçırmamak için ekstra bir çaba sarf ediliyor.” / “Her şeyden haberim olması gerekiyormuş gibi hissediyorum. Bu nedenle de kendimi kötü hissediyorum ama yine de her platformda hesabım var.”</i>	3K2E
	İzole Kalma Korkusu	Orta Baskı	<i>“Sosyal medyayı kullanmadığımda, arkadaşlarımla olan ilişkim biter, güncel olaylardan haberim olamaz, indirimlerden haberim olamaz gibi nedenle cidden baskı altında hissediyorum kendimi.” / “Arkadaşlarımla aramda paylaştığımız Snap serilerinin kaybolması bende kaygı uyandırıyor.”</i>	1K3E
	Kendini Geri Kalmış Hissetme	Düşük Baskı	<i>“Her şeyi takip ettiğim için, FOMO’ da hissetmedim hiç.” / “Genelde futbolcuların transferlerini kaçırdığım için kimin hangi takımda nerede olduğunu merak ediyorum.”</i>	3K
Baskıya Tepkiler	Kaygı ve Rahatsızlık	Olumsuz Etkilenme	<i>“Paylaşılan bir içeriği tanıdıkların tarafından izlendiğinde ve bu konu hakkında bir fikrin yoksa ‘İzlemedin mi sen? Herkes biliyor gibi’ sözlerle karşı karşıya kalabiliyorsun. Uzun o konuşmadan sonra hemen gidip o içeriği izliyorsun çünkü etrafındaki insanların hangi konu hakkında konuştuklarını öğrenmek istiyorsun. Bu durum biraz baskı altında bırakıyor, bazen de çok can sıkıcı bir hal alıyor.” / “Modayı takip edememek, güncel konuları kaçırmak ve sosyal medyadaki arkadaşlarımla fazla zaman geçirememek gibi endişeler bende gereksiz bir baskı oluşturuyor.”</i>	4K1E
	İlgisizlik ve Önemsizlik	Olumlu veya Nötr Etkilenme	<i>“Baskı hissetmiyorum ve çok aktif kullanmıyorum sosyal medyayı.” / “Pek fazla önemsemiyorum.” / “Herhangi bir baskı hissetmiyorum. Canım sıkıldığı için izliyorum.”</i>	5K1E

Tablo 3, “Sosyal Medya Kullanımında Baskı Algısı” başlığı altında, sosyal medya kullanımı sırasında bireylerin yaşadıkları baskı duygularını ve bu baskının etkilerini farklı kategorilerde incelemektedir. “Yüksek Baskı”, “Orta Baskı” ve “Düşük Baskı” olarak sınıflandırılan kategorilerde, sosyal çevrenin beklentilerine ayak uydurma çabası, sosyal ilişkilerin ve güncel bilgilerin kaybı korkusu gibi temalar ele alınırken; “Kaygı ve Rahatsızlık” ile “İlgisizlik ve Önemsizlik” kategorilerinde baskıya karşı verilen duygusal tepkiler, kaygı ve rahatsızlık hisleri veya sosyal medyayı önemsememe tutumları örnek ifadelerle detaylandırılmıştır. Bu tablo, sosyal medya kullanımının psikolojik yükünü ve bireylerin bu yüke tepkilerini anlamak için geniş bir perspektif sunmaktadır.

Tablo 4. Sosyal medya içeriklerinin kişisel değerlendirilmesi

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
Bilgilerin Değerlendirilmesi	İlgi ve Uygunluk	İlgili Bilgiler	“Bilgiler ilgilendiğim konular üzerinde ise benim için önemlidir.” / “İlgi alanlarıma göre (müzik, siyaset, güncel) değerli ve değersiz olarak sınıflandırıyorum.”	4K3E
	Fayda ve Yenilik	Faydalı Bilgiler	“Bana fayda sağlayan ve bilgilerimi yenileyen veya bilgilerime bir yenisini daha ekleyen içerikler daha da ilgimi çekiyor.” / “Bana güzel şeyler katan ve ilgimi çeken fotoğraf ve videoları kaydediyorum.”	3K1E
	Güvenilirlik ve Doğruluk	Güvenilir Bilgiler	“Güvenilir ve kanıtlanmış bilgiler daha önemli buluyorum.” / “Yorum ve beğenilere göre sınıflandırıyorum.”	2E
Hatırlama Zorlukları	Zorlanma	Hatırlamada Zorlanma	“Bilgileri hatırlamakta zorlanıyorum.” / “Sonrasında ise hatırlamakta güçlük çekiyorum.” / “İzlediğim videoların çoğunu hatırlamam.”	7K2E
	Kolaylık	Hatırlamada Kolaylık	“Çok fazla etkileyen bilgileri hatırlama konusunda zorluk yaşamıyorum.” / “Hatırlama konusunda ise zorlanmıyorum. Bir süre sonra aynı video karşıma istemsizce tekrar çıkıyor.”	2K

Tablo 4, “Sosyal Medya İçeriklerinin Kişisel Değerlendirilmesi ve Hatırlanabilirliği” başlığı altında, kullanıcıların sosyal medyada karşılaştıkları bilgileri nasıl değerlendirdiklerini ve bu bilgileri ne kadar iyi hatırlayabildiklerini ele almaktadır. Kullanıcılar, “İlgi ve Uygunluk” kategorisinde bilgileri kendi ilgi alanlarına göre değerli veya değersiz olarak sınıflandırırken; “Fayda ve Yenilik” ile “Güvenilirlik ve Doğruluk” kategorileri, bilgilerin faydalılığı ve doğruluğuna göre değerlendirilmesini içermektedir. Ayrıca “Hatırlama Zorlukları” teması altında, kullanıcıların bilgileri ne kadar iyi hatırlayabildiklerine dair deneyimleri, bazılarının hatırlamada zorlanırken bazılarının ise bilgileri kolayca hatırladıklarını gösteren örneklerle sunulmuştur. Bu tablo, sosyal medya bilgilerinin bireysel etkileşim ve hafıza üzerindeki etkilerini detaylı bir şekilde incelemektedir.

