

# Sağlık Çalışanlarında Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık

## Social Media Addiction and Loneliness in Healthcare Workers

Nilifer GÜRBÜZER<sup>1</sup>

<sup>1</sup>SBÜ Erzurum Şehir Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, Erzurum, Türkiye



Sibel TEKGÜNDÜZ<sup>1</sup>

<sup>1</sup>SBÜ Erzurum Şehir Hastanesi, Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği, Erzurum, Türkiye



Derya GÜRCAN YILDIRIM<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Atatürk Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Erzurum, Türkiye



Çalışmanın bir bölümü 18-21 Mayıs 2023 tarihlerinde Elexus Otel & Kongre Merkezi'nde düzenlenen 8. Psikiyatri Zirvesi & 15. Anksiyete Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

A part of the study was presented as an oral presentation at the 8th Psychiatry Summit & 15th Anxiety Congress held at Elexus Hotel & Congress Center on 18-21 May 2023.

Geliş Tarihi/Received 12.01.2024

Kabul Tarihi/Accepted 12.06.2024

Yayın Tarihi/Publication 09.10.2024

Date

Sorumlu Yazar/ Corresponding author:

Nilifer GÜRBÜZER

E-mail: fatih.2325@hotmail.com

Cite this article: Gürbüz, N.,

Tekgündüz, S., & Gürcan Yıldırım, D.

(2024). Social Media Addiction and

Loneliness in Healthcare Workers .

*Journal of Midwifery and Health*

*Sciences*, 7(3), 413-423.

ÖZ

**Amaç:** Çalışmanın amacı sağlık çalışanlarında sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiyi ve etkileyen faktörleri incelemektir.

**Yöntem:** Çalışmada 177 sağlık çalışanınin verileri kesitsel olarak analiz edilmiştir. Katılımcılar tarafından sosyodemografik veri formu, Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu doldurulmuştur.

**Bulgular:** Katılımcıların yaş ortalaması 34,8±7,84'tür ve %54,8'ini kadınlar oluşturmaktadır. Katılımcıların %21,5'i doktor, %29,4'ü hemşire, %23,2'si sekreter ve %26'sı yardımcı sağlık personelinin oluşmaktadır. Youtube kullanımının doktor ve hemşirelerde daha fazla olduğu, 34 yaş/üzeri grubun daha fazla Whatsapp ve Facebook kullandığı, kadınların erkeklere göre daha fazla Instagram kullandığı, ilköğretim/lise mezunu bireylerin daha fazla Facebook kullandığı saptanmıştır ( $p<.05$ ). Facebook kullanan bireylerin kullanmayanlara göre yalnızlık düzeyleri yüksek saptanmıştır ( $p<.05$ ). Sosyal medya kullanımı ve yalnızlık arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

**Sonuç:** Sağlık çalışanlarında yalnızlık düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığı, sosyal medya kullanımının ise sosyodemografik değişkenlerle ilişkili olmadığı saptanmıştır. Sosyal medya kullanımı ve yalnızlık arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Sağlık çalışanları, sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık

ABSTRACT

**Objective:** The aim of the study is to examine the relationship between social media addiction and loneliness levels among healthcare workers, and to investigate the factors affecting this relationship.

**Methods:** In the study, the data of 177 health care workers were analyzed cross-sectionally. The participants filled out a sociodemographic data form, the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults, and the Social Media Addiction Scale-Adult Form.

**Results:** The average age of the participants is 34.8±7.84, and 54.8% of them are women. 21.5% of the participants are doctors, 29.4% are nurses, 23.2% are secretaries, and 26% are auxiliary health personnel. It was found that Youtube usage is higher among doctors and nurses, the group aged 34 and over uses Whatsapp and Facebook more, women use Instagram more than men, and individuals who graduated from primary/high school use Facebook more ( $p<.05$ ). A significant positive relationship was found between loneliness and age ( $p<.05$ ). The loneliness levels of single/individuals living alone, auxiliary health personnel, and those with a low level of education were found to be high ( $p<.05$ ). It was found that individuals who use Facebook have higher levels of loneliness compared to those who do not use it ( $p<.05$ ). No significant relationship was found between social media usage and loneliness.

**Conclusion:** It has been determined that the levels of loneliness in healthcare workers vary according to sociodemographic variables, while the use of social media is not related to sociodemographic variables. No significant relationship has been found between social media use and loneliness.

**Keywords:** Healthcare workers, loneliness, social media addiction



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License.

## Giriş

Bağımlılık; bir kişiye, nesneye veya davranışa fazlasıyla bağlı olma, olumsuz sonuçlarına rağmen işlevsiz davranışı durduramama ve o davranış üzerindeki kontrolün zayıflaması olarak tanımlanmaktadır (Smith, 2012). Bağımlılık denilince akla öncelikle madde bağımlılığı gelmektedir. Ancak son yıllarda kumar, yemek yeme ve alışveriş gibi davranışlara aşırı katılımın da bağımlılıklara neden olabileceği öne sürülmüştür (Çakmak & Tamam, 2018). Günümüzde teknolojiye erişimin ve teknolojik cihazların artması ile birlikte sosyal medya kullanımı artmıştır. Bununla birlikte sosyal medyanın aşırı kullanımı da bağımlılık yapıcı olarak değerlendirilmeye başlanmıştır (Şahin & Yağcı, 2017).

Sosyal medya, kullanıcılar arasında düşünce, bilgi, duygu paylaşımı yapılarak etkileşim ve iletişim imkanları sunan web ortamları olarak nitelendirilmektedir (Sağar, 2019). Sosyal medya ortamları, sosyal paylaşım siteleri, online sohbet siteleri, forumlar, bloglar gibi sınırsız sayıda kullanıcının katılımına açık olup sanal iletişime olanak sağlamaktadır. Hayatımızın birçok alanına girerek beraberinde çeşitli kolaylıklar sunan sosyal medyanın fazla kullanılması bağımlılığı gündeme getirmektedir (Sağar, 2019). Sosyal medya platformlarının; mesajlaşma, fotoğraf paylaşımı, ilişkiyi sürdürme, zaman geçirme, müzik dinleme, video izleme, oyun oynama gibi oldukça çeşitli özellikleri içinde barındırması sosyal medya bağımlılığını tetikleyebilmektedir (Balcı & Baloğlu, 2018; Hwang, 2017). Sosyal medya bağımlılığı; “sosyal medyanın aşırı kullanılması, kullanma isteğini engelleyememe, aşırı vakit geçirmekten dolayı günlük aktivitelerin yerine getirilememesi, sosyal medyada fazla kalmanın sosyal ilişkilere zarar vermesi, sosyal medyayı olumsuz duygular ve yaşam stresinden kaçış aracı olarak kullanma, uzak kalındığında gergin ve sinirli olma, kullanımı kısıtlama ve engellemede sorunlar yaşama, sosyal medyada zaman geçirme süresine ilişkin yalan söyleme durumu” belirtileri ile karakterizedir (Balcı & Baloğlu, 2018; Savcı & Aysan, 2017). Sosyal medyanın kötüye kullanılması ve sosyal medyadan uzak kalınması durumunda gösterilen yoğun duygusal ya da fiziksel tepkilerin sinirlilik, yoksunluk, boşluk hissi gibi duygular oluşturarak bireyin aile ve iş yaşamında işlevsellik kaybına yol açtığı bildirilmiştir (Yukay Yüksel ve ark., 2020). Sosyal medya bağımlılığı, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı 5. Baskı’sında (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-V) (DSM-5) sınıflandırılan bozukluklar arasında yer almamakla birlikte davranışsal bir bağımlılık olarak değerlendirilmektedir (Griffiths, 2005; Köroğlu, 2013; Savcı & Aysan, 2017).

