

Aile Aidiyetinin Üniversite Öğrencilerinde Dijital Bağımlılık Üzerindeki Belirleyici Rolü¹

Abdulkadir KARABULUT², Rıza GÖKLER³

Aile Aidiyetinin Üniversite Öğrencilerinde Dijital Bağımlılık Üzerindeki Belirleyici Rolü

Öz

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığının aile/grup aidiyeti üzerindeki etkisini incelemek amacıyla Ankara’da dört üniversiteden 635 katılımcı ile yürütülmüştür. Regresyon analizi sonuçları aile aidiyetindeki artışın sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığını anlamlı derecede azalttığını göstermektedir. Aile içi iletişim eksikliği, sosyal destek yoksunluğu ve yalnızlık gibi faktörlerin bireyleri sanal aidiyet arayışına yönlendirerek bağımlılık riskini artırdığı belirlenmiştir. Bu bulgular ışığında, aile içi iletişimi güçlendiren psiko-eğitim programlarının geliştirilmesi, üniversitelerde teknoloji bağımlılığına yönelik tarama ve müdahale birimlerinin kurulması, okullarda sosyal bağları destekleyen etkinliklerin yaygınlaştırılması ve bilinçli teknoloji kullanımının teşvik edilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya Bağımlılığı, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Aile Aidiyeti, Dijital Bağımlılıkla Mücadele, Sosyal Destek Eksikliği.

Makale Türü: Araştırma Makalesi

The Determining Role of Family Belonging on Digital Addiction Among University Students

Abstract

This study was conducted with 635 participants from four universities in Ankara to examine the effect of social media and smartphone addiction on family/group belonging among university students. Regression analysis results indicate that an increase in family belonging significantly reduces social media and smartphone addiction. Factors such as lack of family communication, lack of social support, and loneliness were found to increase the risk of addiction by directing individuals towards seeking virtual belonging. In light of these findings, it is recommended to develop psycho-educational programmes that strengthen family communication, establish screening and intervention units targeting technology addiction in universities, promote activities that support social bonds in schools, and encourage conscious technology use.

Keywords: Social Media Addiction, Smartphone Addiction, Family Belongingness, Digital Addiction Prevention, Lack of Social Support

Paper Type: Research Article

¹ Bu çalışma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı’nda Prof. Dr. Rıza GÖKLER danışmanlığında Abdulkadir KARABULUT tarafından “Üniversite Öğrencilerinin Aile ve Grup Aidiyetleri ile Sosyal Medya ve Akıllı Telefon Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Bir Karma Model Araştırması” başlığı ile tamamlanarak 05.05.2023 tarihinde savunulan Doktora tezinden türetilmiştir.

² Dr. Öğr. Üyesi, Hitit Üniversitesi, Sungurlu MYO, Sosyal Hizmet ve Danışmanlık Bölümü, kadirkarabulut@hitit.edu.tr, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5953-9823>

³ Prof. Dr., Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, rizagokler@aybu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9821-4095>

1. Giriş

21. yüzyılın dijital devrimi, sosyal medya ve akıllı telefonlar aracılığıyla insan yaşamını kökten dönüştürmüştür. Özellikle genç nesil, bu araçların sunduğu akademik ve sosyal kolaylıklarla iç içe yaşarken, aynı zamanda bağımlılık riskine de maruz kalmaktadır. Çelik ve Ataş (2023) üniversite öğrencilerinin günlük teknoloji kullanım süresinin 5 saati aştığına işaret etmektedir. Bireylerin teknoloji kullanım sürelerinin COVID 19 pandemi süreci ile birlikte daha da artış gösterdiğine işaret edilmektedir (Najib v.d., 2023; Parlak Sert ve Başkale, 2022; Ting ve Essau, 2021). Ne var ki diğer bağımlılık türlerinden farklı olarak, teknoloji kullanımını tamamen sonlandırmak gerçekçi değildir, zira bu araçlar modern yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. İnternetin gündelik yaşamdaki merkezileşmesi, TÜİK'in 2024 Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'nda da net bir şekilde görülmektedir. Araştırma sonuçlarına göre Türkiye'de 16-74 yaş aralığındaki bireylerin %88,8'i iletişim, alışveriş, eğitim ve eğlence gibi çok çeşitli amaçlarla interneti aktif olarak kullanmaktadırlar (TÜİK, 2024). Bu durum, dijital platformların artık yalnızca bir 'araç' değil, toplumsal dokunun ayrılmaz bir parçası haline geldiğini kanıtlar niteliktedir. Ancak bu durum, pandemi sürecinde bir paradoksa dönüşmüştür. Teknoloji, bir yandan uzaktan eğitim ve bilgi erişimiyle yaşamı kolaylaştırırken, diğer yandan "sürekli bağlı olma" baskısıyla psikolojik yükü artırmıştır. Kanada'da yapılan bir araştırma, bu dönemde üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımının psikolojik stres ve yalnızlık düzeylerini tetiklediğini ortaya koymuştur (Ghanayem v.d., 2024). Bu noktada aidiyet duygusunun rolü kritik önem taşımaktadır. Kadioğlu'na (2013) göre aidiyet, bireyin psikolojik sağlamlığı ve kimlik inşası için vazgeçilmez bir ihtiyaçtır. Ancak aile ortamında bu ihtiyacın karşılanamaması, bireyleri alternatif sosyal çevrelere yönlendirebilmektedir (Güneş, 2018). Dijitalleşme, bu arayışı sanal topluluklara taşımış ve geleneksel kimlik algılarını dönüştürmüştür. Elitaş ve Keskin (2014), dijital platformların aidiyet gereksinimini karşılama eğiliminin, özellikle aile bağları zayıf bireylerde daha belirgin olduğunu savunmaktadır. Ne var ki küreselleşmenin mekânsal sınırları ortadan kaldıran etkisi, kökensel aidiyet duygusunu değiştirerek "yersiz-yurtsuzluk" gibi postmodern paradoksları beslemektedir (Elitaş ve Keskin, 2014). Aidiyet hissinin benlik saygısı ve sosyal ilişkilerin sürdürülebilirliği için kritik olduğunu vurgulanmaktadır (Karaduman, 2010). Ancak sağlıklı aile dinamiklerine sahip bireyler, bu ihtiyacı sanal ağlarda tatmin etme eğiliminde olabilmektedirler. Bu durum teknoloji bağımlılığı riskini artıran bir kısır döngüye dönüşebilmektedir. Sosyal medya ve akıllı telefon kullanımını tamamen sonlandırmak, dijitalleşmenin kaçınılmaz olduğu bir çağda gerçekçi bir çözüm değildir. Bu nedenle odaklanılması gereken nokta, teknolojinin bilinçli tüketimi, stratejik entegrasyonu ve bireylerin yaşam kalitesini artıracak şekilde işlevselleştirilmesi olmalıdır.