Tablo 5. Sosyal medya kullanımının sosyal ilişkilere etkisi

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
	İletişim ve Etkileşim	Olumlu Etki	“Takip ettiğim platformdaki bilgiler bazen karşıma çıkıyor. Bu da beğendiğim bir videoyu sevdiklerimle paylaşma fırsatı veriyor. Böylece bu konu üzerinde arkadaşlarımla konuşup sohbet edip eğlenebiliyoruz.” / “Komik videolar	7K3E

Sosyal İlişkilerde Etki			<i>gördüğümüz zaman arkadaşlarımıza atıyoruz ve beraber eğleniyoruz. Ardından bu videolar hakkında tekrar konuşuyor ve tekrar gülüyoruz.”</i>	
	Uzaklaşma ve Yabancılaşma	Olumsuz Etki	<i>“Sosyal medyada çok takılıyorum, seviyorum. Bu nedenle de arkadaşlarımla az vakit geçiriyorum ve onlardan uzak durmaya çalışıyorum. Onlarla aynı şeyleri konuşamaz oldum. Arkadaşlarım beni anlamıyor ve onları cahil olarak karşılıyorum.” / “Bazen beni kötü etkiliyor. Çoğunun bildiği sosyal medya akımlarını ben takip etmediğim için iletişimde eksik kalıyorum.”</i>	3K2E
	İlişkileri Güçlendirme	İlişki Güçlendirici	<i>“Arkadaşlarımla ortak izlediğimiz konularda videolar olduğunda, o videolar hakkında sohbet ediyor, o konular hakkında konuşuyoruz.” / “Olumlu etkiliyor. Mesela, küs olduğum kuzenime sevgi içerikli bir video gönderip onunla barışabildik.”</i>	4K1E

Tablo 5, “Sosyal Medya Kullanımının Sosyal İlişkilere Etkisi” başlığı altında; sosyal medya içeriklerinin, bireylerin sosyal ilişkilerine olan pozitif ve negatif etkilerini kategorilere ayırarak incelemektedir. “İletişim ve Etkileşim” kategorisi altında, olumlu etkiler olarak kullanıcıların beğendikleri videoları sevdikleri kişilerle paylaşımları ve bu sayede eğlenceli ve anlamlı sohbetler yaratmaları örneklenirken; “Uzaklaşma ve Yabancılaşma” kategorisi ise sosyal medyanın aşırı kullanımının, arkadaşlarla daha az vakit geçirilmesi ve iletişim kopukluklarının ortaya çıkması sonucunu belirgin kılmaktadır. Ayrıca “İlişkileri Güçlendirme” teması altında da ortak zevkler üzerine yapılan sohbetlerin ve sevgi dolu içeriklerin paylaşımının ilişkileri nasıl güçlendirdiği somutlaştırılmaktadır. Bu tablo; sosyal medyanın, kullanıcıların sosyal ilişkilerine olan çeşitli etkilerini gözler önüne sermekte ve bu etkileşimlerin sosyal bağları nasıl şekillendirdiğini detaylandırmaktadır.

Tablo 6. Sosyal medyada bilgi işleme ve unutkanlık

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
Bilgilerin Etkisi	Günlük Kullanım ve Etkileşim	Bilgiyi Günlük Hayatta Kullanma	<i>“Genelde olur ama çoğunlukla futbolda bir ikonik gol ya da hareket izlediğimde onu unutmam ve gerçek yaşamımda uygulamaya çalışırım.” / “Genelde oluyor ama unutmadıklarım da oluyor. Örneğin moda konusunda videolar izleyip modayı takip ediyor ve giyimimi güncel tutabiliyorum ve güncel konulardan da haberdar olabiliyorum.”</i>	2K2E
	Bilgi Unutkanlığı	Bilgiyi Unutma	<i>“İzlediğim çoğu videoyu unutuyorum. O bilgileri hatırlamak istiyorum. Ama çoğu zaman da o bilgileri hiç kullanmıyorum.” / “Bu bilgiler genelde oluyor. Bu yüzden her defasında bu bilgileri kaydetmeme rağmen, kaydedilenlere tekrardan bakınma olmadığından o bilgiler arada çürüyüp gidiyor.”</i>	7K3E

Bilgi Aşırı Yüklenmesi	Aşırı Bilgi ve Kullanılmama	“Sosyal medyada bilgi kirliliği fazlasıyla var. Önemli ya da önemsiz bilgileri kaydediyorum. Sonrasında ise hiçbirini kullanmıyorum ve çoğu zaman da unutuyorum.” / “Evet. Genelde sosyal medyada öğrenip sonrasında hiç kullanmadığım bilgiler yığınla oluyor. Bir süre sonra o bilgi ve konuları konuşmadığımı fark ediyorum.”	4K2E
---------------------------	--------------------------------	--	------

Tablo 6, “Sosyal Medyada Bilgi İşleme ve Unutkanlık” başlığı altında, sosyal medyadan edinilen bilgilerin, kullanıcıların günlük yaşamlarına etkisini ve bu bilgilerin unutulma süreçlerini incelemektedir. “Günlük Kullanım ve Etkileşim” kategorisi altında, kullanıcıların öğrendikleri bilgileri günlük hayatlarında nasıl kullandıkları ve bu bilgilerin etkilerini örnekledirirken “Bilgi Unutkanlığı” kategorisi, izlenen içeriklerin çoğunun unutulduğunu ve bu bilgilerin sıklıkla kullanılmadığını vurgulamaktadır. “Bilgi Aşırı Yüklenmesi” teması ise sosyal medyada bilgi kirliliği nedeniyle önemli veya önemsiz bilgilerin aşırı birikimi ve bu bilgilerin unutulması veya kullanılmaması problemini ele almaktadır. Bu tablo, sosyal medya platformlarının bilgi yönetimi üzerindeki etkilerini detaylandırarak kullanıcıların bilgi işleme kapasiteleri ve unutkanlık eğilimleri üzerine önemli bir bakış açısı sunmaktadır.

Tablo 7. Sosyal medyanın duygusal ve zihinsel etkileri

Alt Tema	Kategori	Kod	Katılımcı İfadeleri	F
Duygusal ve Zihinsel Etkiler	Yetersizlik Hissi	Yetersizlik	“Elbette bazı konularda yetersizlik yaratabiliyor. Daha iyi çalışmalar yapan kişiler görünce ‘neden ben değil?’ sorusunu kendime sorabiliyorum.”	7K1E
	Kaygı ve Stres	Kaygı ve Stres	“Evet çok fazla kaygı ve stresli oluyorum.” / “Stresli olduğum zamanlar oluyor, özellikle vicdanıma dokunan üzücü paylaşımlar beni daha çok üzüyor.”	7K5E
	Bağımlılık ve Bağlantı Hissi	Bağımlılık	“Bazen videoları çok izlediğimde aşırı sıkılıyorum ve sonrasında tekrar bakma isteğim oluyor, durduramıyorum kendimi.”	4K1E
	Bağımlılık ve Bağlantı Hissi	Bağımlılık ve Bağlantı Hissi	“Gün içinde bir kez sosyal medyaya girmediğimde kendimi rahatsız ve eksik hissedirim.” / “Bazen de hesaplarımı kapatmak istiyorum ama ‘ya gündemden geri kalırsam’ korkusuyla bundan vazgeçip istemsizce geri dönüyorum.”	4K
	Rahatlama ve Mutluluk	Rahatlama	“Stresli, kaygılı ve bazen de kendimi yetersiz hissettiğim olmuştur ama bana göre etkisi olmuyor. Bu durum beni rahatsız etmiyor.”	1K2E
	Yorgunluk ve Bıkkınlık	Yorgunluk ve Bıkkınlık	“Bazen bu durum sinirlenmeme, yorulmama, kaygılanmama sebep olur. Artık bunları görmek istemememe rağmen sonraları merakıma yenik düşüp geri dönüyorum.” / “Bazen bıkkınlık ve daralma hissi oluşuyor.”	3K

