



Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi

Academic Journal of History and Idea

ISSN: 2148-2292

12 (1) 2025

Derleme Makalesi | Review article

Geliş tarihi | Received: 04.12.2024

Kabul tarihi | Accepted: 18.02.2025

Yayın tarihi | Published: 25.02.2025

Mehmet Emin Dayan

<https://orcid.org/0009-0008-4481-0861>

Officer, Dicle District Directorate of National Education, Türkiye, dicle0621@yandex.com

Çilem Kaya

<https://orcid.org/0009-0005-0905-8123>

Asistant Principal, Ergani Girls Vocational and Technical Anatolian High School, Türkiye, Rese_isiq@hotmail.com

Mehmet Karaoğlu

<https://orcid.org/0009-0005-0905-8123>

Asistant Principal, Mehmet Akif Ersoy Primary, Türkiye, metkara21@hotmail.com

Murat Karataş

<https://orcid.org/0009-0007-6794-1744>

Teacher, Sezai Karakoç Secondary, Türkiye, murex2121@hotmail.com

Mehmet Nur Duyu

<https://orcid.org/0009-0004-7127-0128>

Teacher, Sezai Karakoç Secondary, Türkiye, m.nur_21@hotmail.com

Kemal Kaymaz

<https://orcid.org/0009-0006-6767-2102>

Teacher, Sezai Karakoç Secondary, Türkiye, kml.kymz1975@gmail.com

Ayhan Kaymaz

<https://orcid.org/0009-0001-7625-0909>

Teacher, Bayat Primary, Türkiye, yhnkymz@hotmail.com

Sevim Elgören

<https://orcid.org/0009-0003-9640-4033>

Asistant Principal, Yiğityolu Köyü Doktor İlhan Koçtürk Primary, Türkiye, kmrl044@hotmail.com

Atıf Künyesi | Citation Info

Dayan, M., E., Kaya, Ç., Karaoğlu, M., Karataş, M., Duyu, M., N., Kaymaz, K., Kaymaz A. & Elgören, S. (2025). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sanal Ortam Bağımlılığın İncelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 12 (1), 636-645. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15627678>

Ortaöğretim Öğrencilerinin Sanal Ortam Bağımlılığın İncelenmesi

Öz

Dünyada gelişmiş ve gelişmekte olan birçok ülkede dijital bağımlılık gündemin ilk sıralarına çıkmıştır. Zamanla bireyin sanallaşması toplumun da sanallaşmasına neden olarak toplumsal sanallaşmaya ivme kazandırmaktadır. Ortaöğretim öğrencilerinin sanal ortam bağımlılığın incelenmesi



<https://dergipark.org.tr/tr/pub/atdd>

amacıyla bu çalışma yapılmıştır. Araştırma tanımlayıcı, kesitsel ve ilişkisel tiptedir. Araştırmının evreni 2022-2023 eğitim öğretim yılında Diyarbakır Bağlar da okuyan öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmının evren büyüklüğü %85 güven aralığı, %5 hata p ayı ile ortaöğretim öğrencisinden oluşmaktadır. Veriler, Demografik Bilgiler Formu ve Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veri toplama süresi yaklaşık 9-12 dakika sürmüştür. Araştırma bulgularına göre cinsiyet, sınıf, sanal ortamda geçirilen zaman gibi demografik özellikleri ile Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği'nin puan ortalamaları karşılaştırıldığında, öğrencilerin demografik sorular ile ölçekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır. Erkek ve kız öğrenciler arasında sosyal medya bağımlılığı açısından belirgin bir fark bulunmuş, belirli bir sınıf seviyesindeki öğrenciler diğer seviyelere kıyasla daha yüksek puan almış veya günlük sosyal medya kullanım süresi arttıkça bağımlılık ölçeğindeki puanların da yükseldiği görülmüştür. Bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı olup, öğrencilerin demografik özelliklerinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sanal Ortam, Öğrenci, Eğitim, Okul, Teknoloji, Bağımlılık

Investigation of Virtual Environment Addiction of Secondary School Students

Abstract

In many developed and developing countries in the world, digital addiction has risen to the top of the agenda. The virtualisation of the individual over time causes the virtualisation of the society and accelerates social virtualisation. This study was conducted to examine the virtual environment addiction of secondary school students. The research is descriptive, cross-sectional and relational type. The population of the research consists of students studying in Diyarbakır Bağlar in the 2022-2023 academic year. The population size of the research consists of secondary school students with 85% confidence interval, 5% error p month. Data were collected using the Demographic Information Form and the Social Media Disorder Scale. The data collection period lasted approximately 9-12 minutes. According to the findings of the study, when the demographic characteristics such as gender, class, time spent in the virtual environment and the mean scores of the Social Media Disorder Scale were compared, there was a statistically significant difference between the demographic questions and the scales. A significant difference was found between male and female students in terms of social media addiction, students at a certain grade level scored higher than other levels, or it was observed that the scores on the addiction scale increased as the daily social media usage time increased. These differences are statistically significant and show that students' demographic characteristics are effective on social media addiction.