Bu araştırmanın önemi dijital bağımlılıkla mücadelede geleneksel sosyal destek sistemlerinin (aile ve grup aidiyeti gibi) koruyucu rolünü ortaya koyarak, literatürdeki mevcut bilgi birikimine katkı sağlamaktır. Bununla birlikte aile odaklı müdahale programları ile politika önerileri geliştirmek için bir temel oluşturmak da bu araştırmanın önemini göstermektedir. Araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinde giderek yaygınlaşan sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı ile aile ve grup aidiyeti arasındaki ilişkiyi derinlemesine incelemektir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

- Aile ve grup aidiyeti, sosyal medya bağımlılığını negatif yönde yordamaktadır.
- Aile ve grup aidiyeti, akıllı telefon bağımlılığını negatif yönde yordamaktadır.
- Katılımcıların sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı puanları cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- Katılımcıların aile ve grup aidiyet düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- Katılımcıların sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı puanları medeni durumlarına göre farklılaşmaktadır.
- Katılımcıların aile ve grup aidiyet düzeyleri medeni durumlarına göre farklılaşmaktadır.

- Katılımcıların sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı puanları yaşadıkları yere göre farklılaşmaktadır.
- Katılımcıların aile ve grup aidiyet düzeyleri yaşadıkları yere göre farklılaşmaktadır.

Araştırmada bu hipotezler test edilmiş, tartışma ve sonuç bölümünde elde edilen bulgular literatürdeki önceki araştırma sonuçlarıyla birlikte değerlendirilmiştir. İzleyen bölümde araştırmanın yöntemine ilişkin bilgiler sunulacaktır.

2.Yöntem

2.1. Araştırma Modeli ve Örneklem

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyal medya/akıllı telefon bağımlılıkları ile aile/grup aidiyet düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, Ankara'daki üniversitelerde öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Evrene ulaşmanın pratik zorlukları nedeniyle, tabakalı amaçsal örnekleme yöntemiyle dört üniversitenin (Ankara Üniversitesi, Gazi Üniversitesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Başkent Üniversitesi) Eğitim, Hukuk, Sağlık Bilimleri ve Mühendislik fakültelerinden 635 katılımcıya ulaşılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde araştırmada kullanılan sosyo demografik bilgi formu ve ölçeklere ilişkin bilgiler verilecektir.

2.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, aylık gelir ve teknoloji kullanım geçmişi gibi değişkenlerini ölçmek için araştırmacı tarafından hazırlanan 10 maddelik bir form kullanılmıştır.

2.2.2. Aile Aidiyeti Ölçeği

Mavili ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen bu ölçek, 17 madde ve iki alt boyuttan (Kendilik Aidiyeti, Aile Aidiyeti) oluşmaktadır. 5'li Likert tipindeki ölçeğin Cronbach's α değeri 0.94 olarak raporlanmıştır.

2.2.3. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Kwon ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen ve Demirci v.d. (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek, 33 madde ve 7 alt boyut (günlük yaşamı bozma, çekilme belirtileri, sanal ilişkiler vb.) içermektedir. 6'lı Likert tipindeki ölçeğin Cronbach's α değeri 0.947'dir.

2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)

Tutgun Ünal (2015) tarafından geliştirilen bu ölçek, 41 madde ve dört alt boyuttan (meşguliyet, duygu durum düzenleme vb.) oluşmaktadır. 5'li Likert tipindeki ölçeğin Cronbach's α değeri 0.967 olarak bulunmuştur.

2.2.5. Grup Aidiyeti Ölçeği

Uçar (2010) tarafından geliştirilen bu ölçek, 6 madde içermekte ve 5'li Likert tipinde yapılandırılmıştır. Cronbach's α değeri 0.85 olarak hesaplanmıştır.

2.3. Veri Toplama ve Analiz

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) Etik Kurulu'ndan alınan izinlerin ardından, katılımcılardan yazılı/sözlü onam alınmıştır. Eylül 2021-Haziran 2022 tarihleri arasında yüz yüze ve çevrimiçi (Google Forms) yöntemlerle toplanan veriler, SPSS 24 programında analiz edilmiştir. Normal dağılım gösteren veriler için parametrik testler (One-Way ANOVA), dağılım varsayımını karşılamayanlar

için ise non-parametrik testler (Kruskal Wallis) kullanılmıştır. Post-hoc analizlerde LSD, Tukey ve Tamhane's T2 testleri uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<.05$ olarak belirlenmiştir (Büyüköztürk, 2018).

3. Bulgular

Bu bölümde araştırma soruları doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin bulguları sistematik bir şekilde sunulmaktadır. İlk olarak, katılımcıların sosyo-demografik profiline ilişkin temel bulgular aktarılacak; devamında ise bağımlılık düzeyleri ile aidiyet algıları arasındaki ilişkiyi test etmek üzere uygulanan regresyon analizi sonuçları paylaşılacaktır.