Tablo 7, “Sosyal Medyanın Duygusal ve Zihinsel Etkileri” başlığı altında, sosyal medya kullanımının, kullanıcıların duygusal ve zihinsel durumları üzerindeki etkilerini çeşitli kategorilerde incelemektedir. “Yetersizlik Hissi” kategorisi, kullanıcıların sosyal medyada karşılaştıkları başarı hikayeleri veya başkalarının paylaşımlarının yarattığı yetersizlik duygularını ele alırken “Saygı ve Stres” kategorisi, sosyal medyanın kullanıcılar üzerindeki stres ve kaygı

artışına dikkat çekmektedir. “Bağımlılık ve Bağlantı Hissi” temasında, sosyal medya kullanımının bağımlılık yapıcı etkileri ve kullanılmadığında hissedilen bağlantı eksikliği vurgulanırken; “Rahatlama ve Mutluluk” ile “Yorgunluk ve Bıkkınlık” kategorileri, sosyal medyanın kullanıcılar üzerinde rahatlatıcı ya da yorucu ve sıkıcı etkilerini tartışmaktadır. Bu tablo, sosyal medya kullanımının duygusal ve zihinsel sağlık üzerindeki kompleks etkilerini derinlemesine gözler önüne sermektedir.

TARTIŞMA

Lise öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarının, onların psikososyal durumları üzerindeki etkisinin derinlemesine görüşmeler ile araştırıldığı bu araştırmanın tartışması, oluşturulan ana temalar çerçevesinde yapılmıştır.

Sosyal Medya Kullanımı ve İlgili Alanları

Lise öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları, gençlerin günlük yaşamlarında ve sosyal etkileşimlerinde kilit bir rol oynamaktadır. Öğrenciler sosyal medyayı moda ve giyimden kişisel bakım ve gelişime kadar geniş bir yelpazede içerikleri keşfetmek için kullanmaktadır. Bu içerikler arasında eğitim materyalleri ve sosyal ilişkileri destekleyen platformlar da yer almaktadır. Spor ve müzik gibi alanlarda özelleşmiş içerikler, gençlerin ilgi ve hobilerini yansıtırken; sosyal medya, aynı zamanda onların sosyal bağlarını güçlendirmekle birlikte onlara kültürel açıdan zenginleşme imkânı sunmaktadır. Bu durum sosyal medyanın, gençlerin kimliklerini ifade etme ve sosyal ağlarını genişletme kapasitesini önemli ölçüde artırdığını göstermektedir (Tablo 2’ye bkz.).

Sosyal medya platformlarının eğitim materyalleri sunması ve öğrenme süreçlerine katkıda bulunması, Greenhow ve Robelia’nın (2009) bulgularıyla desteklenmektedir. Sosyal medya araçları, öğrencilerin bilgiye erişimini artırabilir, bilgiye erişim sürelerini azaltabilir ve öğrenme deneyimlerini çeşitlendirerek eğitimlerine katkıda bulunabilir (Kondolot, 2023). Örnek olarak Youtube (Cihangir, 2021) ve Wikiler (Kondolot, 2023) gibi platformlar aracılığı ile eğitsel amaçlı bilgiler öğrencilere ulaştırılabilmektedir. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin video paylaşım ortamlarına ilişkin tutumlarının olumlu olduğu ve bu ortamların, onların derse olan ilgilerini artırdığını ortaya koymuştur (Alp & Kaleci, 2018). Bunun yanı sıra Wakefield ve Frawley (2020) sosyal medya ve akademik başarı temalı araştırmalarında; notları, ortalamanın altında olan öğrencilerin Facebook gibi diğer sosyal paylaşımlara daha az zaman ayırmaları neticesinde notlarında iyileşme olabileceği sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmalar, sosyal medyanın öğretici içeriklerle öğrencilerin akademik performanslarını nasıl iyileştirebileceğini ve öğrenme motivasyonlarını nasıl artırabileceğini göstermektedir.

Ancak sosyal medyanın eğitim üzerindeki etkileri her zaman pozitif değildir. Kirschner ve Karpinski (2010) tarafından yapılan bir çalışma sosyal medyanın, öğrencilerin akademik performansları üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini, özellikle de aşırı kullanım durumlarında dikkat dağınıklığına yol açabileceğini ortaya koymuştur. 473 lise öğrencisi ile yapılan bir çalışmada aşırı sosyal medya kullanımı ile akademik erteleme davranışları arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir (Gürültü & Deniz, 2017). Ortaokul öğrencileri örnekleminde ise Durdu (2019) tarafından yapılan bir çalışmada da öğrencilerin akademik sorumluluk ve görevlerinden kaçmaları ile aşırı sosyal medya kullanımı arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Bunun yanı sıra spor ve müzik gibi özelleşmiş içeriklerin keşfi, gençlerin ilgi alanlarını genişletmekte ve hobiler üzerinden sosyal bağlarını güçlendirmekte önemli bir rol oynamaktadır. Bu etkileşimler, Vossen ve Valkenburg (2016) tarafından incelenmiş olup sosyal medyanın, gençlerin empati yeteneklerini ve sosyal anlayışlarını nasıl geliştirebileceğine dair bilgiler vermektedir. Ayrıca Arora ve Grover (2023) tarafından yapılan bir araştırma; sosyal medyanın, öğrencilerin akademik yaşamları ve zihinsel sağlıkları üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olabileceğini, ancak aynı zamanda bağlantı kurma ve iş birliği yapma imkanları verdiğini ortaya koymuştur (Arora & Grover, 2023). Ahn da (2011) sosyal medyanın gençler üzerinde sosyal sermaye ve akademik başarılarında güçlü bir yardımcı olabileceğini dile getirmiştir.