Son yüzyılda kişilerin yaşadığı en yoğun duygulardan birisi de yalnızlıktır. Yalnızlık öznel olarak acı verici bir şekilde

yaşanan, sosyal temas ve aitlik duygusunun yokluğu veya izolasyon hissi olarak tanımlanmaktadır (Beutel ve ark., 2017; Mushtaq ve ark., 2014). Yalnız hissetmek, mutlaka yalnız olmak veya yalnız olmak, mutlaka yalnız hissetmek anlamına gelmemektedir. Yalnızlık, kişilerin güvенеbileceği, hayatını sürdürmek ve ilerlemek için birlikte çalışabilecekleri, planlar yapabilecekleri ve etkileşim içinde olabilecekleri başka kişilerin varlığına ihtiyaç duyduğu gerçeğini vurgular (Cacioppo ve ark., 2015). Weiss yalnızlığı, zayıflık olarak değil, kişinin belirli durumlar karşısında verdiği doğal bir tepki olarak tanımlar. Bu duygunun sosyal ve duygusal yalnızlık olarak iki şekilde yaşandığını öne sürer (Weiss, 1973). Weiss’e göre duygusal yalnızlık kişinin yakınındaki kişilerle yeterince yakın ilişkiler kuramaması sonucunda yaşadığı duygu, sosyal yalnızlık ise kişinin sosyal çevresinde ihtiyacı olan arkadaşlık ilişkisinin bulunamamasıdır (Doğan & Karakaş, 2016; Weiss, 1973).

Yalnızlık, yaratılanlar için uygun olmayan bir yaşantı şeklinde tanımlanmaktadır ve insanın yaşamını sürekli bir şekilde yalnızlık içerisinde sürdürmesinin kişiyi psikolojik olarak çıkmaza sokacağından bahsedilmektedir (Karakuş, 2016). Literatür incelendiğinde; yalnızlık duygusunun depresyon, anksiyete, intihar düşünceleri, sosyal kaygı, saldırgan davranışlar, dürtüsellik ve uyku kalitesinde azalma gibi psikiyatrik sorunlara neden olduğu belirlenmiştir (Beutel ve ark., 2017; Cacioppo ve ark., 2002; Cacioppo ve ark., 2014; Cacioppo ve ark., 2015; Lauder ve ark., 2006; Mushtaq ve ark., 2014). Yalnızlık gibi sosyal medya bağımlılığının da depresyon, kaygı, dürtüsellik, benlik saygısı ve narsizm ile ilişkili olduğu bildirilmiştir (Balcı & Baloğlu, 2018; Şafak & Kahraman, 2019; Zhao ve ark., 2022). Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı yalnızlık ile ilişkilendirilmiştir (Arıbaş & Özşahin, 2022; Doğan & Karakaş, 2016; Uyaroğlu ve ark., 2022; Yukay Yüksel ve ark., 2020).

Bu araştırmanın amacı sağlık çalışanlarında sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek ve sosyodemografik değişkenlerin en sık kullanılan sosyal medya araçlarının ve sosyal medya kullanım amaçlarının sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve yalnızlık hissi üzerindeki etkisini değerlendirmektir. Toplumun psikolojik ve fiziksel sağlığının korunmasında görev alan bu kişilerin psikolojik yönden sağlıklı olmaları oldukça önemlidir. Yalnızlık ve sosyal medya bağımlılığının psikiyatrik sorunlarla ilişkisi göz önüne alındığında sağlık çalışanlarında bu ilişkinin ortaya konması, bu kişilerde psikiyatrik sorunların erken dönemde tespitini sağlayabilir ve ortaya çıkabilecek olumsuz sağlık sonuçlarını engelleyebilir. Ayrıca çalışmanın sağlık çalışanlarının öz farkındalıklarının arttırılmasına katkı sağlaması beklenmektedir.

Tüm bu bilgiler ışığında, bu çalışmanın araştırma soruları şu

şekildedir:

- Sağlık çalışanlarında yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki var mıdır?
- Sağlık çalışanlarında yalnızlığı hangi değişkenler etkilemektedir?
- Sağlık çalışanlarında sosyal medya bağımlılığını hangi değişkenler etkilemektedir?

### Yöntemler

**Araştırmanın Türü:** Bu çalışmada nicel araştırma desenlerinden korelasyonel ve enlemesine kesitsel bir araştırma deseni kullanılmıştır. Korelasyonel araştırmalar, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi inceleyen ve değişkenler arasındaki doğrusal ilişkiyi ölçmeye odaklanan araştırma desenleridir (Shaughnessy ve ark., 2014). Kesitsel araştırmalar ise belirli bir zamanda, aynı anda veri toplamayı ve değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemeyi amaçlar. Katılımcılardan alınan veriler, belirli bir dönemdeki (Ocak 2023 - Mart 2023) sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve sosyodemografik faktörler gibi değişkenleri içerir. Bu şekilde, değişkenler arasındaki ilişkileri değerlendirebilmek ve sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiyi anlamak için veriler analiz edilmiştir.

**Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman:** Araştırma, Erzurum Şehir Hastanesi'nde görev yapan personelin gönüllü katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan ve çalıştıkları sağlık kuruluşundan sözlü ve yazılı onam alınmıştır. Ardından katılımcılar basılı olan anketleri doldurmuş ve araştırmacılara teslim etmişlerdir. Araştırmaya dâhil edilme kriterleri; 18-60 yaş aralığında olmak, Erzurum Şehir Hastanesi çalışanı olmak, çalışmaya katılmak için yazılı ve sözlü onam vermiş olmak, testleri doldurmasına engel fiziksel ve zihinsel engeli olmamak olarak belirlenmiştir.