3.1. Katılımcıların Sosyoekonomik ve Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde araştırmaya katılanların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin sorulara verdikleri yanıtlardan elde edilen bulgular sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin sosyo-demografik bilgiler

Değişken(N=635)	N	%	X±Ss
Cinsiyet			
Kadın	458	72,1	
Erkek	177	27,9	
Medeni Durum			
Evli	16	2,5	
Bekar	616	97,0	
Boşanmış	3	0,5	
Üniversite			
Ankara Üniversitesi	142	22,4	
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi	112	17,6	
Başkent Üniversitesi	163	25,7	
Gazi Üniversitesi	218	34,3	
Fakülte			
Sağlık Bilimleri Fakültesi	298	46,9	
Mühendislik Fakültesi	111	17,5	
Eğitim Fakültesi	159	25,0	
Hukuk Fakültesi	67	10,6	
Yaşadığı Alan			
Köy	49	7,7	
Kasaba-İlçe	95	15,0	
Küçükşehir	104	16,4	
Büyükşehir	387	60,9	
Cep Telefonu İlk Kullanım Yaşı			14,89±2,79
Yaş			21,63±3,01

Araştırmanın demografik bulgularına ilişkin betimsel analizler, katılımcı profilini detaylı bir şekilde ortaya koymaktadır. Veriler, katılımcıların %72,1'inin kadın, %97'sinin bekâr olduğunu göstermektedir. Üniversite dağılımında en yüksek oran %34,3 ile Gazi Üniversitesi'nde öğrenim görenler olurken, bunu sırasıyla Başkent (%25,7), Ankara (%22,4) ve Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (%17,6) izlemektedir. Fakülte bazında ise katılımcıların %46,9'u Sağlık Bilimleri, %25'i Eğitim, %17,5'i Mühendislik ve %10,6'sı Hukuk Fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların %60,9'u kendilerinin veya ailelerinin büyükşehirde yaşadığını belirtmiştir. Yaş ortalaması 21,63 olan grubun, cep telefonu kullanmaya başlama yaşı ortalaması ise 14,89 olarak hesaplanmıştır (Tablo 1).

3.2. Ölçek Puanlarının Dağılımı ve Normallik Analizleri

Bu kısımda, katılımcı yanıtlarından hesaplanan ölçek puanlarının yayılımı, ölçeklerin güvenirlik katsayıları ve normallik varsayımına ilişkin analiz sonuçları paylaşılmıştır.

Tablo 2. Ölçek puanlarının dağılımı

Ölçek/alt boyut	Ortalama	S.S.	Varyans	Minimum	Maksimum
Kendilik Aidiyeti	50,86	7,83	61,42	12	60
Aile Aidiyeti	17,69	3,57	12,81	5	25
Toplam Aidiyet	68,56	10,68	114,10	17	85
Grup Aidiyeti	22,29	4,59	21,11	6	30
Meşguliyet	35,69	11,37	129,47	12	60
Duygu	14,21	5,99	35,93	5	25
Tekrarlama	11,79	5,72	32,75	5	25
Çatışma	37,58	16,68	278,44	19	95
Sosyal Medya Bağımlılığı	99,28	34,50	1190,81	41	203
Günlük Kullanım	19,31	7,44	55,44	8	40
Yoksunluk	13,64	6,07	36,84	7	35
Olumlu Kullanım	11,84	4,58	20,99	5	25
Siber	6,63	3,19	10,22	4	20
Aşırı Kullanım	8,64	3,49	12,19	4	19
Sosyal Ağ	4,34	2,12	4,52	2	10
Fiziksel	7,49	2,72	7,41	3	15
Akıllı Telefon Bağımlılığı	71,94	24,18	584,89	33	145

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların dağılımı, betimsel istatistikler aracılığıyla analiz edilmiştir. Aile Aidiyeti Ölçeği kapsamında, kendilik aidiyeti alt boyutunda ortalama 50,86, aile aidiyeti alt boyutunda 17,69 ve genel ölçek ortalaması 68,56 olarak hesaplanmıştır.

Grup Aidiyeti Ölçeği genel ortalaması ise 22,29'dur.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği alt boyutlarına göre: Meşguliyet: 35,69; Duygu Durum Düzenleme: 14,21; Tekrarlama: 11,79; Çatışma: 37,58; Genel ölçek ortalaması 99,28 olarak belirlenmiştir.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği alt boyutları ise şu şekildedir: Günlük Kullanım: 19,31; Yoksunluk: 13,64; Olumlu Beklentiler: 11,84; Siber ilişkiler: 6,63; Aşırı Kullanım: 8,64; Sosyal Ağ Bağımlılığı: 4,34; Fiziksel Belirtiler: 7,49; Genel ölçek ortalaması 71,94 olarak tespit edilmiştir (Tablo 2)

Tablo 3. Ölçeklere ilişkin güvenirlik analizi

Ölçek/alt boyut	Cronbach Alpha Değeri
Kendilik Aidiyeti	,854
Aile Aidiyeti	,754
Toplam Aidiyet	,912
Grup Aidiyeti	,868
Meşguliyet	,937
Duygu	,925
Tekrarlama	,929
Çatışma	,957
Sosyal Medya Bağımlılığı	,972
Günlük Kullanım	,907
Yoksunluk	,914
Olumlu Kullanım	,849
Siber	,853

Aşırı Kullanım	,779
Sosyal Ağ	,701
Fiziksel	,713
Akıllı Telefon Bağımlılığı	,955

Aile aidiyeti, grup aidiyeti, sosyal medya bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı ölçeklerinin tüm alt boyutları dahil olmak üzere, yapılan güvenirlik hesaplamalarında Cronbach's α değerlerinin .70 eşliğinin üstünde çıkması, bu ölçeklerin yeterli güvenirliğe sahip olduğunu ortaya koymuştur (Tablo 3)

Tablo 4. Ölçeklerin normallik analizi

Ölçek/ alt boyut	Çarpıklık	Basıklık
Kendilik Aidiyeti	-1,273	1,498
Aile Aidiyeti	-,273	,389
Toplam Aidiyet	-1,084	2,000
Grup Aidiyeti	-,749	1,139
Meşguliyet	-,122	-,747
Duygu	,129	-,995
Tekrarlama	,585	-,667
Çatışma	,989	,297
Sosyal Medya Bağımlılığı	,444	-,394
Günlük Kullanım	,449	-,395
Yoksunluk	,966	,528
Olumlu Kullanım	,329	-,414
Siber	1,375	1,681
Aşırı Kullanım	,4041	-,564
Sosyal Ağ	,666	-,264
Fiziksel	,366	-,267
Akıllı Telefon Bağımlılığı	,548	,084

Normallik varsayımını değerlendirmek üzere gerçekleştirilen analizde, çarpıklık ve basıklık katsayılarının -2 ile +2 arasında olması beklenmektedir (George ve Mallery, 2012). Tüm ölçeklerin ve alt boyutlarının bu aralıkta değerler sergilediği, dolayısıyla normal dağılım özelliği taşıdığı belirlenmiştir (Tablo 4).