Sosyal Medya Kullanımında Baskı Algısı

Sosyal medyanın lise öğrencileri üzerinde yarattığı baskı, gençlerin sosyal çevrelerinden gelen beklentileri karşılama çabası ile ön plana çıkmaktadır. Öğrenciler, arkadaş gruplarında popüler olan trendleri takip etme ve her zaman “bağlı” kalmak zorunda oldukları bir baskı hissetmektedirler. Bu durum onları sürekli olarak yeni bilgileri kaçırmamak için ekstra çaba sarf etmeye itmektedir. Sosyal medyanın kullanılmaması durumunda ilişkilerin sona ereceği veya güncel olaylardan habersiz kalınacağı yönünde bir korku (FOMO gibi), orta seviyede bir baskı hissine yol açmaktadır. Düşük baskı hisseden öğrenciler ise sosyal medya kullanımını daha rahat ve az baskı altında gerçekleştirdiklerini ifade etmektedirler. Bu sonuçlar, sosyal medyanın gençler üzerindeki baskı yaratma kapasitesini ve bu baskının psikolojik etkilerini açıkça ortaya koymaktadır (Tablo 3’e bkz.).

Bu konuda yapılan çalışmalar, sosyal medyanın özellikle FOMO bağlamında gençler üzerinde oluşturduğu baskının çeşitli psikolojik etkilere yol açtığını göstermektedir. Ngo ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan bir çalışma, sosyal medyanın akran etkisi ve FOMO arasındaki ilişkilerini incelemiş ve sosyal medyanın, öğrencilerin akademik faaliyetlere katılımını etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkabileceğini belirlemiştir (Ngo vd., 2023).

FOMO durumunun yaşanması, gençlerde olumsuzluklara neden olabilir (Oberst vd., 2017). Sosyal medya gençlerde kaygı, stres, depresyon gibi olumsuz durumlara yol açabilir (Tajjamul & Aleem, 2022). Ayrıca Çetinkaya ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan bir çalışma, FOMO’nun sosyal medya kullanımı üzerindeki etkisinin, özellikle sosyal ağların yoğun kullanımıyla ilişkili olduğunu ve bu durumun problematik sosyal medya kullanımına yol açabileceğini ortaya koymuştur (Çetinkaya vd., 2021).

Sosyal Medya İçeriklerinin Kişisel Değerlendirilmesi

Sosyal medya platformlarında karşılaşılan bilgilerin değerlendirilmesi, lise öğrencilerinin bilgi işleme süreçlerinde önemli bir yer tutmaktadır. Öğrencilerin, ilgilerine ve fayda sağlama potansiyeline göre bilgileri değerli ya da değersiz olarak sınıflandırdıkları görülmektedir. İlgi çekici ve güvenilir kaynaklardan gelen bilgiler, öğrenciler için daha değerli kabul edilirken bu bilgiler aynı zamanda yenilik ve fayda sağlama potansiyeli ile de öne çıkmaktadır. Bununla birlikte öğrencilerin bilgileri hatırlama kapasiteleri değişkenlik göstermekte, kimileri bilgileri kolaylıkla hatırlarken bir kısım öğrenci de hatırlama konusunda zorluk yaşamaktadır. Genellikle etkileyici bilgiler hatırlanma eğilimi gösterirken günlük bombardıman altındaki bilgiler unutulabilmektedir. Bu bulgular sosyal medyanın bilgi işleme ve hafıza üzerindeki etkisini, gençlerin nasıl tercihli bir şekilde bilgi filtrelediğini ve hangi tür bilgilerin uzun süreli hafızada yer ettiğini göstermektedir (Tablo 4’e bkz.).

Martini ve arkadaşlarının (2020) çalışması, sosyal medya kullanımının bilgi işleme süreçleri üzerindeki etkilerini araştırmış ve öğrencilerin yeni bilgiyi hatırlama kapasiteleri üzerinde olumsuz etkiler bulmuştur. Araştırma sosyal medya kullanımının, özellikle dikkat dağınık özellikleri nedeniyle bilgi hatırlamayı zorlaştırdığını göstermiştir (Martini vd., 2020). Yoğun şekilde sosyal medya kullanımı, öğrencilerin zihinsel durumlarını ve yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkileyebilir (Basha & Chavan, 2022). Petrash ve arkadaşlarının (2022) araştırması ise özellikle sürekli video izleme süresinin uzunluğu arttıkça, uzun vadeli hafıza kaybı riskinin de arttığını belirtmektedir (Petrash vd., 2022). Sosyal medya kullanımı öğrencilerin dikkatini dağıtabilir ve bu durumda öğrencilerin bilgiyi işleme yeteneklerinde azalmaya neden olabilir (Karim vd., 2022). Bunların yanında Beyens ve arkadaşlarının (2020) çalışması; sosyal medya kullanımının, gençlerin anlık duygusal iyilik haline olan etkilerini belirlemiştir ve sonuçlar, sosyal medya kullanımının ve etkileşiminin kişiden kişiye değişken etkiler yaratabileceğini göstermiştir. Bu etkiler, bazı gençlerin sosyal medya kullanımından sonra kendilerini daha iyi hissetme eğilimi göstermelerine neden olabilirken bir kısmının ise kendilerini daha kötü hissetme eğilimi göstermesi sonucunu doğurmuştur (Beyens vd., 2020).

Sosyal Medya Kullanımının Sosyal İlişkilere Etkisi

Sosyal medyanın lise öğrencilerinin sosyal ilişkilerine olan etkileri hem olumlu hem de olumsuz yönde belirgin şekilde ortaya çıkmaktadır. Öğrenciler sosyal medya üzerinden paylaşılan bilgi ve videoları takip ederek bu içerikleri arkadaşlarıyla paylaşma ve üzerine sohbet etme fırsatı bulmaktadır. Bu etkileşimler sosyal bağları güçlendirmekte ve ortak zevkler üzerine kurulu sosyal etkileşimleri artırmaktadır. Ancak aşırı sosyal medya kullanımı bazı öğrencilerde arkadaşlarından uzaklaşmaya ve sosyal izolasyona neden olmaktadır. Bu durum, öğrencilerin arkadaş çevreleriyle olan ilişkilerinde kopmalara yol açabilmekte ve iletişim eksikliklerinin yaşanmasına sebep olabilmektedir. Diğer yandan, sosyal medya aracılığıyla ilişkilerin güçlendirildiği durumlar da gözlemlenmekte, örneğin öğrenciler arasında mevcut anlaşmazlıkların sosyal medya üzerinden paylaşılan içeriklerle çözüldüğü durumlar yaşanmaktadır. Bu bulgular; sosyal medyanın, gençlerin sosyal ilişkilerine karmaşık ve çeşitli etkileri olduğunu göstermekte, bu etkileşimlerin hem birleştirici hem de ayrıştırıcı yönlerini vurgulamaktadır (Tablo 5'e bkz.).