Keywords: Virtual Environment, Student, Education, School, Technology, Addiction

Giriş

Öğretmenler, geçmişten günümüze eğitimin temel taşlarından biri olmuş ve toplumun gelişiminde önemli bir rol oynamıştır. Bilgi aktarmanın yanı sıra, öğrencilerin düşünme becerilerini geliştirmelerine ve karakterlerini şekillendirmelerine katkıda bulunmuşlardır. Günümüzde ise teknolojinin sunduğu imkânlarla eğitim süreçlerini daha etkili hale getirmekte,

öğrencilerin bireysel öğrenme deneyimlerini zenginleştirmektedirler. Ancak bireylerin teknoloji kullanımını üzerindeki kontrolünü kaybetmeleri ya da teknolojiyi bilinçsiz ve aşırı kullanmaları halinde ciddi zararlar ortaya çıkmıştır. Teknoloji ve İnternet bağımlılığı da diğer bağımlılık türleri gibi kişilerin güvendikleri teknolojik nesnelere erişememeleri durumunda ortaya çıkan yoksunluk duygusu olarak ifade edilmektedir. İnternet ve teknolojik cihazların istemsiz kullanımının obsesif, depresif, düşmanca, kaygılı, fobik ve paranoid düşünceyi arttırdığı gözlemlenmiştir (Çapanoğlu, 2020). Bu yeni engelleri neyin tetiklediğine bakıldığında We Are Social tarafından Ocak 2021'de yapılan bir araştırma durumu en iyi şekilde açıklıyor. Dünya nüfusu 2021 yılı başında 7,83 milyara ulaşmıştır. Dünya nüfusunun 5,22 milyarı cep telefonu kullanıyor. Bu, dünya nüfusunun %1,6'sına eşdeğerdir. Dünya genelinde interneti ve sosyal medyayı kullanan kişi sayısına baktığımızda 4,66 milyar kişi internet kullanıyor, 4,2 milyar kişi ise sosyal medya kullanıyor. Geçtiğimiz yıldaki büyümeye bakıldığında 93 milyon kişi cep telefonu kullanmaya, 316 milyon kişi interneti, 490 milyon kişi ise sosyal medyayı kullanmaya başlamıştır (Yıldırım & İpek, 2020). Son yıllarda mobil cihazlar, internet ve sosyal medya kullanımı hızla yaygınlaşmıştır. Özellikle Covid-19 pandemisi, bu süreci önemli ölçüde hızlandıran faktörlerden biri olmuştur. Salgın nedeniyle uygulanan sokağa çıkma yasakları ve fiziksel mesafenin korunması zorunluluğu, bireyleri dijital platformlara yönlendirmiştir. Çalışma hayatından eğitime, sosyal etkileşimden alışverişe kadar pek çok alanda dijital araçlar zorunlu bir ihtiyaç haline gelmiştir.

Bu süreçte internet ve sosyal medyanın aşırı ve bilinçsiz kullanımında da belirgin bir artış gözlemlenmiştir. Sürekli çevrimiçi olma durumu, bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilirken, toplumsal ilişkilerde de bazı değişimlere yol açmıştır. We Are Social'ın 2023 yılı raporuna göre, Türkiye'nin nüfusu 85 milyon kişiye ulaşmış olup, bu nüfusun 79 milyonu (%90,8) cep telefonu kullanmaktadır. İnternet kullanıcı sayısı 70,8 milyon, aktif sosyal medya kullanıcısı ise 60 milyon olarak belirlenmiştir. Bu veriler, dijitalleşmenin artık hayatın vazgeçilmez bir parçası haline geldiğini göstermektedir. Ancak dijital araçların bilinçli ve dengeli kullanımı, bireysel ve toplumsal sağlığın korunması açısından büyük önem taşımaktadır (Çapanoğlu, 2020). Yani Türkiye teknoloji odaklı hayat biçimini nüfusunun neredeyse tamamına yaygınlaştırmış durumda ve nüfusun büyük çoğunluğunda bu kullanım düzeyleri görülmektedir. Son 12 ayda cep telefonu, internet ve sosyal medya kullanımındaki artışın ana nedeninin COVID-19 salgını olduğu düşünülmektedir. Özellikle, COVID-19 salgınıyla bağlantılı karantina, bireyleri dijital araçları ve sanal platformları kullanmaya yöneltmiştir. Sonuç olarak tüm dünyada cep telefonu, internet ve sosyal medyanın aşırı ve bilinçsiz kullanılması, birçok kişisel ve toplumsal sağlık sorununu artırmıştır. Türkiye'nin nüfusu 85 milyona ulaşmıştır. Milyonlarca kişi cep telefonu kullanıyor, bu da Türkiye