Son olarak regresyon modelindeki çoklu bağlantı (multikolinearite) durumunu tespit etmek amacıyla VIF (Varyans Enflasyon Faktörü), tolerans ve koşul indeksi (CI) değerleri analiz edilmiş olup, sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Çoklu bağıntı problemine ilişkin tolerans, VIF ve CI değerleri

Değişkenler	Tolerans	VIF	CI
Aile Aidiyeti	,896	1,116	18,64
Grup Aidiyeti	,948	1,054	23,43
Sosyal Medya Bağımlılığı	,928	1,078	15,56
Akıllı Telefon Bağımlılığı	,867	1,154	16,92

Tablo 5'te raporlanan multikolinearite testi sonuçlarına göre: (a) tüm tolerans değerleri >0 , (b) VIF <10 , (c) CI <30 'dur. Paulson (2007)'in belirttiği kritik eşiklerin hiçbirinin aşılmaması, çoklu bağlantı sorununun bulunmadığına işaret etmektedir. Bu nedenle veri seti, çoklu regresyon analizine uygundur.

3.3. Regresyon Analizi Sonuçları

Sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı (bağımlı değişkenler) ile aile/grup aidiyeti (bağımsız değişkenler) arasındaki ilişkinin çoklu doğrusal regresyon modeliyle analiz edildiği bu bölümde, model çıktıları detaylandırılmıştır.

Tablo 6. Aidiyet düzeylerinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisi

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Model 1					
(Sabit)	141,102	8,749		16,12	,000
Aile aidiyeti	-,610	,126	-,189	-4,83	,000
Model 2					
(Sabit)	141,127	9,992		14,12	,000
Aile aidiyeti	-,610	,129	-,189	-4,72	,000
Grup aidiyeti	-,002	,300	,000	-,005	,996
Model 1 için R^2 :0,36 F: 23,39 Model 2 için R^2 :0,36 F: 11,67					

Aile ve grup aidiyetinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisini değerlendirmek üzere aşamalı regresyon analizi uygulanmıştır (Tablo 6). Model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=11,67$; $p<.001$). İlk aşamada modele dahil edilen aile aidiyeti, sosyal medya bağımlılığı varyansının %36'sını açıklayarak en güçlü yordayıcı olmuştur. İkinci aşamada eklenen grup aidiyeti ise açıklanan varyans oranını artırmamıştır.

Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına (β) göre, aile aidiyetinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde negatif yönde anlamlı bir etki ($\beta=-.610$, $p<.001$) gözlemlenirken, grup aidiyetinin istatistiksel olarak anlamlı bir katkısı tespit edilmemiştir. Bu bulgular, aile aidiyeti düştükçe sosyal medya bağımlılığının arttığını; dolayısıyla güçlü aile bağlarının bağımlılık riskini azaltabileceğini ortaya koymaktadır.

Tablo 7. Aidiyet düzeylerinin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisi

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Model 1					
(Sabit)	116,352	5,983		19,44	,000
Aile aidiyeti	-,648	,086	-,286	-7,51	,000
Model 2					
(Sabit)	124,056	6,803		18,23	,000
Aile aidiyeti	-,604	,088	-,267	-6,86	,000
Grup aidiyeti	-,481	,204	-,091	-2,35	,019
Model 1 için R^2 :0,80 F: 56,431 Model 2 için R^2 :0,87 F: 31,182					

Aile ve grup aidiyetinin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen aşamalı regresyon analizi sonuçlarına göre, model istatistiksel olarak anlamlıdır ($F=31,182$; $p<.001$) (Tablo 7). Analiz iki aşamada tamamlanmıştır: İlk aşamada modele dahil edilen aile aidiyeti, akıllı telefon bağımlılığı varyansının %80'ini açıklamıştır. İkinci aşamada eklenen grup aidiyeti ise varyansa %7'lik ek bir katkı sağlayarak toplam açıklanan varyansı %87'ye çıkarmıştır.

Standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β), aile aidiyetinin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir ($\beta=-.604$, $p<.001$). Benzer şekilde, grup aidiyeti

de akıllı telefon bağımlılığını negatif yönde yordamıştır ($\beta = -.481$, $p < .001$). Bu bulgular, aile ve grup aidiyeti arttıkça akıllı telefon bağımlılığının azaldığını ortaya koymaktadır. Diğer bir deyişle, aidiyet duygusundaki güçlenme, teknoloji bağımlılığı riskinin düşmesiyle ilişkilidir (Tablo 7).

3.4. Demografik Değişkenler ile Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve aidiyet düzeylerinin (aile/grup) cinsiyet, medeni durum ve yaşanan bölge gibi demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve bağımsız örneklem T-testi uygulanmıştır. Bu bölümde ilgili sonuçlar açıklanmıştır.

Tablo 8. Cinsiyete göre katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek/alt boyut	Cinsiyet	N	X	Ss	t	p	Post-Hoc
Toplam Aidiyet	Kadın	458	68,23	10,37	,677	,085	
	Erkek	177	69,35	11,49			
Grup Aidiyeti	Kadın	458	22,10	4,50	2,430	,297	
	Erkek	177	22,77	4,86			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Kadın	458	101,06	34,86	2,895	,001	1>2
	Erkek	177	94,43	33,86			
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Kadın	458	72,52	23,84	4,731	,094	
	Erkek	177	69,77	24,69			

1=Kadın, 2=Erkek,

Katılımcıların aile aidiyeti, grup aidiyeti, akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem T-testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, aile aidiyeti ($p > 0,05$), grup aidiyeti ($p > 0,05$) ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puanları ile alt boyutlarında ($p > 0,05$) cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte, sosyal medya bağımlılığı puanlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Erkek katılımcıların sosyal medya bağımlılık puanları ($X = 94,43 \pm SS = 33,86$), kadın katılımcılara ($X = 101,06 \pm SS = 34,86$) kıyasla önemli ölçüde düşük çıkmıştır. Bu bulgular cinsiyetin sosyal medya bağımlılığı dışındaki değişkenlerde belirleyici bir rol oynamadığını, ancak kadınların sosyal medya kullanımına yönelik daha yüksek eğilim sergilediğini ortaya koymaktadır (Tablo 8).