Sosyal medyanın, gençlerin arkadaşlık ilişkilerinin kalitesini nasıl değiştirebileceğini inceleyen bir araştırmada ise sosyal medya kullanımının, öğrencilerin hem çevrimiçi hem de çevrimdışı arkadaşlık ilişkilerine bağlı olarak arkadaşlık ilişkilerinin kalitesini değiştirdiğini göstermiştir. Çevrimdışı ilişkilerde gerçek arkadaşlıklar yaşanırken çevrimiçi ilişkilerin çoğunlukla yalnızca bağlantılar şeklinde olduğu bulunmuştur (Sjolie, Olsen, & Hempel, 2023). Dahası aşırı sosyal medya kullanımı, gençlerde sosyal izolasyona ve güvensizlik hissi gibi sonuçların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Basha & Chavan, 2022). Bu sosyal izolasyon, gençlerde akademik ertelemeyi yordayan unsurlardan biri olarak durmaktadır (Hoşoğlu-Kama, 2022). Bunların yanı sıra sosyal medya kullanımı, kişiden kişiye farklı etkiler yaratabilen sonuçlar ortaya çıkarabildiği gibi kimi gençlerin sosyal medya kullanımından sonra pozitif duygular edinmelerine, kimilerinin de negatif duygulara sahip olmalarına neden olduğu görülmektedir (Beyens vd., 2020).

Sosyal Medyada Bilgi İşleme ve Unutkanlık

Öğrenciler, sosyal medyada edindikleri bilgileri günlük yaşamlarında uygulamak için kullanırken, özellikle ilgi çekici veya yararlı buldukları içerikleri aktif olarak entegre etmekte ve bu süreç, bilgilerin pratik bir şekilde kullanımını ve öğrenme deneyimlerini pekiştirmektedir. Ancak aşırı bilgi yüklenmesi ve sürekli bilgi akışı, bilgilerin büyük bir kısmının unutulmasına yol açmaktadır. Öğrenciler bilgi kirliliği ve yoğun bilgi akışı içinde önemli olan bilgileri ayırt etmekte zorlanmakta, çoğu zaman kaydedilen bilgilere geri dönüş yapamamakta ve sonuç olarak bu bilgileri unutmaktadır. Bu durum, sosyal medyanın bilgi yönetimi üzerindeki olumsuz etkilerini vurgulamakta, öğrencilerin bilgiyi seçme ve hatırlama yetenekleri üzerinde stres yaratan bir faktör olarak ön plana çıkmaktadır. Bu bulgular sosyal medya platformlarının, genç kullanıcılar üzerindeki bilgi işleme kapasitesi ve hafıza üzerindeki etkilerini kritik bir şekilde ele almayı gerektirmektedir (Tablo 6'ya bkz.).

Petrash ve arkadaşlarının (2022) yapmış olduğu bir çalışmanın sonuçları; yoğun sosyal medya kullanım -özellikle de sürekli video izleme- süresi arttıkça, uzun vadeli hafıza kaybı riskinin de arttığını göstermektedir (Petrash vd., 2022). Günlük uzun süreli sosyal medya kullanımı, bireylerin daha çok negatif duygular yaşamasına ve bu durumun da bellek hatalarına yol açtığı sonucunu doğrulamaktadır (Sharifian & Zahodne, 2020). Ayrıca sosyal medya kullanımı, gençlerin psikolojik refahı üzerinde olumsuzluklara neden olup sosyal ağlara bağımlılığını artırabilmektedir (Choi & Lim, 2016).

Sosyal Medyanın Duygusal ve Zihinsel Etkileri

Sosyal medya kullanımının lise öğrencileri üzerindeki duygusal ve zihinsel etkileri, geniş bir yelpazede gözlemlenmektedir. Öğrenciler; sosyal medyada karşılaştıkları içeriklerden kaynaklı yetersizlik hissi, artan kaygı ve stres gibi olumsuz etkenlerle mücadele etmektedir. Bu durum özellikle başkalarının başarılarına şahit olduklarında belirginleşmektedir. Ayrıca sosyal medyanın bağımlılık yapıcı doğası; öğrencilerin, platformları sürekli kullanma isteğini artırırken bu durum, yorgunluk ve bıkkınlık hislerine yol açmaktadır. Bu sonuçlar sosyal medyanın, gençlerin duygusal ve zihinsel sağlığı üzerindeki karmaşık ve çoğu zaman da olumsuz etkilerini ortaya koymaktadır.

Bu etkilerin farkında olmak ve gerektiğinde müdahale etmek ise eğitimciler ve psikologlar için hayati önem taşımaktadır (Tablo 7'ye bkz.).

Sosyal medya kullanımının gençler üzerindeki psikolojik etkileri çeşitli çalışmalarla incelenmiştir. Basha ve Chavan (2022) sosyal medya kullanımının gençlerde anksiyete, depresyon ve sosyal izolasyon gibi olumsuz psikolojik etkilere yol açabileceğini ortaya koymuştur (Basha & Chavan, 2022). Akurathi (2021) ise sosyal medya bağımlılığının; öğrencilerin genel iyilik hali üzerinde, özellikle depresyon ve anksiyete gibi sonuçlarla duygusal olumsuz etkiler yarattığını belirtmiştir (Akurathi, 2021). Chen ve Xiao (2022) çalışmalarında; sosyal medyanın, öğrencilerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabileceğini ve sosyal destek sağlama iddialarının kısa süreli olabileceğini tartışmışlardır (Chen & Xiao, 2022). Sriwilai ve Charoensukmongkol (2016) tarafından yapılan bir başka çalışmada, yüksek sosyal medya bağımlılığının düşük farkındalığa ve duygusal odaklı başa çıkma stratejilerine yol açtığı görülmüş, bu durumların da daha yüksek duygusal tükenmişlikle ilişkili olduğu vurgulanmıştır (Sriwilai & Charoensukmongkol, 2016). Dhir ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan araştırma, sosyal medya kullanımından kaynaklanan yorgunluğun, öğrencilerin akademik performans düşüşüyle bağlantılı olduğunu göstermiştir (Dhir vd., 2019). Ayrıca aşırı sosyal medya yüklenmesinin, bireyde tekno-stres ve tükenmişlik yaratarak akademik performansı olumsuz etkilediği de söylenmektedir (Shi vd., 2020).

SONUÇ

Araştırma sonuçları, öğrencilerin eğitim materyallerinden kişisel bakıma, modadan sosyal ilişkilere kadar geniş bir içerik yelpazesi tüketildiğini göstermektedir. Bu içerikler, öğrencilerin kendilerini ifade etme biçimlerinin ve sosyal çevreleriyle etkileşimlerinin zenginleştirilmesine, aynı zamanda kişisel ve kültürel gelişimlerine katkıda bulunulmasına yardımcı olmaktadır. Sosyal medya, benzer ilgi alanlarına sahip akranlarla bağlantı kurulması ve sosyal destek ağlarının genişletilmesi fırsatını sunarak, gençlerin sosyal bağlarının pekiştirilmesine ve yeni sosyal çevrelerin keşfedilmesine olanak sağlamaktadır.