nüfusunun %8,8'ini temsil etmektedir (Yıldırım & İpek, 2020). Yani Türkiye, teknoloji odaklı yaşam tarzını neredeyse nüfusun tamamına yaymış durumda ve bu kullanım düzeyleri nüfusun çoğunluğunda da görülüyor. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, böylesine önem arz eden sanal bağımlılık konusunu ortaöğretim öğrencileri üzerinde incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu çalışma, ortaöğretim öğrencilerinin sanal ortam bağımlılığın incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Dolayısıyla yapılacak bu çalışma ile gelecek araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1. Sosyal medya bağımlılığı

İnternetin ölçsüz ve fazla kullanılması insanların yaşamlarında bazı sorunlara yol açmaktadır. İnternetin fazla kullanılmasının bireylerin gündelik yaşamlarına zaman ayıramamalarına aile, okul, iş ve özel yaşamlarında problemlerle karşılaşmalarına sebebiyet vermektedir. Bunların yanı sıra internette geçirilen zamanla alakalı etrafındaki insanlara yalan söyleyen bireyler birtakım psikolojik sorunlarla da karşılaşabilmektedir. Sosyal medya platformlarını da aşırı kullanan bireylerde internet bağımlılığını andıran belirtilerin gözlemlendiği ifade edilmektedir (Tutkun Ünal, 2015). Sosyal medya platformlarının ölçsüz ve fazla kullanımından ötürü bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları olumsuzluklar, literatürde sosyal medya bağımlılığı şeklinde kabul edilmektedir. (Tutgun, 2009). Sosyal medya uygulamalarının ölçsüz ve fazla kullanımı, bireylerin gündelik etkinliklerine zarar vermekte ve bazı fonksiyonlarının bozulmasına yol açmaktadır. Sosyal medya platformlarının, bireylerin başka bireylerle iletişim kurabildikleri, duygu ve düşüncelerini rahat bir şekilde paylaşabildikleri, etkin biçimde vakitlerini değerlendirip eğlenebildikleri bir iletişim vasıtası olduğu bilinmesine karşın fazla ve ölçsüz kullanımı sosyal medya bağımlılığı şeklinde ifade edilmektedir (Aslan, 2020). Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin gündelik hayatlarını olumsuz etkileyen, karmaşıklaştıran, sosyal medyanın ölçsüz ve fazla kullanımı şeklinde belirtilmektedir (Tutkun Ünal, 2015). Fakat kişilerin sosyal medya bağımlısı şeklinde tanımlanabilmeleri için belirli bir süre içerisinde birtakım tanı kriterlerini taşımaları lazımdır; ki bu hususta (Açıkgöz & Günay, (2020), internet bağımlılığı tanı kriterlerinin kabul edildiği gözlemlenmektedir. Bu ölçütler şöyle sıralamıştır:

- Bireylerin internet kullanım sürelerinde daima artış olması,
- Kişilerin başa çıkması güç problemleri olduğu zaman internete yönelmesi,
- İnternet kullanım süresini kısaltmaya ve internet kullanımını durdurmaya yönelik girişimlerin başarılı olmaması,
- İnsanların okul, aile, özel ve iş hayatlarında yükümlülüklerini ve sorumluluklarını internet kullanımından kaynaklı yerine getirememesinin yanında gündelik hayatta problemlerle karşılaşılması,

- İnterneti kullanım esnasında yemek ve uyku gibi temel fizyolojik gereksinimlerin giderilmemesi,
- İnternete erişim sağlanamadığı zaman yüksek endişe içerisinde olunması ve gelişmeleri takip edemedikleri için bilişsel rahatsızlık hissi,
- Bireylerin sürekli ve fazla internet kullanımı sebebiyle psikomotor ve gelişimsel alanlarda sorunların yaşanması.