Tablo 9. Medeni duruma göre katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek/ alt boyut	Medeni Durum	N	X	Ss	X ²	p	Post-Hoc
Toplam Aidiyet	Evli	16	74,19	9,70	2,489	,000	1>2 1>3
	Bekâr	616	68,40	10,71			
	Boşanmış	3	69,23	5,77			
Grup Aidiyeti	Evli	16	22,68	3,62	,090	,956	
	Bekâr	616	22,29	4,60			
	Boşanmış	3	21,00	8,66			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evli	16	85,42	35,85	2,512	,000	1>2
	Bekâr	616	99,66	34,51			
	Boşanmış	3	91,32	5,77			
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Evli	16	67,37	27,71	1,689	,430	
	Bekâr	616	72,12	24,13			
	Boşanmış	3	59,00	8,66			

1=Evli, 2=Bekâr, 3=Boşanmış.

Katılımcıların aile aidiyeti, grup aidiyeti, akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere Kruskal Wallis Testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre;

Aile aidiyeti puanlarında medeni durumlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Post Hoc analizi, bu farkın evli katılımcıların toplam aidiyet puanlarının ($X = 74,19 \pm SS = 9,70$), bekârlara ($X = 68,40 \pm SS = 10,71$) ve boşanmış olanlara ($X = 69,23 \pm SS = 5,77$) kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermiştir.

Grup aidiyeti ($p > 0,05$) ve akıllı telefon bağımlılığı ile alt boyutlarında ($p > 0,05$) ise medeni duruma bağlı anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Sosyal medya bağımlılığı puanlarında ise medeni durumlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Post Hoc analizi, evli katılımcıların sosyal medya bağımlılık puanlarının ($X = 84,42 \pm SS = 33,85$), bekâr katılımcılara ($X = 99,66 \pm SS = 34,51$) göre daha düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Bu bulgular, medeni durumun aile aidiyeti ve sosyal medya bağımlılığı üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu, ancak grup aidiyeti ve akıllı telefon bağımlılığında rol oynamadığını göstermektedir (Tablo 9).

Tablo 10. Yaşanılan alana göre katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların değerlendirilmesi

Ölçek/ alt boyut	Yaşanılan Alan	N	X	Ss	F	p	Post-Hoc Analizi
Toplam Aidiyet	Köy	49	65,95	8,46	1,449	,032	1>4
	Kasaba-İlçe	95	67,84	10,50			
	Küçükşehir	104	68,44	13,61			
	Büyükşehir	387	69,10	10,04			
Grup Aidiyeti	Köy	49	20,91	4,83	1,874	,133	
	Kasaba-İlçe	95	22,09	4,64			
	Küçükşehir	104	22,25	4,97			
	Büyükşehir	387	22,52	4,42			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Köy	49	104,10	33,14	1,044	,372	
	Kasaba-İlçe	95	101,55	35,41			
	Küçükşehir	104	100,21	28,73			
	Büyükşehir	387	97,84	35,83			
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Köy	49	72,96	22,60	1,334	,262	
	İlçe-Kasaba	95	71,51	23,02			
	Küçükşehir	104	71,20	21,61			
	Büyükşehir	387	69,88	25,24			

1=Köy, 2=Kasaba-İlçe, 3=Küçükşehir, 4=Büyükşehir

Katılımcıların aile aidiyeti, grup aidiyeti, sosyal medya bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin yaşanılan bölgeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre;

Aile aidiyeti puanlarında yaşanılan bölgeye bağlı olarak istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Post Hoc analizi, bu farkın köyde yaşayan katılımcıların toplam aidiyet puanlarının ($X = 65,95 \pm SS = 8,46$), büyükşehirde yaşayanlara ($X = 69,10 \pm SS = 10,04$) kıyasla anlamlı derecede düşük olduğunu göstermiştir.

Grup aidiyeti ($p > 0,05$), sosyal medya bağımlılığı ($p > 0,05$) ve akıllı telefon bağımlılığı ile alt boyutlarında ($p > 0,05$) ise yaşanılan bölgeye bağlı anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Bu bulgular yaşanan bölgenin yalnızca aile aidiyeti üzerinde belirleyici bir rol oynadığını, diğer değişkenlerde ise etkisinin olmadığını ortaya koymaktadır (Tablo 10).

4. Tartışma ve Sonuç

Aile Aidiyeti ölçeği sonuçlarına göre ölçekte kesme puanı bulunmamasına rağmen katılımcıların ortalaması yüksek bulunmuştur. Bu sonuç katılımcıların ailelerine duygusal bağlılık ve destek ihtiyacı hissettiklerini göstermektedir. Bu durum özellikle ailelerinden uzakta yaşayan öğrencilerin aidiyet ihtiyacının daha belirgin olmasıyla açıklanabilir. Nitekim aile aidiyeti yüksek olan bireylerde, sosyal medya bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamalarının düşük çıkması aidiyet duygusunun bağımlılık davranışlarını azaltan koruyucu bir faktör olduğunu desteklemektedir. Katılımcıların aile aidiyeti puanları genel olarak yüksek bulunmuştur. Bu durum üniversite öğrencilerinin ailelerine duydukları bağlılık ve duygusal destek ihtiyacıyla ilişkilendirilebilir. Aile aidiyeti yüksek olan bireylerin sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu aile aidiyeti ile dijital bağımlılık arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Aile aidiyetinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucu, literatürdeki çalışmalarla tutarlıdır (Hallers v.d., 2014; Arslan v.d., 2019; Özdemir v.d., 2020; Akyüz, 2021). Medeni durum açısından, evli bireylerin aile aidiyet puanlarının bekârlara göre yüksek olması, evliliğin aile içi bağları güçlendiren bir faktör olabileceği şeklinde yorumlanabilir (Kirişoğlu, 2016). Yaşanılan bölge bağlamında ise köyde yaşayanların aile aidiyetinin büyükşehirdekilerden düşük çıkması, kentsel yaşamın sosyal destek mekanizmalarını daha erişilebilir kılmasıyla açıklanabilir (Akyüz, 2021).