Ayrıca araştırma sonuçları, sosyal medyanın aşırı kullanımının öğrenciler üzerindeki olumsuz etkilerini de ortaya koymaktadır. Sürekli bilgi akışına maruz kalınması, bilgilerin aşırı yüklenmesine ve önemli bilgilerin unutulmasına neden olabilmektedir. Artan yorgunluk ve bıkkınlık hissi, özellikle sosyal medya bağımlılığı ile ilişkilendirilmektedir. Sosyal medya platformlarının sürekli kullanılması, öğrencilerin akademik performansları üzerinde dikkat dağınıklığı ve stres gibi olumsuz psikolojik etkiler yaratabilmektedir. Bu bağlamda eğitimcilerin ve ailelerin, gençlerin sosyal medya kullanımını dikkatle izlemeleri ve onları olumlu yönlendirmeleri, öğrencilere sağlıklı kullanım alışkanlıklarının kazandırılması amacıyla da destekleyici stratejiler geliştirmeleri gerekmektedir. Bu stratejiler, gençlerin sosyal medya deneyimlerinin daha bilinçli ve dengeleyici bir çerçevede yönetilmesine yardımcı olabilir.

SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın, belirli bir coğrafyanın lise öğrencileri ile sınırlı kalmış olması, sonuçların genelleştirilmesini zorlaştırabilir. Ayrıca sosyal medya kullanımı ve etkilerinin öznel yorumlara dayanması, farklı bireysel deneyimlerin yeterince temsil edilmemiş olabileceğini gösterebilir.

Araştırma sonuçlarına dayanarak, okullarda dijital okuryazarlık eğitimlerinin artırılması, öğrencilere sosyal medyanın olası zararları hakkında bilinçlendirme ve bu platformları daha sağlıklı kullanma yollarının öğretilmesi önem arz edebilir. Ayrıca sosyal medya platformlarından gelen bilgi akışının olası olumsuz sonuçlarına yönelik farkındalık projeleri, eğitim-öğretim portalında desteklenip yaygınlaştırılabilir. Bu yönde platform sağlayıcılarına yönelik düzenlemelerin ve denetimlerin güçlendirilmesi, kullanıcıların karşılaştığı bilgi kirliliğini ve olası psikolojik stresleri azaltabilir.

KAYNAKLAR

- Ahn, J. (2011). The effect of social network sites on adolescents' social and academic development: Current theories and controversies. *J. Assoc. Inf. Sci. Technol.*, 62, 1435-1445. <https://doi.org/10.1002/asi.21540>.
- Akurathi, S. (2021). Social Media Addiction Effects on Well-Being among Tertiary School Graders an Empirical Study in Viaskhapatnam. *International Journal of Current Science Research and Review*. <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/v4-i7-20>.
- Alavi, E. (2023). Negative psychological impact of social media on youth. *Zakariya Journal of Social Science*. <https://doi.org/10.59075/zjss.v1i2.104>.
- Alp, Y. ve Kaleci, D. (2018). YouTube sitesindeki videoların eğitim materyali olarak kullanımına ilişkin öğrenci görüşleri. *International Journal of Active Learning*, 3(1), 57-68
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184.
- Arora, V., & Grover, S. (2023). The perception of social mediaamong teenagers and its affects. *international journal of scientific research*. <https://doi.org/10.36106/ijsr/7045085>.
- Bailey, A., Bonifield, C., & Barragan, L. (2018). Social media use by young Latin American consumers: An exploration. *Journal of Retailing and Consumer Services*. <https://doi.org/10.1016/J.JRETCONSER.2018.02.003>.
- Basha, K., & Chavan, V. (2022). Impact of SocialMedia Psychologically on high School Students. *International Journal of All Research Education & Scientific Methods*. <https://doi.org/10.56025/ijaresm.2022.10623>.
- Beyens, I., Pouwels, J., Driel, I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-67727-7>.
- Bhalla, S., Bahar, N., & Kanapathy, K. (2023). Pre-testing Semi-structured Interview Questions Using Expert Review and Cognitive Interview Methods. *International Journal of Business and Management*, 7(5), 11-19.
- Bildt, C. (2017). The digital age. *Global health action*, 10(sup3), 1344030.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of computer-mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Buglass, S., Binder, J., Betts, L., & Underwood, J. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Comput. Hum. Behav.*, 66, 248-255. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2016.09.055>.
- Cetinkaya, A., Kırık, A., & Gündüz, U. (2021). Fear of Missing Out and Problematic Social Media Use: A Research Among University Students in Turkey. *AJIT-e Online Academic Journal of Information Technology*. <https://doi.org/10.5824/ajite.2021.04.001.x>.
- Chen, M., & Xiao, X. (2022). The effect of social media on the development of students' affective variables. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1010766>.
- Choi, S., & Lim, M. (2016). Effects of social and technology overload on psychological well-being in young South Korean adults: The mediatory role of social network service addiction. *Comput. Hum. Behav.*, 61, 245-254. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.032>.
- Cihangir, H.H. (2021). *Youtube'un eğitim ortamı olarak kullanımının izleyici ve öğretmen bağlamında incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Dagher, M., Farchakh, Y., Barbar, S., Haddad, C., Akel, M., Hallit, S., & Obeid, S. (2021). Association between problematic social media use and memory performance in a sample of Lebanese adults: the mediating effect of anxiety, depression, stress and insomnia. *Head & Face Medicine*, 17. <https://doi.org/10.1186/s13005-021-00260-8>.
- Dhir, A., Kaur, P., Chen, S., & Pallesen, S. (2019). Antecedents and consequences of social media fatigue. *International Journal of Information Management*, 48, 193-202.