2. Araştırmanın Yöntemi

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, ortaöğretim öğrencilerinin sanal ortam bağımlılığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiş olup, kesitsel, tanımlayıcı ve ilişkisel bir çalışma niteliği taşımaktadır. Çalışmada, değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için İlişkisel Tarama Modeli kullanılmıştır. Bu model, iki veya daha fazla değişken arasındaki ortak değişkenliği incelemeye yönelik bir araştırma yaklaşımıdır. İlişkisel tarama çalışmalarında, değişkenlerin birbirleriyle nasıl bir ilişki içinde olduğu ve bu ilişkinin yönü analiz edilir. Eğer değişkenlerden birinde bir farklılık gözlemlenirse, bu değişimin nasıl meydana geldiği açıklanmaya çalışılır (Yıldırım & Şimşek, 2011).

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi

Araştırmanın evreni 2023 yılında Diyarbakır'ın Bağlar ilçesinde bulunan devlet okullarında okuyan 1000 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri

mö	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Erkek	568	56,0
Kız	432	44,0
Sınıfınız		
10. Sınıf	310	31,0
11. Sınıf	330	33,0
12. Sınıf	360	36,0
Sosyal Medya Kullanım Süresi		
1-3	370	37,0
4-8	450	45,0
9+	180	18,0

3.3.Veritoplamaraçları

A. Demografik Bilgiler Formu: Bu form, katılımcıların temel demografik bilgilerini toplamak amacıyla oluşturulmuştur. Formda cinsiyet, yaş, sosyal medya kullanım süresi gibi değişkenler yer almakta olup, araştırma kapsamında öğrencilerin bireysel özelliklerine dair verilerin sistematik bir şekilde elde edilmesini amaçlamaktadır.

B. Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği: Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeylerini ölçmek amacıyla Savcı (2018) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği kullanılmıştır. Dokuz maddeden oluşan bu ölçek, beşli Likert tipi derecelendirme sistemine sahiptir (1=Hiçbir zaman, 5=Her zaman). Tek boyutlu bir yapıya sahip olan ölçek içerisinde ters puanlanan herhangi bir madde bulunmamaktadır. Katılımcılar ölçekten minimum 9, maksimum 45 puan alabilmektedir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,954 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma kapsamında veriler, yüz yüze anket yöntemiyle toplanmıştır. Anket uygulamaları, okul ortamının en sakin olduğu saatlerde gerçekleştirilmiş olup, özellikle 13.00-14.00 saatleri arasında verilerin toplanmasına özen gösterilmiştir. Katılımcıların anketi tamamlaması yaklaşık 10 dakika sürmüştür. Ölçeğin güvenirliği, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı üzerinden değerlendirilmiş ve genel güvenirlik katsayısı 0,85 olarak belirlenmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Çalışma verileri SPSS-22.0 programına (Sosyal Bilimler İstatistik Paketi) aktarılmış ve ardından verilerin normalliğine ilişkin analizler yapılmıştır. Araştırma verileri analiz edilirken aritmetik ortalama, standart sapma, frekans, yüzde, t-testi ve ANOVA hesaplanmıştır. Ayrıca korelasyon analizi de kullanıldı.

4. Bulgular

Bu bölümde alt amaçlara göre araştırma bulgularına yer verilmiştir.

Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerine ilişkin bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği	$\bar{X}$	SS	Madde Sayısı
Sosyal Medya Bozukluğu	2,89	,189	09

Tablo 2’ye bakıldığında Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeğine bakıldığında ölçeğinin tamamına ait aritmetik ortalamanın ($\bar{X}= 2,89$) katılıyorum düzeyinde olduğu görülmektedir. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre fark olup olmadığını değerlendirmek için gerçekleştirilen t-Testi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin cinsiyet değişkenine ilişkin t-testi sonuçları

Boyut	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	t	sd	P
Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği	Erkek	568	2,87	,145	-1,741	874	,001
	Kız	432	3,95	,136			