Araştırmada katılımcıların grup aidiyeti genel puan ortalaması 22,29 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç üniversite öğrencilerinin grup aidiyet düzeylerinin literatürde belirtilen ölçütlere göre 'yüksek' kategorisinde değerlendirildiğini ortaya koymaktadır. Grup aidiyeti puanları genel olarak yüksek olmasına rağmen; cinsiyet, medeni durum veya yaşanan bölgeye göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuç grup aidiyetinin bireysel tercihler veya kültürel dinamiklerle daha güçlü ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Literatürde de grup aidiyeti ile demografik değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmaması (Uçar, 2010) bu bulguyu desteklemektedir.

Üniversite öğrencilerinin gelişiminde aile faktörü kritik bir role sahiptir. Üvey aileye sahip ergenlerle yapılan bir çalışma (King v.d., 2015) ebeveyn-çocuk ilişkisi kalitesinin aile aidiyetini doğrudan etkilediğini ortaya koymuştur. Bu bağlamda hem anne hem de baba ile kurulan sağlıklı iletişim, yüksek aile aidiyetinin temel belirleyicisi olarak öne çıkmaktadır. Benzer şekilde üniversite öğrencilerinin %78,4'ünün ailelerini eğitim ve sosyalleşme süreçlerinde "hayati öneme sahip" olarak tanımladığı bir araştırma, ebeveynlerin çocuklarına duygusal destek, rehberlik ve danışmanlık sağlamasının önemini vurgulamaktadır (Aslantürk ve Saruç, 2018). Ancak bu desteği alamayan bireylerin, aidiyet ihtiyaçlarını sanal ilişkiler aracılığıyla giderme eğiliminde oldukları düşünülmektedir.

Araştırmada sosyal medya bağımlılığının alt boyutlarına ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların meşguliyet ve duygu boyutlarında "orta bağımlı", tekrarlama ve çatışma boyutlarında ise "az bağımlı" kategorisinde yer aldığı görülmüştür. Toplam puan ise öğrencilerin genel olarak "az bağımlı" olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar öğrencilerin sosyal medyayı özellikle duygusal destek ve zihinsel meşguliyet amaçlı kullandığını, ancak bağımlılık düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Literatürle uyumlu olarak (Uslu, 2021), sosyal medya kullanımının işlevsel bir araç olarak benimsendiği ancak patolojik bir boyuta ulaşmadığı söylenebilir. Kadınların sosyal medya bağımlılık puanlarının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olması, kadınların sosyal medyayı duygusal destek ve iletişim sürdürme amaçlı kullanım eğilimiyle ilişkilendirilebilir (Shaw and Black, 2008; Balcı ve Gölcü, 2013; Gurgan ve Demirel, 2021). Araştırmada kadın ve erkeklerin aile aidiyet düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamakla birlikte, erkeklerin aidiyet puanlarının görece daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Öte yandan kadınların sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı puanları erkeklere

kıyasla yüksek bulunmuştur. Bu bulgular kadınlarda aidiyet düzeyinin düşük çıkmasının olası bir nedeni olarak sosyal medya ve teknoloji bağımlılığının etkisinin olabileceğine işaret etmektedir. Bekârların sosyal medya bağımlılığının evlilere göre yüksek olması ise evliliğin yalnızlık hissini azaltan bir faktör olabileceği hipotezini güçlendirmektedir (Anlı, 2018). Yaşanılan bölge ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı fark bulunmamakla birlikte, kentsel bölgelerde sosyal aktivite imkânlarının artmasının bağımlılık davranışlarını azaltabileceği öne sürülebilir.

Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin bulgular incelendiğinde, ölçekte kesme puanı bulunmamasına rağmen, katılımcıların puanları akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. İlginç bir şekilde bağımlılık düzeyi düşük olan bu grubun aile aidiyeti ve grup aidiyeti puanlarının yüksek çıkması, aidiyet duygusunun teknoloji bağımlılığı üzerinde koruyucu bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgu “sosyal bağların güçlü olmasının bireyleri dijital aşırı kullanımdan koruyabileceği” hipotezini desteklemektedir. Kadınların akıllı telefon bağımlılık puanları erkeklere göre yüksek olmasına rağmen bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu durum kadınların akıllı telefonu iletişim ve duygusal destek amaçlı kullanımının erkeklerden farklılaşabileceğini göstermektedir (Kumcağız, 2020; Aljomaa v.d., 2016). Medeni durumun akıllı telefon bağımlılığı üzerinde anlamlı etkisinin olmaması bu bağımlılığın daha çok bireysel alışkanlıklar veya psikolojik ihtiyaçlarla ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Araştırmada katılımcıların ikamet ettikleri yerleşim birimi büyüklüğü ile akıllı telefon bağımlılık puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ancak yerleşim biriminin büyüklüğü arttıkça katılımcıların akıllı telefon bağımlılık puanlarının gerilediği gözlenmiştir. Bu bulgu sosyal medya bağımlılığı ile ikamet edilen yer arasındaki ilişkiyle örtüşmektedir. Çalışmanın ilgili bölümünde de vurgulandığı üzere bireylerin sosyal medya ve dolayısıyla akıllı telefon kullanımına yönelmesinde olası bir temel motivasyon, ‘ne yapacağını bilememe ve yapacak aktivite bulamama’ durumu olarak düşünülmektedir.

Araştırmada aile ve grup aidiyetinin sosyal medya ile akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisi regresyon analizi ile incelenmiştir. Sonuçlara göre, aile aidiyetindeki artışın sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde azalttığı, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde ise hem aile hem de grup aidiyetinin negatif yönde etkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgular sosyal destek ve aidiyet duygusunun dijital bağımlılık riskini azaltan koruyucu faktörler olduğunu göstermektedir. Literatürdeki çalışmalar bu sonuçları destekler niteliktedir. Üniversite öğrencilerinde sosyal destek düzeyi ile sosyal medya bağımlılığı arasında ters yönlü bir ilişki olduğu, aile ve arkadaş desteğinin internet bağımlılığını önleyici rol oynadığı (Tanrıverdi, 2012), aile içi yaşam kalitesi düşen bireylerin yalnızlık nedeniyle sosyal medya kullanımını artırdığı ve yalnızlık hissedenlerin sanal platformlarda sosyalleşme eğiliminde olduğu (Morahan Martin v.d., 2000) belirlenmiştir. Bu veriler bireylerin gerçek dünyada sağlıklı ilişkiler kurduğunda dijital araçlara yönelme ihtiyacının azaldığını ortaya koymaktadır. Özellikle aile ile kaliteli zaman geçiren bireylerin sosyal medya ve akıllı telefon kullanımının düşük olması aidiyetin bağımlılıkla mücadelede kritik bir rol üstlendiğini kanıtlamaktadır. Sonuç olarak sosyal bağların güçlendirilmesi dijital bağımlılığı önlenmesinde etkili bir strateji olarak değerlendirilebilir.