- Dikshit, R., & Kiran, U. (2023). Social media and working memory - A review. *Journal of Ecophysiology and Occupational Health*. <https://doi.org/10.18311/jeoh/2023/34681>.
- Doan, L., Le, L., Nguyen, T., Nguyen, T., Le, M., Vu, G., Latkin, C., Ho, C., Ho, R., & Zhang, M. (2022). Social media addiction among Vietnam Youths: Patterns and correlated factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114416>.
- Draženović, M., Vukušić Rukavina, T., & Machala Poplašen, L. (2023). Impact of social media use on mental health within adolescent and student populations during COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3392.
- Durdu, A. (2019). *Ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Toros Üniversitesi.
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107-115.
- Gallardo-Echenique, E. E. (2019). Brechas y asimetrías que emergen en la era digital, nuevas formas de exclusión?. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21, 1-3.
- Gioia, D., Corley, K., & Hamilton, A. (2013). Seeking qualitative rigor in inductive research. *Organizational Research Methods*, 16, 15-31. <https://doi.org/10.1177/1094428112452151>.
- Greenhow, C., & Robelia, B. (2009). Informal learning and identity formation in online social networks. *Learning, Media and Technology*, 34(2), 119-140.
- Groenewald, T. (2004). A phenomenological research design illustrated. *International journal of qualitative methods*, 3(1), 42-55.
- Gürültü, E. & Deniz, L. (2017). Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 772-788.
- Harrison, J., Oshi, D., Gibson, R., & Holder-Nevins, D. (2022). Mixed method integration using participant selection variant and principle of maximum variation in investigating self-reported medication compliance among older jamaicans adults diagnosed with hypertension, diabetes and arthritis. *Caribbean Journal of Mixed Methods Research*. <https://doi.org/10.37234/cjmmr.2022.0301.a03>.
- Harzman, L. (2022). The impact of social media and fomo on mental health. *SACAD: John Heinrichs Scholarly and Creative Activity Days*. <https://doi.org/10.58809/wsbi8741>.
- Hoşoğlu-Kama, R. (2022). Sosyal medya kullanma tutumu ve anne baba tutumunun akademik erteleme davranışını yordama gücü. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 9(2), 86-105.
- James Wakefield, Jessica K. Frawley. (2020). How does students' general academic achievement moderate the implications of social networking on specific levels of learning performance? *Computers & Education*, 144: 103694 <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.103694>
- Jiang, L., Lu, A., Lin, Y., Liu, S., Li, J., Song, T., Li, C., Huang, X., Wang, X., Luo, J., Ye, L., Jian, Y., & Zhong, W. (2022). Fear of missing out as a mediator and social capital as a moderator of the relationship between the narcissism and the social media use among adolescents. *Psihologija*. <https://doi.org/10.2298/psi211212024j>.
- Karim, S., Choukas-Bradley, S., Radovic, A., Roberts, S. R., Maheux, A. J., & Escobar-Viera, C. G. (2022). Support over social media among socially isolated sexual and gender minority youth in rural US during the COVID-19 pandemic: opportunities for intervention research. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 15611.
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237-1245.

- Kondolot, T. *Medya ve eğitim ilişkisi* . [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Küçük, M., Bülbül, Z., Bilici, F., & Akdoğan, A. (2023). Eğitim ve kültürün sanatsal konumu: The Founder filmi analizi. *Ulusal Eğitim Dergisi*, 3(2), 628-641.
- Larkin, M., Flowers, P., & Smith, J. A. (2021). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research.
- Laverty, S. M. (2003). Hermeneutic phenomenology and phenomenology: A comparison of historical and methodological considerations. *International journal of qualitative methods*, 2(3), 21-35.
- Lindgren, B., Lundman, B., & Graneheim, U. (2020). Abstraction and interpretation during the qualitative content analysis process. *International journal of nursing studies*, 108, 103632. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103632>.
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2010). Balancing opportunities and risks in teenagers' use of the internet: The role of online skills and internet self-efficacy. *New media & society*, 12(2), 309-329.
- Martini, M., Heinz, A., Hinterholzer, J., Martini, C., & Sachse, P. (2020). Effects of wakeful resting versus social media usage after learning on the retention of new memories. *Applied Cognitive Psychology*. <https://doi.org/10.1002/acp.3641>.
- Mesch, G. S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *Cyberpsychology & behavior*, 12(4), 387-393.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. sage.
- Mohanani, M., & Shekhar, S. (2021). A study on the mediating effect of fomo on social media (instagram) induced travel addiction and risk-taking travel behavioral intention in youth. *Journal of content community and communication*. <https://doi.org/10.31620/jccc.12.21/06>.
- Neubauer, B., Witkop, C., & Varpio, L. (2019). How phenomenology can help us learn from the experiences of others. *Perspectives on Medical Education*, 8, 90 - 97. <https://doi.org/10.1007/s40037-019-0509-2>.
- Ngo, T., Nguyen, N., La, N., Truong, N., & Nguyen, H. (2023). Impact of academic-related peer influence and fear of missing out from social media on academic activities of adolescents. *Journal of Information Technology Education: Research*. <https://doi.org/10.28945/5223>.
- Noble, H., & Smith, J. (2015). Issues of validity and reliability in qualitative research. *Evidence-Based Nursing*, 18, 34 - 35. <https://doi.org/10.1136/eb-2015-102054>.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence*, 55, 51-60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>.
- Petrash, E., Nikishina, V., Razuvaeva, T., Sokolyskaya, M., Kuznetsova, A., & Zapesotskaya, I. (2022). Effects of the social media interference factor on memory consolidation in adolescents. *Medicine of Extreme Situations*. <https://doi.org/10.47183/mes.2022.039>.
- Ramsook, L. (2018). A Methodological Approach to Hermeneutic Phenomenology. *International journal of humanities and social sciences*, 10, 14-24.
- Rautela, S., & Sharma, S. (2022). Fear of missing out (FOMO) to the joy of missing out (JOMO): shifting dunes of problematic usage of the internet among social media users. *J. Inf. Commun. Ethics Soc.*, 20, 461-479. <https://doi.org/10.1108/jices-06-2021-0057>.
- Romansky, R. P., & Noninska, I. S. (2020). Challenges of the digital age for privacy and personal data protection. *Mathematical Biosciences and Engineering*, 17(5), 5288-5303.
- Senekal, J., Groenewald, G., Wolfaardt, L., Jansen, C., & Williams, K. (2022). Social media and adolescent psychosocial development: a systematic review. *South African Journal of Psychology*, 53, 157 - 171. <https://doi.org/10.1177/00812463221119302>.