**Araştırmanın Evren ve Örneklemi:** Araştırmanın evrenini Erzurum Şehir Hastanesi'nde görev yapan doktor, hemşire, sekreter ve yardımcı sağlık personeli oluşturmaktadır. Araştırmaya başlamadan önce G-power analizi yapılmıştır. Orta dereceli etki büyüklüğü, %90 güç ve %95 güven aralığı göz önünde bulundurulduğunda MANOVA analizi için uygulama 172 kişilik örneklem önermiştir. Katılımcıların anketleri geri getirmemesi, tamamlamaması gibi ihtimaller göz önünde bulundurulurken %20 daha fazla kişiye anket dağıtılmıştır. Bu doğrultuda veri toplanmaya başlanmış ve 177 kişiden veri toplanmıştır. Araştırmanın örneklemi belirlenirken amaçlı örneklem yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleminden yararlanılmıştır. Bu örneklem yönteminin en büyük avantajı örneklemin araştırılan problemle ilgili kendi içinde farklı durumlardan oluşmasıdır (Büyüköztürk ve ark., 2008).

**Veri Toplama Araçları:** Veri toplama aracı olarak

sosyodemografik veri formu, Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF) kullanılmıştır. Kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler şöyledir.

**Sosyodemografik Veri Formu:** Sosyodemografik veri formu araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur ve yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni durum, meslek, sosyal medyanın kullanım amaçları, en sık kullanılan sosyal medya araçları gibi değişkenleri içermektedir.

**Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S):** SELSA; yalnızlık düzeyini ölçmek için DiTommaso ve Spinner tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, Weiss'in duygusal yalnızlık ile sosyal yalnızlık arasındaki ayrımı ile ilgili teorisine dayalı ve çok boyutlu olarak geliştirilmiştir (DiTommaso & Spinner, 1993; DiTommaso & Spinner, 1997; Weiss, 1973). SELSA-S; toplam 15 maddeden ve duygusal romantik yalnızlık, duygusal ailesel yalnızlık ve sosyal yalnızlık olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçüm yedili Likert tipi derecelendirme ile yapılmaktadır. Ölçekte alınan yüksek puan bireyin kendisini yalnız hissettiğini ortaya koymaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır (Akgül, 2020). Akgül'ün (2020) çalışmasında ölçeğin ve alt ölçeklerinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları, duygusal romantik yalnızlık alt ölçeğinde .85, duygusal ailesel yalnızlık alt ölçeğinde .76, sosyal yalnızlık alt ölçeğinde .82 ve toplam puan için .83 olarak belirtilmiştir. Yapılan çalışmada Cronbach Alpha değerleri duygusal romantik alt ölçeği için .88, duygusal ailesel yalnızlık alt ölçeği için .84, sosyal yalnızlık için .79 ve toplam ölçek için .89 olarak bulunmuştur.

**Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF):** Ölçek, Şahin ve Yağcı tarafından 18-60 yaş aralığındaki yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı düzeyini belirlemek amacı ile geliştirilmiştir (Şahin ve Yağcı, 2017). Ölçek beşli Likert tipinde bir ölçektir. Ölçek 20 maddeden oluşmakta, Sanal Tolerans ve Sanal İletişim olarak iki alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekte alınan yüksek puan bireyin sosyal medya bağımlılığı belirtilerine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçeğin Cronbach's Alpha katsayıları sanal tolerans alt boyutunda .92, sanal iletişim alt boyutunda .91 ve toplamda .94 olarak bildirilmiştir. Yapılan çalışmada Cronbach Alpha değerleri sanal tolerans için .83, sanal iletişim için .84 ve toplam ölçek için .89 olarak bulunmuştur.

**Verilerin Değerlendirilmesi:** Çalışmanın analizleri IBM Sosyal Bilimlerde İstatistik Paket Programı (SPSS) sürüm 24 kullanılarak yapılmıştır. Analizlere başlamadan önce normallik analizi yapılmıştır ve tüm değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olduğu görülmüştür. Bu değerler normallik varsayımının karşılandığını göstermektedir (Tabachnick & Fidel, 2013). Araştırmanın değişkenleri ile ilgili tanımlayıcı bilgileri elde

edebilmek amacı ile frekans analizi yapılmıştır. Ardından araştırmada kullanılan kategorik demografik değişkenlerin sosyal medya kullanım amaç ve araçları üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek amacı ile Ki-kare analizi yapılmıştır. Ölçeklerin arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenlerinin kategorik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacı ile çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. Başka bir deyişle grupların bağımlı değişken puan ortalamalarının karşılaştırılmasında MANOVA kullanılmıştır. Çok değişkenli varyans analizinde Tip 1 hatadan kaçınmak amacı ile Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır. Bonferroni düzeltmesinde alpha değeri karşılaştırma sayısına bölünerek Tip 1 hatanın önüne geçilmektedir. Anlamlılık değeri  $p < ,05$  olarak alınmıştır.

**Araştırmanın Etik Yönü:** Bu araştırma, Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 29.12.2022 tarih ve 10/53 sayılı kararı ile onaylanmış, katılımcılardan yazılı onam alınmış ve araştırmanın her aşaması Helsinki Deklarasyonuna uygun olarak yürütülmüştür.

**Araştırmanın Sınırlılıkları ve Güçlü Yönleri:** Yapılan çalışmanın güçlü yönleri olmakla birlikte kısıtlılıkları da bulunmaktadır. Çalışmanın kesitsel olması ve verilerin öz bildirim ölçeklerine dayanması araştırmanın en önemli kısıtlılıklarıdır. Araştırmaya katılan kişilerin cevaplarının görüleceğini düşünerek soruları cevaplamaması araştırmanın sonuçlarını farklı şekilde etkilemiş olabilir. Ayrıca örneklemin 177 gibi kısıtlı bir katılımcı grubundan oluşması bazı bulgularda farklılık yaratmış olabilir. Çalışmanın güçlü yönüne bakılacak olursa, sosyal medya bağımlılığı çalışmalarının sıklıkla üniversite ya da lise öğrencilerinden oluşan genç yaş grubu ile yapıldığı görülmektedir. Ancak yapılan araştırmanın katılımcıları sağlık çalışanlarından oluşmaktadır. Yani öğrenci grubundan yaş, gelir düzeyi, yaşamındaki belirsizlik düzeyi gibi alanlardan farklılaşmaktadır. Araştırmanın farklı bir örneklem grubu ile yapılmış olması sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık değişkenlerinin daha iyi anlaşılması konusunda literatüre katkı sunma potansiyeline sahiptir.