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı ile aile/grup aidiyeti arasındaki ilişkiyi inceleyerek önemli bulgular sunmuştur. Elde edilen veriler aile aidiyetindeki artışın sosyal medya bağımlılığını anlamlı derecede azalttığını, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde ise hem aile hem de grup aidiyetinin negatif yönde etkili olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar sosyal destek ve aidiyet duygusunun dijital bağımlılık riskini azaltan koruyucu faktörler olduğunu ortaya koymaktadır. Literatürle tutarlı şekilde sağlıklı aile ilişkileri ve sosyal destek eksikliği bireyleri sanal platformlarda aidiyet arayışına yönlendirmekte; bu durum ise bağımlılık davranışlarını tetiklemektedir. Özellikle aile içi iletişimin zayıf olduğu, ortak sohbet ortamlarının bulunmadığı durumlarda bireylerin sosyal medya kullanımının arttığı gözlemlenmiştir.

Bu bulgular ışığında bağımlılıkla mücadelede çok katmanlı bir yaklaşım benimsenmelidir. İlk olarak, aile içi iletişimi güçlendirmeye yönelik politikalar geliştirilmelidir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı sağlıklı iletişim tekniklerini içeren eğitim programları düzenlemeli; yerel yönetimler ailelerin birlikte kaliteli zaman geçirebileceği sosyal alanlar oluşturmalarıdır. Ayrıca sosyal hizmet uzmanları tarafından ailelere psikososyal destek sağlanarak çatışma çözümü ve duygusal bağların güçlendirilmesi hedeflenmelidir. Üniversitelerde ise Mediko Sosyal Merkezler aracılığıyla teknoloji bağımlılığı tarama testleri uygulanmalı, risk grubundaki öğrencilere bireysel veya grup terapileri sunulmalıdır.

Toplumsal düzeyde dijital okuryazarlık ve bilinçli teknoloji kullanımına yönelik farkındalık çalışmaları yaygınlaştırılmalıdır. Millî Eğitim Bakanlığı okullarda sosyal hizmet birimleri kurarak çocukların erken yaşta teknolojiyi doğru kullanma becerileri kazanmasını sağlamalıdır. Öğretmenlere yönelik hizmet içi eğitimlerde "teknoloji bağımlılığıyla mücadele" konularına yer verilmelidir. Öğrencilerin derslerde akıllı telefonları işlevsel şekilde kullanmaları teşvik edilmelidir. Aynı zamanda davranışsal bağımlılıkların tanı ve tedavi süreçleri klinik düzeyde iyileştirilmelidir. DSM-V'e sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı için tanı kriterleri eklenmeli, uygulamalı araştırmalarla tedavi yöntemleri geliştirilmelidir.

Araştırma bulguları aile aidiyetinin sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılığı üzerinde koruyucu bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Aile içi duygusal destek ve iletişimin güçlü olması bireylerin sanal dünyaya yönelimini azaltmaktadır. Kadınların sosyal medya ve akıllı telefon bağımlılık puanlarının yüksekliği ise toplumsal cinsiyet rolleri ve duygusal ihtiyaçlar bağlamında ele alınmalıdır. Medeni durumun aile aidiyetini artırıcı etkisi evlilik kurumunun sosyal destek mekanizması olarak işlev görebileceğini düşündürmektedir. Sonuç olarak aile merkezli müdahale programlarının dijital bağımlılıkla mücadelede etkili olabileceği önerilebilir.

Sonuç olarak dijital bağımlılıkla mücadelede aile aidiyeti ve sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi temel strateji olarak benimsenmelidir. Bireylerin gerçek dünyada anlamlı ilişkiler kurması sanal platformlara olan bağımlılığı azaltacaktır. Hem mikro (aile, birey) hem makro (politika, toplum) düzeyde atılacak adımlar, teknolojinin bir tehdit olmaktan çıkıp sağlıklı bir araç haline gelmesini sağlayabilir. Bu süreçte sosyal hizmet uzmanları, eğitimciler ve politika yapımcılar iş birliği içinde hareket etmelidir.

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı

Bu çalışma (14.06.2021 tarih ve 48 sayılı Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurul Onay Belgesi ile) bilimsel araştırma ve yayın etiği kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

Yazarların Makaleye Olan Katkıları

Yazar 1'in makaleye katkısı %50, Yazar 2'nin makaleye katkısı %50'dir.