*p>0,05

Öğrencilerin demografik özellikleri ile sosyal medya bozukluk ölçeği puan ortalamaları kıyaslandığında, öğrencilerinin cinsiyet ile sosyal medya bozukluk arasında istatistiksel olarak bu yönüyle anlamlı bir fark bulunmaktadır. p>0,05 Öğrencilerin cinsiyetleri ile Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunması, cinsiyetin sosyal medya bağımlılığı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bu durum, kız ve erkek öğrencilerin sosyal medya kullanım alışkanlıklarının farklılık gösterdiğini, bir grubun diğerine göre daha yüksek bağımlılık riski taşıdığını ortaya koyabilir. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin sınıf değişkenine göre fark olup olmadığını değerlendirmek için gerçekleştirilen Anova sonuçları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin sınıf değişkenine ilişkin ANOVA testi sonuçları

Boyutlar	Sınıf düzeyi	N	$\bar{X}$	ss	Varyansın kaynağı	sd	F	p	Anlamlı fark
Sosyal Medya Sınıf Bozukluğu Ölçeği	10.	310	2,78	,114	Gruplar arası	89	,874	,002	---
	11.	330							
	12.	360	3,01	,179	Toplam	136			

Öğrencilerin demografik özellikleri ile sosyal medya bozukluk ölçeği kıyaslandığında, okul öğrencilerinin sınıf ile sosyal medya bozukluk ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır. *p>0,05 Öğrencilerin sınıf seviyeleri ile Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunması, farklı sınıf seviyelerindeki öğrencilerin sosyal medya kullanım alışkanlıklarının ve bu kullanıma olan bağımlılıklarının değişkenlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu fark, öğrencilerin yaşları, psikolojik gelişim düzeyleri, sosyal çevreleri ve okulda geçirdikleri süreyle bağlantılı olabilir. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin sosyal medya kullanım süresi

değişkenine göre fark olup olmadığını değerlendirmek için gerçekleştirilen Anova sonuçları Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal medya bozukluk düzeylerinin sosyal medya kullanım süresi değişkenine ilişkin ANOVA testi sonuçları

Boyutlar	Sosyal medya kullanım süresi	N	$\bar{X}$	ss	Varyansın kaynağı	Sd	F	p	Anlamlı fark
	1-3	370	2,58	,110	Gruplar arası	88			
Sosyal Medya Bozukluğu Ölçeği	4-8	450	2,69	,96	Gruplar içi	101	,587	,005	---
	9+	180	2,59	,123	Toplam	158			

Öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi ile sosyal medya bozukluk ölçeği kıyaslandığında, ortaöğretimde okuyan öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi ile sosyal medya bozukluk ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Ortaöğretimde okuyan öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi ile sosyal medya bozukluğu ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark bulunması, sosyal medya kullanım süresinin artmasının, öğrencilerde sosyal medya bağımlılığını ve buna bağlı olumsuz etkileri artırabileceğini göstermektedir. Ortaöğretim çağındaki öğrenciler, hem sosyal çevreleriyle daha fazla etkileşimde bulunmakta hem de dijital platformlarda kimlik arayışı içinde olmaktadır. Bu durum, sosyal medya kullanım süresini artırabilir ve dolayısıyla bağımlılık riskini yükseltebilir.

Sonuç

Bu araştırma, ilköğretim öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerini ve sosyo-demografik değişkenlerle olan ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, cinsiyet, sınıf düzeyi ve sosyal medya kullanım süresi değişkenleri açısından öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, literatürde yer alan benzer çalışmalarla büyük ölçüde örtüşmektedir. Çavuş, Ayhan ve Tuncer (2016) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada, cinsiyet değişkeninin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir. Willoughby (2008) ise ergenler üzerinde yaptığı çalışmada, erkek öğrencilerin internet kullanım oranlarının kız öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde, Hazar, Mamak ve Çınar (2015) tarafından gerçekleştirilen lise öğrencilerine yönelik

araştırmada da cinsiyetin anlamlı bir farklılık yarattığı bulunmuştur. Dolayısıyla, araştırmamızın cinsiyet değişkenine ilişkin bulguları, literatürdeki pek çok çalışmayla paralellik göstermektedir. Ancak, Ayas ve Horzum (2013) tarafından ilköğretim öğrencileriyle yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu durum, bazı araştırmalarda cinsiyetin belirleyici bir faktör olmadığı yönündeki bulgularla çelişmektedir. Çalışmada, sınıf düzeyinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisi de incelenmiştir. Bulgular, sınıf seviyesi arttıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyinde değişimler yaşandığını göstermektedir. Altıntaş (2004) tarafından yapılan bir araştırmada, öğrencilerin yaşları ilerledikçe bağımlılık oluşturan faktörlere karşı daha bilinçli yaklaşımlar sergiledikleri belirlenmiştir. Kırık, Arslan, Çetinkaya ve Gül (2015) tarafından gençler üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada ise sosyal medya bağımlılığının 14 yaşından 17 yaşına kadar arttığı, ancak 17 yaş sonrası düşüş eğilimi gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca, Yaraşır (2018)'in araştırmasına göre, öğrencilerin sahip oldukları akıllı telefonların kullanım süresi, internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı farklılık yaratmaktadır. Genel olarak, bu araştırmada elde edilen bulgular, literatürdeki benzer çalışmalarla büyük ölçüde tutarlılık göstermektedir. Ancak bazı araştırmaların farklı sonuçlar ortaya koyduğu da gözlemlenmiştir.