**İstatistiksel Analiz:** Çalışmanın analizleri IBM Sosyal Bilimlerde İstatistik Paket Programı (SPSS) sürüm 24 kullanılarak yapılmıştır. Analizlere başlamadan önce normallik analizi yapılmıştır ve tüm değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olduğu görülmüştür. Bu değerler normallik varsayımının karşılandığını göstermektedir (Tabachnick & Fidel, 2013). Araştırmanın değişkenleri ile ilgili tanımlayıcı bilgileri elde edebilmek amacı ile frekans analizi yapılmıştır. Ardından araştırmada kullanılan kategorik demografik değişkenlerin

sosyal medya kullanım amaç ve araçları üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek amacı ile Ki-kare analizi yapılmıştır. Ölçeklerin arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenlerinin kategorik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacı ile çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. Başka bir deyişle grupların bağımlı değişken puan ortalamalarının karşılaştırılmasında MANOVA kullanılmıştır. Çok değişkenli varyans analizinde Tip 1 hatadan kaçınmak amacı ile Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır. Bonferroni düzeltmesinde alpha değeri karşılaştırma sayısına bölünerek Tip 1 hatanın önüne geçilmektedir. Anlamlılık değeri  $p < ,05$  olarak alınmıştır.

### Bulgular

Araştırmaya katılan kişilerin yaş ortalaması  $34,8 \pm 7,84$  (min:21, max: 60) olarak belirlenmiştir. Araştırmada katılımcılarının %54,8'inin kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların %21,5'i doktor, %29,4'ü hemşire, %23,2'si sekreter ve %26'sı yardımcı sağlık personelidir. Araştırmaya katılan kişilerin %58,8'i üniversite mezunu, %68,9'u ise evli olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların %36,2'si sigara, %7,9'u alkol tüketmektedir. Sosyal medya ile ilgili değişkenler incelendiğinde katılımcıların %76,3'ünün Whatsapp'ı en sık kullandıkları, sosyal medya kullanım amaçları incelendiğinde katılımcıların %76,3'ü sosyal medyayı arkadaşları ile iletişim kurmak amacı ile kullandıkları görülmektedir. Katılımcıların %54,8'i sosyal medyayı müzik dinlemek ya da video izlemek amacı ile kullandığını ifade etmiştir. Çalışmanın demografik değişkenlerinin tanımlayıcı bilgileri Tablo 1'de gösterilmiştir.

Analiz sonuçlarına bakıldığında, 34 yaş ve üzeri grubun Whatsapp ve Facebook kullanımının 33 yaş ve altı gruba göre daha fazla olduğu, Instagram kullanımının ise daha az olduğu bulunmuştur. Youtube kullanımının doktor ve hemşirelerde, sekreterler ve diğer yardımcı sağlık personelinde daha fazla olduğu görülmektedir. Benzer şekilde aylık geliri orta ve yüksek olan grup üyelerinin, aylık geliri düşük olan gruba göre daha fazla Youtube kullandığı bulunmuştur. Kadınların erkeklere göre daha fazla Instagram kullandığı, erkeklerin ise kadınlara göre daha fazla Facebook ve Twitter kullandığı görülmektedir. İlköğretim ve lise mezunu bireylerin lisans mezunu ve uzmanlık mezunu katılımcılara göre daha fazla Facebook kullandığı görülmektedir. Doktor ve hemşire grubundaki katılımcıların sosyal medyayı alışveriş yapmak için daha fazla kullandığı görülmektedir. Demografik değişkenler ile sosyal medya kullanım amaçları ve araçları arasındaki ilişki Tablo 2 ve 3'te gösterilmiştir.

**Tablo 1.**  
**Katılımcıların Sosyodemografik Değişkenlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları**

Tanımlayıcı değişkenler	f	Yüzde
<b>Meslek</b>	Doktor	38 21,5
	Hemşire	52 29,4
	Sekreter	41 23,2
	Yardımcı sağlık personeli	46 26
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	97 54,8
	Erkek	80 45,2
<b>Öğrenim düzeyi</b>	İlköğretim/Lise	35 19,8
	Üniversite(lisans/önlisans)	104 58,8
	Tıp fakültesi/Tıpta uzmanlık	38 21,4
<b>Gelir düzeyi</b>	0-10000 YTL	89 50,3
	10000-20000 YTL	50 28,2
	20000 YTL ve üzeri	38 21,5
<b>Medeni durum</b>	Evli/birlikte yaşıyor	122 68,9
	Bekar/boşanmış/yalnız yaşıyor	55 31,1
<b>Sigara kullanımı</b>	Evet	64 36,2
	Hayır	113 63,8
<b>Alkol kullanımı</b>	Evet	14 7,9
	Hayır	163 92,1
<b>Ruhsal bozukluk</b>	Var	16 9
	Yok	161 91
<b>Ailede ruhsal bozukluk</b>	Var	19 10,7
	Yok	158 89,3
<b>Kronik hastalık</b>	Var	31 17,5
	Yok	146 82,5
<b>Spor yapma</b>	Evet	57 32,2
	Hayır	120 67,8
<b>En sık kullanılan sosyal medya araçları</b>	Youtube kullanımı	72 40,7
	Whatsapp kullanımı	135 76,3
	Instagram kullanımı	85 48
	Facebook kullanımı	23 13
	Twitter kullanımı	26 14,7
<b>Sosyal medya kullanım amaçları</b>	Arkadaşlarla iletişim	135 76,3
	Fotoğraf paylaşımı	53 29,9
	Arkadaş bulma	7 4
	Eğitim	66 37,3
	Müzik/Video	97 54,8
	Alışveriş yapma	63 35,6
Düşünce paylaşımı	29 16,4	

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı toplam ölçek puanı 43,89±13,71 (sanal tolerans 26,13±8,26; sanal iletişim 17,76±6,56) ve sosyal ve duygusal yalnızlık toplam ölçek puanı 37,96±19,28 (sosyal yalnızlık 12,60±7,02; duygusal yalnızlık 25,35±14,46) olarak bulunmuştur. Değişkenler arasındaki ilişki Tablo 4'de gösterilmiştir. Yaş ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki bulunamamıştır.