- Seo, J., & Kim, L. (2023). "A Cross-Comparative Study of Adolescent Mental Health and Social Media Use in South Korea and Canada". *Journal of Student Research*. <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v11i3.3637>.
- Sharifian, N., & Zahodne, L. (2020). Daily associations between social media use and memory failures: the mediating role of negative affect. *The Journal of General Psychology*, 148, 67 - 83. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1743228>.
- Shi, C., Yu, L., Wang, N., Cheng, B., & Cao, X. (2020). Effects of social media overload on academic performance: A stressor-strain-outcome perspective. *Asian Journal of Communication*, 30(2), 179-197.
- Sjolie, H., Olsen, C. F., & Hempel, M. F. (2023). Attachments or Affiliations? The Impact of Social Media on the Quality of Peer Relationships—A Qualitative Study Among Norwegian High School Students. *Youth & Society*, 0044118X231171180.
- Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and loneliness in cyberspace: impacts of social media on adolescents' well-being. *Australian Journal of Psychology*, 73, 12 - 23. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1898914>.
- Sriwilai, K., & Charoensukmongkol, P. (2016). Face it, don't Facebook it: impacts of social media addiction on mindfulness, coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, 32(4), 427-434.
- Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children*, 18, 119 - 146. <https://doi.org/10.1353/FOC.0.0006>.
- Sumadevi, S. (2023). Impact of social media on Youth: Comprehensive Analysis. *Shodh Sari-An International Multidisciplinary Journal*. <https://doi.org/10.59231/sari7640>.
- Tajjamul, S., & Aleem, N. (2022). Impacts of social media on mental health of youth in Karachi, Pakistan: An Exploratory Study. *Global Digital & Print Media Review*. [https://doi.org/10.31703/gdpmr.2022\(v-ii\).13](https://doi.org/10.31703/gdpmr.2022(v-ii).13).
- Thomas, D. (2006). A general inductive approach for analyzing qualitative evaluation data. *American Journal of Evaluation*, 27, 237-246. <https://doi.org/10.1177/1098214005283748>.
- Throuvala, M., Griffiths, M., Rennoldson, M., & Kuss, D. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study. *Comput. Hum. Behav.*, 93, 164-175. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2018.12.012>.
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among US adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3-17.
- Vaismoradi, M., Jones, J., Turunen, H., & Snelgrove, S. (2016). Theme development in qualitative content analysis and thematic analysis.
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584-590.
- Vossen, H., & Valkenburg, P. (2016). Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study. *Comput. Hum. Behav.*, 63, 118-124. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.040>.
- We Are Social. (2024). <https://wearesocial.com/uk/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>
- Wood, M., Bukowski, W., & Lis, E. (2016). The digital self: How social media serves as a setting that shapes youth's emotional experiences. *Adolescent Research Review*, 1, 163-173. <https://doi.org/10.1007/S40894-015-0014-8>

Extended Abstract

We are currently living in what is termed the digital age. This era is characterized by the rapid change of technology, instant access to information, extensive connectivity, and constant communication opportunities. The effects of the digital age are inevitably recognized worldwide. This situation becomes more pronounced with the continuous development of various digital technologies. Mobile communications offer significant opportunities, especially for developing countries, while industrial revolutions continue to play a major role in industrialized nations. Digitalization is transforming society and the economy, significantly altering the nature of communication, access, and opportunities. Key features of this period include information-centricity, digital representation, virtual and innovative nature, and interactions between networks. In the digital age, one of the most commonly used tools in daily life is the internet and social media. According to current reports for the year 2024, global internet usage has reached 5.35 billion people, with an average daily internet usage of 6 hours and 40 minutes. Internet usage is most concentrated in the 16-24 age range; these individuals primarily use messaging and social media platforms. Additionally, Turkey ranks 14th globally in social media usage duration. Social media usage is one of the most time-consuming activities among young people, prompting research into the positive and negative effects of social media usage among the youth. Social media usage can enhance young people's ability to communicate, create social networks, and develop new cultural perspectives. It can positively or negatively impact their ability to express their identities and develop empathy, and a sense of social well-being. However, excessive social media use can lead to mental health issues such as anxiety, depression, and feelings of inadequacy among young people, as well as relational problems. Young people may face serious risks such as cyberbullying and privacy violations and may experience a decline in academic performance. There is also an effective relationship between social media use and the "Fear of Missing Out" (FOMO) experienced by young people. Additionally, it has been determined that social media use negatively affects young people's memory performance. The research is modeled as a qualitative research design. Using a phenomenological approach, it aims to explore common experiences regarding a phenomenon based on individuals' lives. Such studies detail how participants experience an event, phenomenon, or situation. The study focused on 22 high school students of different genders, grade levels, and daily internet usage, deeply examining the impact of their social media use within the digital ecosystem on their psychosocial dynamics. The study was conducted on a sample of 22 high school students with various demographic characteristics. The sample size recommended for phenomenological research is ideal for deeply analyzing participants' experiences and deriving rich meanings. This sample size allows researchers to examine participants' life experiences in detail and better understand each individual's perspective. According to the demographic information of the research participants, there are seven students in the 10th grade, nine students in the 11th grade, and six students in the 12th grade. In terms of gender, there are six male and 16 female students. Regarding daily internet usage, 7 participants used the internet for 0-2 hours, 7 for 2-4 hours, and 8 for 4-6 hours. The study used a semi-structured interview form containing demographic information about the participants and questions related to the sub-problems of the research. This interview form was finalized based on feedback from field experts regarding content accuracy and comprehensibility. Each interview lasted approximately 30 minutes, during which participants' views were carefully noted. Content analysis and descriptive analysis techniques were used in the data analysis process. The analysis process includes both inductive and deductive methods. In the first stage, notes from the completed interviews were digitized, and codes were assigned to ensure the anonymity of the participants. During the organization phase, all researchers summarized the data at the word and concept level and reached a consensus on the coding obtained in this process. Upon completing the organization phase, tables containing the themes, sub-themes, categories, and codes of the research were detailed in the findings section. The validity and reliability procedures of the research were meticulously applied. This research aims to present a detailed analysis of the positive and negative multi-faceted effects of social media usage, which is widespread among high school students. The analysis of social media usage and interests details students' experiences with various entertainment and activities and their social media usage. The Perception of Pressure during Social Media Usage examines the feelings of pressure students experience during social media usage and the effects of this pressure. The personal evaluation and memorability of social media content discusses how users evaluate the information they encounter on social media and how well they remember this information. The Impact of Social Media Usage on Social Relationships examines the positive and negative effects of social media content on individuals' social relationships. Information processing and forgetfulness on social media investigates the impact of information obtained from social media on users' daily lives and the processes of forgetting this information. Finally, under the emotional and mental effects of social media, it examines the effects of social media usage on users' emotional and mental states in various categories. In this study, which examined the impact of high school students' social media usage on their psychosocial states through in-depth interviews, it was observed that social media usage habits play a crucial role in young people's daily lives and social interactions. Students use social media to explore various content such as fashion, clothing, personal care and development, education, and learning. These

contents increase young people's capacity to express their identities and expand their social networks. However, the pressure social media creates on students is also significant. Young people are exerting extra effort to meet the expectations of their social circles and not miss out on new information. This situation leads to a medium and high level of pressure. Evaluating the information encountered on social media holds an important place in students' information processing processes. While information from interesting and reliable sources is considered more valuable by students, the capacity to remember this information varies. Young people also have the potential to strengthen or weaken their social relationships through social media. Social media strengthens young people's social ties and increases social interactions based on common interests. However, excessive social media use can lead to distancing and social isolation among some students. This shows the complex and dual effects of social media on users. The research results show that students use social media for a wide range of content and that these contents enrich their ways of expressing themselves and interacting with their social environment. Social media provides young people the opportunity to strengthen their social ties and discover new social circles. However, excessive social media use creates negative effects on students, with information overload and continuous information flow leading to the forgetting of important information and feelings of fatigue. Educators and families need to monitor young people's social media usage carefully and guide them positively. This study provides important findings in shaping individuals' educational and social lives in the digital age, offering guiding information to understand and direct the psychosocial development of young people.