Öneriler

Araştırma bulguları doğrultusunda aşağıdaki öneriler sunulabilir:

1. Aile ve öğretmenlerin de sürece dahil olduğu çalışmalar yürütülerek, öğrencilerin dijital ortamda bilinçli bireyler olarak yetişmeleri sağlanabilir.
2. Daha geniş kapsamlı araştırmalar yapılarak, farklı yaş grupları ve değişkenler üzerinde sosyal medya bağımlılığının etkileri detaylı şekilde incelenebilir.
3. Öğrencilerin sanal bağımlılıktan korunması için, aileler ve eğitimciler çocukları spor, sanat ve akademik gelişim gibi faydalı aktivitelere yönlendirebilir.
4. Bilinçli teknoloji kullanımı konusunda eğitim programları oluşturularak, öğrencilerin dijital araçları kontrollü ve sağlıklı bir şekilde kullanmaları teşvik edilebilir.

Bu öneriler doğrultusunda, öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı konusunda daha bilinçli hale gelmeleri ve akademik başarılarını sürdürebilmeleri için çeşitli önlemler alınabilir.

Kaynaklar

- Açıkgöz, Ö. & Günay, A. (2020), The Early Impact of the Covid-19 Pandemic on the Global and Turkish Economy. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 50 (SI-1), 520-526.
- Altıntaş, H. (2004). Tıp Fakültesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Madde Bağımlılığı İle İlgili Bilgi, Görüş ve Tutumları, *Bağımlılık Dergisi* 5(3), 107-114.
- Aslan, M. (2020). Salgının Küresel Ekonomiye Etkisi. AA, <https://www.aa.com.tr/tr/dunya/bm-kovid-19un-kuresel-ekonomiye-iki-yillikmaliyeti->

- Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.
- Çapanoğlu, S. (2020). COVID-19'un küresel ekonomiye etkileri. covid-19 salgınının ekonomi, güvenlik, demokrasi ve temel haklar, brexit, tarım, ticaret, çevre ve iklim, sosyal politikalar üzerindeki etkileri. *İktisadi Kalkınma Vakfı*.
- Çavuş, S., Ayhan, B., & Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (43), 265-289.
- Hazar K., Mamak, H. & Çınar, V. (2015). Çin'de İnternet ve Bilgisayar Oyunu Bağımlılığının İncelenmesi V. Lise Öğrencilerinin Spor Katılım Düzeyi ve Bazı Değişkenler Arasındaki İlişki. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 9 (2), 917-931.
- Kırık, A., Arslan, A., Çetinkaya, A., & Gül, M. (2015). A quantitative research on the level of social media addiction among young people in Turkey. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(3), 108-122.
- Savci, M., Ercengiz, M., & Aysan, F. (2018). Turkish adaptation of the social media disorder scale in adolescents. *Archives of Neuropsychiatry*, 55(3), 248.
- TC Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı. "Müdürlüğü. (2020, Aralık 7). COVID-19 (SARS-COV-2 Enfeksiyonu) Genel Bilgiler, Epidemiyoloji ve Tanı. *Bilimsel Danışma Kurulu Çalışması*. Ankara.
- Tutgun, A. (2009). *Öğretmen adaylarının problemleri internet kullanımı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Tutkun Ünal, A. (2015). *Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma* [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. Yök Tez.
- Willoughby, T. (2008). A short-term longitudinal study of Internet and computer game use by adolescent boys and girls: prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental psychology*, 44(1), 195-204.
- Yaraşır, E. (2018). *Fırat Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Belirlenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fırat Üniversitesi.
- Yıldırım, O., & İpek, İ. (2020). Yeni koronavirüs salgını dolayısıyla gündeme gelen sosyal izolasyon ve gönüllü karantina döneminde internet ve sosyal medya kullanımı. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (52), 69-94.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.