**Tablo 2.**  
**Demografik Değişkenler ve Sosyal Medya Kullanım Araçları Arasındaki İlişki**

	Sosyal Medya Kullanım Araçları									
	Youtube		Whatsapp		Instagram		Facebook		Twitter	
Demografik değişkenler	χ <sup>2</sup>	p	χ <sup>2</sup>	p	χ <sup>2</sup>	p	χ <sup>2</sup>	p	χ <sup>2</sup>	p
<b>Yaş</b>	1,51	,22	5,13	,02*	4,83	,03*	6,79	,009**	0,48	,49
<b>Cinsiyet</b>	1,13	,29	1,15	,28	8,11	,004**	8,8	,003**	5,01	,03*
<b>Meslek</b>	8,34	,04*	7,46	,06	2,59	,46	4,49	,21	2,75	,43
<b>Öğrenim Durumu</b>	4,38	,11	5,18	,08	2,3	,32	17,49	,000**	0,12	,94
<b>Gelir Durumu</b>	8,41	,02*	4,68	,1	1,91	,39	3,93	014	0,17	,92
<b>Medeni Durum</b>	0,21	,65	2,27	,13	1,36	,24	2,31	,13	0,78	,38

\*p<,05; \*\*p<,01

Yaş ile yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığında aralarında anlamlı ve pozitif bir ilişki ( $r=,20$ ;  $p<,01$ ) olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte yaşın sosyal yalnızlık ( $r=,27$ ;  $p<,01$ ) ve aile tarafından algılanan duygusal yalnızlık ( $r=,24$ ;  $p<,01$ ) ile de pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Yalnızlık ile sosyal medya ilişkisine bakıldığında ise yapılan korelasyon analizinde iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sosyal medya bağımlılığı alt ölçekleri olan sanal tolerans ve sanal iletişimin demografik değişkenlere göre farklılaşmadığı ( $p>,05$ ) ancak yalnızlığın alt ölçekleri olan sosyal ve duygusal yalnızlığın farklılaştığı bulunmuştur ( $p<,05$ ). Yalnızlık düzeyi gelir ve cinsiyete göre değişmezken, yaş, meslek grubu, öğrenim düzeyi ve medeni duruma göre farklılaşmıştır (Tablo 5) (Tabloların çok uzun olmasından kaçınmak amacı ile yalnızca anlamlı olan sonuçlar rapor edilmiştir). Daha genç yaş grubunda olan bireylerin sosyal yalnızlık düzeylerinin daha ileri yaşta olan bireylere göre anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu bulunmuştur ( $M=10,8$ ;  $M=14,3$ ). Personel grubundaki katılımcıların sosyal yalnızlık düzeylerinin hemşirelerden ve doktorlardan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $M=15,33$ ;  $M=11,13$ ;  $M=10,92$ ). Öğrenim düzeyi lise ve altında olan bireylerin sosyal ve duygusal yalnızlık seviyeleri üniversite mezunları ve uzmanlık eğitimi almış olan bireylerden anlamlı olarak daha fazla bulunmuştur ( $M=18,00$ ;  $M=32,23$ ), ( $M=11,40$ ;  $M=23,95$ ), ( $M=10,92$ ;  $M=22,84$ ). Medeni duruma göre ise sosyal yalnızlıkta bir fark bulunmazken, bekar bireylerin duygusal yalnızlıkları evli bireylere göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur ( $M=31,80$ ;  $M=22,44$ ). Sosyal medyayı yeni arkadaşlıklar aramak için kullanan bireylerin duygusal yalnızlık puanlarının bu amaç için kullanmayan bireylerin duygusal yalnızlık puanlarına göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $M=39,57$ ;  $M=24,77$ ).

**Tablo 3.**  
**Demografik Değişkenler ve Sosyal Medya Kullanım Amaçları Arasındaki İlişki**

Demografik değişkenler	Sosyal Medya Kullanım Amaçları													
	Arkadaş ile iletişim		Fotoğraf		Arkadaş bulma		Eğitim		Müzik Video		Alışveriş yapma		Düşünce paylaşımı	
	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p	$\chi^2$	p
Yaş	0,84	,36	0,06	,81	0,21	,64	0,08	,77	0,12	,73	0,27	,61	0	,97
Cinsiyet	3,17	,08	2,67	,1	2,03	,16	0,07	,8	0,43	,51	15,48	,00**	0,2	,65
Meslek	2,39	,5	1,84	,61	0,89	,83	5,74	,13	4,67	,2	9,27	,03*	1,29	,73
Öğrenim Durumu	0,89	,64	1,05	,59	0,46	,79	4,83	,09	1,05	,59	2,88	,24	1,53	,47
Gelir Durumu	1,91	,39	1,64	,44	0,81	,67	5,1	,08	5,78	,06	5,82	,06	0,79	,67
Medeni Durum	0	,99	0,03	,87	2,31	,13	0,26	,61	0,08	,78	3,58	,06	0	,99

\* $p < ,05$ ; \*\* $p < ,01$

**Tablo 4.**  
**Yaş, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Yaş	1	,27**	,24**	0,034	0,133	,20**	-0,15	-0,06	-0,12
		0	0,002	0,658	0,082	0,008	0,051	0,446	0,125
2.Sosyal Yalnızlık		1	,66**	,37**	,56**	,78**	-0,08	0,07	-0,01
			0	0	0	0	0,295	0,342	0,86
3.Duygusal Yalnızlık Aile			1	,49**	,80**	,84**	0,09	0,08	0,09
				0	0	0	0,247	0,269	0,22
4.Duygusal Yalnızlık Romantik				1	,92**	,82**	0,11	0,04	0,08
					0	0	0,144	0,637	0,27
5.Duygusal Yalnızlık					1	,95**	0,12	0,06	0,1
Toplam						0	0,123	0,403	0,184
6.Yalnızlık Toplam						1	0,06	0,07	0,07
							0,441	0,331	0,353
7.Sanal Tolerans							1	,71**	,94**
								0	0
8.Sanal İletişim								1	,91**
									0
9.Sosyal Medya Bağımlılığı									1

\* $p < ,05$ ; \*\* $p < ,01$

Sosyal medyayı müzik dinlemek amacı ile kullanan katılımcıların sanal toleransının bu amaç için kullanmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (M= 27,46; M= 24,51). Benzer şekilde, sosyal medyayı alışveriş

yapma amacı ile kullanan bireylerin sanal toleransının bu amaç ile kullanmayan bireylere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur (M= 27,83; M= 25,19) (Tablo 6).

**Tablo 5.**  
**Sosyal Yalnızlık ve Duygusal Yalnızlıkta Demografik Değişkenlere Göre Farklılıklar**

Değişkenler	Wilk's Lambda	Multivariate df	Multi.	Multi. $\eta^2$	Univariate df	Uni. F	Uni.
			F				$\eta^2$
Yaş	0,93	2, 174	6,98**	0,07			
Sosyal yalnızlık					1,175	13,54**	0,07
Duygusal yalnızlık					1,175	2,1	0,01
Meslek grupları	0,92	6, 344	2,46*	0,04			
Sosyal yalnızlık					3, 173	4,03**	0,07
Duygusal yalnızlık					3, 173	0,52	0,01
Öğrenim	0,85	4, 346	7,22**	0,08			
Sosyal yalnızlık					2, 174	15,00**	0,15
Duygusal yalnızlık					2, 174	5,26**	0,06
Medeni durum	0,83	2, 174	17,27**	0,17			
Sosyal yalnızlık					1, 175	0,63	0
Duygusal yalnızlık					1, 175	17,36**	0,09

\* $p < ,05$  ; \*\* $p < ,01$

Sosyal medya kullanım araçlarının yalnızlık üzerindeki etkisine bakıldığında ise yalnızlık ile yalnızca Facebook kullanımının ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuçlara göre Facebook kullanan bireylerin sosyal ( $p < ,01$ ) ve duygusal yalnızlığının ( $p < ,05$ ) Facebook kullanmayan bireylerin sosyal ve duygusal yalnızlık değerlerine göre daha fazla olduğu bulunmuştur ( $M = 18,52$ ;  $M = 32,43$ ), ( $M = 11,72$ ;  $M = 24,29$ ). Sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya kullanım araçları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise sosyal medya bağımlılığının kullanım araçlarına göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

### Tartışma

Bu çalışmada, sağlık çalışanlarında sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki ve yaş, cinsiyet, medeni durum, meslek, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, en sık kullanılan sosyal medya aracı ve sosyal medya kullanım amacı değişkenlerine göre yalnızlık ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmamızda sosyal medyanın en sık iletişim amaçlı kullanıldığı saptanmıştır. Ayrıca en sık kullanılan sosyal medya aracının Whatsapp

olduğu görülmüştür. Yaşa göre bakıldığında, 34 yaş ve üzeri sağlık çalışanlarında 33 yaş ve altı gruba göre Whatsapp ve Facebook'un daha sık kullanıldığı, Instagram kullanımının ise daha az olduğu bulunmuştur. Yetişkinlerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerini araştırılan bir çalışmada katılımcıların en sık kullandıkları sosyal medya aracının sırasıyla Whatsapp, Instagram, Facebook ve Twitter olduğu, en sık iletişim (%72) amaçlı kullanıldığı bildirilmiştir (Sağar, 2019). Araştırmamızda kadınların Instagram, erkeklerin ise Facebook ve Twitter'ı daha fazla tercih ettikleri görülmüştür. Ayrıca doktor ve hemşirelerin sekreter ve yardımcı sağlık personeline göre, geliri yüksek olanların düşük olanlara göre daha fazla youtube kullandığı saptanmıştır. Çam ve İşbulan 1257 öğretmen adayında Facebook bağımlılığı ile cinsiyet ve sınıflar arasındaki ilişkiyi araştırmış ve erkeklerde kadınlara kıyasla daha fazla Facebook bağımlılığı tespit etmişlerdir (Çam & İşbulan, 2012). Yüz otuz yedi üniversite öğrencisinin dâhil edildiği bir araştırmada en sık kullanılan sosyal medya aracının Instagram, en az ise Twitterın olduğu, kadınların daha fazla Instagram ve Youtube kullanımını tercih ettiği bildirilmişlerdir (Aliusta ve ark., 2019).

**Tablo 6.**  
**Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlıkta Sosyal Medya Kullanım Amaçlarına Göre Farklılıklar**

Değişken	Wilk's Lambda	Multivari ate df	Multi.	Multi	Univariat e df	Uni. F	Uni.
			F	.η <sup>2</sup>			η <sup>2</sup>
Yeni arkadaş edinme amacı ile kullanım	0,96	2, 174	3,96*	0,04			
Sosyal yalnızlık					1,175	4,63	0,03
Duygusal yalnızlık					1,175	7,30*	0,04
Müzik dinleme amacı ile kullanım	,97	2, 174	3,19*	0,04			
Sanal tolerans					1, 175	5,75*	0,03
Sanal iletişim					1, 175	1,25	0,01
Alışveriş yapma amacı ile kullanım	0,96	2, 174	3,98*	0,04			
Sanal tolerans					1, 175	4,19*	0,02
Sanal iletişim					1, 175	0,1	0

\* $p < ,05$ ; \*\* $p < ,01$

Çalışmamızda katılımcıların sosyal medya bağımlılıklarının cinsiyet, yaş, medeni hal, eğitim düzeyi ve gelir düzeyine göre incelendiğinde farkın sosyal medya bağımlılığı ölçeği ve alt boyutlarında anlamsız olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, İzmir ve İstanbul'da yaşayan genç ve orta yaş grubundan 207 katılımcı ile yapılan bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim düzeyi arasında ilişki saptanmamıştır (Şafak & Kahraman, 2019). Sağar'ın 30-70 yaş aralığındaki 200 yetişkin ile yaptığı çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet ve yaş arasında ilişki bulunmamış, medeni durum değişkenine göre boşanmış olanların evlilere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek sosyal medya bağımlısı oldukları bildirilmiştir (Sağar, 2019). Farklı illerde ikamet etmekte olan 531 genç yetişkinin gönüllü katılımı ile gerçekleştirilen başka çalışmada ise sosyal medya bağımlılığı ile erkek cinsiyet, bekâr olma, genç yaş arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (Yukay Yüksel ve ark., 2020). Bu farklılaşmanın nedeninin çalışma yapılan grupların katılımcı sayısı, yaş, eğitim seviyesi ve sosyo-kültürel

farklılıklarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda yalnızlık düzeyleri ile sosyodemografik değişkenler arasında ilişki saptanmıştır. Yalnızlık ve cinsiyet değişkeni ile ilgili yapılan çalışmalarda literatürde çelişkili sonuçlar yer almaktadır. Yapılan bir çalışmada kadınların yalnızlık düzeyi yüksek bulunurken, başka bir çalışmada erkeklerin yalnızlık düzeyi daha yüksek bulunmuştur (Uyaroglu ve ark., 2022; Yukay Yüksel ve ark., 2020). Araştırmamızın sonucu ile uyumlu olarak yalnızlık düzeyleri ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki bulunmamış çalışmalarda literatürde yer almaktadır (Arıbaş & Özşahin, 2022; Şafak & Kahraman, 2019). Araştırma sonuçlarının farklılığı, örnekleme alınan grupların yaş, eğitim düzeyi ve sosyokültürel farklılıkları ile açıklanabilmektedir. Çalışmamızda evli/birlikte yaşayan, eğitim düzeyi yüksek bireylerde ve gençlerde yalnızlık düzeyleri daha düşük saptanmıştır. Şafak ve Kahraman (2019) yaptığı çalışmada lise mezunu ve altı eğitim düzeyine sahip olanların üniversite ve üzeri eğitim düzeyine sahip olan katılımcılara göre daha fazla yalnız olduğunu, yine aynı şekilde 50 yaş ve üzeri katılımcıların 49 yaş ve altı katılımcılara göre daha fazla yalnız olduğunu bulmuştur. Bekar-yalnız yaşayanların evlilere göre yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu literatürde bildirilmiştir (Arıbaş & Özşahin, 2022; Uyaroglu ve ark., 2022; Yukay Yüksel ve ark., 2020). Çalışmamızda gelir düzeyi ile yalnızlık arasında ilişki saptanmamış olup bu durumun araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının geçimlerini sağlayabilecek asgari gelirlerinin daimi olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda Facebook kullanan sağlık çalışanlarının yalnızlık düzeylerinin Facebook kullanmayanların yalnızlık düzeylerine göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Balcı ve Gölcü (2013), 903 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada katılımcıların Facebook kullanım süreleri ve yalnızlık düzeyleriyle Facebook bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Çapan ve Sarıçalı'nın (2016) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada problemlili Facebook kullanımı ve yalnızlık düzeyi arasında pozitif ilişki saptanmıştır. Araştırma sonuçlarımız literatürle örtüşmektedir. Bunun dışında, üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada sosyal medyayı video/müzik indirmek amacıyla kullananların araştırmamızla uyumlu olarak sanal tolerans boyutunda bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu bildirilmiştir (Demir & Kumcağız, 2019).

Çalışmamızda sağlık çalışanlarının yalnızlık düzeyleri ve sosyal medya kullanımı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Sosyal medya platformlarının kullanımının yalnızlık algısını azalttığı, sosyal medya kullanımının yalnızlıkla pozitif yönde ilişkili olduğu veya araştırma



sonucunu destekler şekilde sosyal medyanın yalnızlık düzeylerini etkilemediğine dair yayınlar literatürde yer almaktadır (Arıbaş & Özşahin, 2022; Pittman & Reich, 2016; Şafak & Kahraman, 2019; Yukay Yüksel ve ark., 2020). Başka bir deyişle literatürde sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık arasındaki ilişkiye dair çelişkili bulgular bulunmaktadır. Yapılan bu çalışma da iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı çalışmalara örnek teşkil etmektedir. Bu çelişkili sonuçlar, iki değişken arasındaki ilişkide başka değişkenlerin rol alabileceğini düşündürmektedir. Örneğin, benlik saygısı, özgüveni düşük, sosyal karşılaştırma yapma eğilimi fazla olan bireylerde fazla sosyal medya kullanımı yalnızlığı artırıyor olabilirken, yaşam doyumu yüksek, sosyal, psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerde sosyal medya kullanımı ile yalnızlık arasında bir ilişki bulunmuyor olabilir. Araştırmamızda örneklemin sıklıkla kullanılan öğrenci örnekleminde farklı olması, yani örneklemin bir mesleği ve sabit geliri olan bireylerden oluşmasının bu sonuç üzerinde etkisinin olabileceğini akla getirmektedir.

### Sonuç ve Öneriler

Araştırmamızda katılımcıların sosyal medyayı en sık iletişim amaçlı kullandığı, en sık kullanılan sosyal medya aracının ise Whatsapp olduğu görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığının sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmadığı ancak yalnızlığın sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığı bulunmuştur. İleri yaşta bireylerin gençlere göre, bekâr/boşanmış bireylerin evli/birlikte yaşayanlara göre, yardımcı sağlık personelinin hemşire ve doktorlara göre, lise ve altı eğitim düzeyi olanların üniversite mezunlarına göre yalnızlık düzeyleri daha yüksek olarak saptanmıştır. Sosyal medyayı müzik dinleme ve alışveriş yapma amacı ile kullanan katılımcıların sanal toleransının bu amaç için kullanmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Facebook kullanan bireylerin kullanmayan bireylere göre yalnızlık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Araştırmada sosyal medya kullanımının yalnızlık üzerine etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Günümüzde artan yalnızlık ve yaygınlaşan sosyal medya bağımlılığının daha iyi anlaşılabilmesi için bu ilişkide etkisi olabilecek farklı değişkenler eklenerek katılımcı sayısının daha fazla olduğu ve farklı bölgelerde yaşayan sağlık çalışanlarının yer aldığı araştırmalar yapılmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

**Etik Kurul Onayı:** Bu araştırma, ilgili tüm ulusal düzenlemelere, kurumsal politikalara ve Helsinki Bildirgesinin ilkelerine uygundur ve Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (tarih: 29.12.2022, onay numarası: 2022/10/53).

**Hasta Onamı:** Yazılı onam bu çalışmaya katılan katılımcılardan alınmıştır.

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış bağımsız.

**Yazar Katkıları:** Fikir- Tasarım N.G., Denetleme: N.G., S.T, D.G.Y; Kaynaklar N.G.,D.G.Y. Veri Toplanması, İşlemesi, Analiz ve Yorum: N.G.,D.G.Y; Literatür taraması: - N.G., S.T, D.G.Y; Yazıyı yazan: N.G., S.T, D.G.Y; Eleştirel

inceleme: N.G., S.T, D.G.Y.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

**Finansal Destek:** Bu çalışma için finansal destek alınmamıştır.

**Ethics Committee Approval:** This research complies with all relevant national regulations, institutional policies and the principles of the Declaration of Helsinki and has been approved by the Clinical Research Ethics Committee of Atatürk University Faculty of Medicine (date: 29.12.2022, number: 2022/10/53).

**Informed Consent:** Informed consent was obtained from participants in this study.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Author Contributions:** Idea, N.G., Design, N.G., D.G.Y: Literature review, N.G., S.T, D.G.Y: Data collection and/or processing N.G., S.T, D.G.Y: Statistical analysis and/or comment, N.G., S.T; Article writing, N.G., S.T, D.G.Y. Critical review/critical reading, N.G., S.T, D.G.Y.

**Conflict of Interest:** There is no conflict of interest between the authors.

**Financial Support:** There is no financial support for the research.

### Kaynaklar

- Akgül, H. (2020). Yetişkinler için sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlaması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 54-69.
- Aliusta, Z., Akmanlar, Z., & Gökkaya, F. (2019). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 10-13.
- Arıbaş, A.N. & Özşahin, F. (2022). İş yaşamında yalnızlığın sosyal medya bağımlılığına etkisinin incelenmesi. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(1), 37-46. Doi: 10.52791/aksarayibd.992255
- Balcı, Ş. & Baloğlu, E. (2018). Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişki: " Üniversite gençliği üzerine bir saha araştırması". *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, 29, 209-234.
- Balcı, Ş., & Gölcü, A. (2013). Facebook addiction among university students in Turkey: " Selçuk University example". *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 1(34), 255-278.
- Beutel, M.E., Klein, E.M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., Wiltink, J., Wild, P.S., Münzel, T., Lackner, K.J. & Tibubos, A.N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17(1), 97. Doi:10.1186/s12888-017-1262-x.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri (14. Baskı). *Pegem Yayınları*.
- Cacioppo, J.T., Hawkey, L.C., Crawford, L.E., Ernst, J.M., Burleson, M.H., Kowalewski, R.B., Malarker, W.B., Van Cauter E. & Berntson, G.G. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 64(3), 407-417.
- Cacioppo, S., Capitanio, J.P., & Cacioppo, J.T. (2014). Toward

- a neurology of loneliness. *Psychological Bulletin*, 140(6), 1464-1504.
- Cacioppo, S., Grippo, A.J., London, S., Goossens, L. & Cacioppo, J.T. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 238-249.
- Çakmak, S. & Tamam, L. (2018). Kumar oynama bozukluğu: Genel bir bakış. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 78-97.
- Çam, E. & Isbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 11(3), 14-9.
- Çapan, B.E. & Sarıçalı, M. (2016). Problemlerli facebook kullanımında sosyal ve duygusal yalnızlığın rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 53-66.
- Demir, Y. & Kumcağız, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(52), 23-42.
- DiTommaso, E., Brannen, C. & Best, L.A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119.
- DiTommaso, E. & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 22(3), 417-427.
- DiTommaso, E. & Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14(1), 127-134.
- DiTommaso, E. (1997). Assessing an attachment model of loneliness: The relationship between attachment style, chronic loneliness and coping. Diss. *University of New Brunswick*, 1997.
- Doğan, U. & Karakaş, Y. (2016). Lise öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanımının yordayıcısı olarak yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 57-71.
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Hwang, H.S. (2017). The influence of personality traits on the facebook addiction. *KSII Transactions on Internet and Information Systems (TIIS)*, 11(2), 1032-1042.
- Karakuş, A. (2016). Bursalı bir şair: Murat aydınlılar şiiirinde huzursuzluk. *Turkish Academic Research Review*, 7(3), 677-692.
- Köroğlu, E. (2013). Madde ile ilişkili Bozukluklar ve Bağımlılık Bozuklukları. In Köroğlu E. (Ed.), *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı* (beşinci baskı, pp. 231-290). *Hekimler Yayın Birliği*.
- Lauder, W., Mummery, K., Jones, M. & Caperchione, C. (2006). A comparison of health behaviours in lonely and non-lonely populations. *Psychology, Health & Medicine*, 11(2), 233-245.
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T. & Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(9), WE01-4. Doi:10.7860/2FJCDR/2F2014/2F10077.4828
- Pittman, M. & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167. Doi: 10.1016/j.chb.2016.03.084.
- Sağar, M.E. (2019). Yetişkin bireylerde sosyal medya bağımlılığının irdelenmesi. *Sağlık Bilimlerinde Eğitim Dergisi*, 2(1), 29-42.
- Savcı, M. & Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam*, 30(3), 202-216.
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2014). *Research methods in psychology*. (10th edition). McGraw-Hill.
- Smith, D.E. (2012). The process addictions and the new ASAM definition of addiction. *J Psychoactive Drugs*, 44(1):1-4.
- Şafak, B. & Kahraman, S. (2019). Sosyal medya kullanımının yalnızlık ve narsistik kişilik özelliği belirtileri ile ilgili ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 54-69.
- Şahin, C. & Yağcı M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 523-538.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics*, 6th ed. Boston, Pearson.
- Uyaroğlu, A.K., Ergin, E., Tosun, A.S. & Erdem, Ö. (2022). A cross-sectional study of social media addiction and social and emotional loneliness in university students in Turkey. *Perspect Psychiatr Care*, 58(4), 2263-71. Doi: 10.1111/ppc.13056
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation* MIT Press. Cambridge, MA.
- Yukay, Yüksel. M., Çini, A. & Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 66-85.
- Zhao, J., Jia, T., Wang, X., Xiao, Y. & Wu, X. (2022). Risk factors associated with social media addiction: An Exploratory Study. *Front Psychol*, 13, 837766.

### Extended Abstract

Dependence is defined as an excessive attachment to a person, object or behavior, manifesting as the inability to discontinue dysfunctional behavior despite its negative consequences and a weakened control over that behavior. While substance addiction often comes to mind when discussing dependence, recent perspectives suggest that excessive engagement in activities such as gambling, eating, and shopping may also constitute addictive behaviors. In contemporary society, the overuse of technology and technological devices like the tablets, mobile phones, and social media is increasingly recognized as potentially addictive. Despite not being officially classified in the 5th Edition of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, social media addiction is acknowledged as a behavioral addiction. Loneliness stands out as one of the most profound emotions experienced by individuals in recent times, with literature indicating its contribution to psychiatric disorders. Similarly, studies suggest a link between social media addiction and psychiatric disorders, highlighting a correlation between social media addiction and loneliness. This research aims to explore the relationship between social media addiction and loneliness levels among healthcare professionals. Additionally, the study seeks to compare levels of social media addiction and loneliness across various demographic factors such as age, gender, marital status, occupation, education level, income level, most frequently used social media tools, and the purposes for social media usage. The population of the research consists of doctors, nurses, secretaries and allied health personnel working at Erzurum City Hospital. Participants completed a sociodemographic data form, the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults, and the Social Media Addiction Scale-Adult Form. Inclusion criteria required participants to be between 18-60 years old, employees of Erzurum City Hospital, and willing to participate. The data from 177 participants were used for statistical analyses, revealing an average age of  $34.8 \pm 7.84$ . Findings indicated that participants predominantly use social media for communication, with Whatsapp being the most frequently used platform. Noteworthy trends included higher use of Youtube among doctors and nurses, increased Youtube use among those with medium/high monthly income, and greater Instagram usage by women compared to men. Furthermore, participants aged 34 and above, and those with primary/high school education, were found to use Facebook more frequently. The study identified a significant positive relationship between loneliness and age, with higher loneliness levels observed in those who were single/living alone, allied health personnel, and individuals with high school education or less. Additionally, individuals using social media for listening to music and shopping exhibited higher virtual tolerance, and those using Facebook reported higher loneliness levels than non-users. Surprisingly, no significant relationship was found between overall social media usage and loneliness. While social media undoubtedly enhances various aspects of our lives, its excessive use introduces the concept of addiction. Findings from the study align with literature suggesting that Whatsapp is the most frequently used social media tool. Gender-specific differences in social media addiction have been observed, with men displaying more Facebook addiction than women, and women preferring Instagram and Youtube. Varied results in studies investigating the relationship between demographic variables and loneliness levels underscore the need for further exploration. Inconsistencies in the literature regarding the impact of social media on loneliness suggest the involvement of other variables in this relationship. The primary limitations of the research stem from its cross-sectional design and reliance on self-report scales. Notably, the study's strength lies in the unique composition of the studied population. While research on social media addiction frequently targets a younger demographic, predominantly university or high school students, this study uniquely focuses on healthcare professionals. This distinction introduces variations in factors such as age, income level, and the degree of uncertainty in their lives compared to the typical student group. Employing a diverse sample group holds promise for enriching the literature and fostering a deeper understanding of the dynamics between social media addiction and loneliness variables.