Çıkar Beyanı

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynaklar

- Akyüz, İ. (2021). Üniversite öğrencilerinde aile aidiyetinin sosyo-demografik değişkenler bağlamında incelenmesi. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 33-44.
- Aljomaa, S.S., Al.Qudah, M.F., Albursan, I.S., Bakhiet, S.F. ve Abduljabbar, A.S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164.
- Anlı, G. (2018). İnternet bağımlılığı: sosyal ve duygusal yalnızlık. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 389-397.
- Arslan, K., Şahin, H. ve Erkal, S. (2019). Üniversite öğrencilerinin aile aidiyetinin aile içi şiddete ilişkin görüşlerine ve bireysel özelliklerine göre karşılaştırılması. *Social Science Studies*, 7(1), 168-180.
- Aslantürk H., Saruç, S. (2018). Investigation of attachment styles of mothers of children with developmental delay according to various variables. *Journal of Current Researches on Health Sector*, 8 (2), 221-232.
- Balcı, Ş. ve Gölcü, A. (2013). Facebook addiction among university students in Turkey: Selçuk university example. *Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 34, 255-278.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Çelik, B. ve Ataş, A. H. (2023). A correlational study on mobile phone addiction among university students: Prevalence, student characteristics, mobile phone use purposes, and situations. *European Journal of Psychology and Educational Research*, 6 (3), 131-145.
- Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A. ve Sert, H. (2014). Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in a younger population. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 24(3), 226-234
- Elitaş, T. ve Keskin, S. (2014). Sanal aidiyet bağlamında zihinsel diaspora: facebook örneği. *Atatürk İletişim Dergisi*, 7, 161-186.
- George, D. ve Mallery, P. (2012). IBM SPSS Statistics 19 Step by Step a Simple Guide and Reference. UK: Pearson Higher Education.
- Ghanayem, L., Shannon, H., Khodr, L., McQuaid, R., ve Hellemans, K. (2024). Lonely and scrolling during the COVID-19 pandemic: understanding the problematic social media use and mental health link among university students. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1-12.
- Güneş A. (2018). Aile ile Bağlanma: Aidiyet. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Gürkan, U. ve Demirel, N. (2021). Ergenlerin sosyal medya kullanımlarının sosyal ilişkilerine ve sosyal kaygı düzeylerine etkisi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*. 8(3), 79-104.
- Hallers Haalboom, E.T., Mesman, J., Groeneveld, M.G., Endendijk, J.J., Van Berkel, S.R., Van Der Pol, L.D. ve Bakermans Kranenburg, M.J. (2014). Mothers, fathers, sons and daughters: parental sensitivity in families with two children. *Journal of Family Psychology*, 28(2), 138-147.
- Kadioğlu, Z.K. (2013). Kitle iletişim araçlarının şekillendirdiği sosyal kimlikler ve aidiyet duygusu ekseninde tüketici davranışları, *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 2(45), 101-114.
- Karaduman, S. (2010). Modernizmden postmodernizme kimliğin yapısal dönüşümü, *Journal of Yasar University*, 17(5), 2886-2899.
- King, V., Boyd, L.M., ve Thorsen, M.L. (2015). Adolescents' perceptions of family belonging in stepfamilies, *Journal of Marriage and Family*, 77(3), 761-774.
- Kirişoğlu, Ş. (2016). Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi, [Yüksek Lisans tezi, Haliç Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.

- Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B. ve Terzi, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 13-39.
- Kwon M, Kim D-J, Cho H, Yang S (2013) The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *PLoS ONE*, 8(12): e83558.
- Mavili, A., Kesen, N.F. ve Daşbaşı, S. (2014). Aile aidiyeti ölçeği: bir ölçek geliştirme çalışması, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 33, 29-45.
- Morahan Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students, *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13-29.
- Najib, M., Othman, M., Sulaiman, S., Tenda, P. ve Zabidi, M. (2023). Trends in Social Media Use among University Students During the Covid-19 Pandemic. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 12(2), 774-784.
- Özdemir, S.G., Daşbaşı, S. ve Kesen, N.F. (2020). Üniversite öğrencilerinin aile aidiyeti ve özgeci davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Konya ili örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 23(1), 101-111
- Parlak Sert, H., ve Başkale, H. (2022). Students' increased time spent on social media, and their level of coronavirus anxiety during the pandemic predict increased social media addiction. *Health Information and Libraries Journal*, 40(3), 262-274.
- Paulson, D.S. (2007). Handbook of Regression and Modeling. Florida: Chapman and Hall/CRC.
- Shaw, M. ve Black, D.W. (2008). Internet addiction definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5), 353-365.
- Tanrıverdi, S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Ting, C., ve Essau, C. (2021). Addictive behaviours among university students in Malaysia during COVID-19 pandemic. *Addictive Behaviors Reports*, 14, 1-7.
- Tutgun Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- TÜİK. (2024). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2024-53492](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2024-53492) (Erişim tarihi: 25 Mart 2025)
- Uçar, M.E. (2010). Üniversite öğrencileri ve üniversiteden mezun olan bireylerin sosyal sermaye düzeylerinin benlik biçimleri ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Uslu, M. (2021). The analysis of social media addiction and usage in Turkey. *Turkish Academic Research Review*, 6(2), 370-396.

Extended Summary

The primary objective of this study is to investigate in depth the relationship between social media and smartphone addiction, which is becoming increasingly prevalent among university students, and their feelings of family and group belonging. With the transformations brought about by the digital age, technology has become an integral part of life, and this situation brings with it the risk of uncontrolled use and addiction, especially among the young population. With the pandemic, this trend has become even more pronounced, as remote education and social isolation have led to a greater reliance on digital tools. In this context, this study, conducted with the participation of young people studying at four different universities in Ankara, aims to reveal whether family ties serve as a protective factor against digital addiction. The critical questions at the core of the research are as follows: Is there a meaningful relationship between family and group belonging levels among university students and social media and smartphone addiction? Does an increase in family belonging reduce the level of digital addiction? How do demographic factors such as gender, marital status, and place of residence affect these belonging and addiction levels? The answers to these questions will not only contribute to the academic literature but will also guide policies and psycho-social intervention programmes aimed at combating addiction.

When reviewing the existing literature on the subject, several interrelated key trends emerge. In particular, it has been observed that technology usage times have increased among young adults of university age. At the same time, it is emphasised that factors such as loneliness, lack of social support, and family communication issues drive individuals to seek environments in the virtual world where they can compensate for their deficiencies, feel a sense of belonging, and be accepted, and that this search significantly increases the risk of digital addiction.

The research was designed and conducted according to a correlational survey model that aims to describe the relationship between variables rather than establishing a cause-and-effect relationship. The universe of the study consists of undergraduate students studying at universities in Ankara. Considering the difficulty of reaching the entire population for practical reasons, a stratified purposive sampling method was adopted, and a total of 635 undergraduate students from four different state and foundation universities (Ankara University, Gazi University, Ankara Yıldırım Beyazıt University, and Başkent University) were included in the sample. Efforts were made to ensure balanced participation from the faculties of Education, Law, Health Sciences, and Engineering at these universities. The average age of the participants was calculated as 21.63, and in terms of gender distribution, 72.1% of the sample consisted of female students (27.9% male). The vast majority of participants (97%) were single.

Five different measurement tools were used in the data collection process. The first was a 10-item Socio-Demographic Information Form prepared by the researcher, which asked participants for basic information such as age, gender, marital status, monthly income, place of residence, and history of technology use. The second tool is the Family Sense of Belonging Scale, developed by Mavili and colleagues, consisting of 17 items. The third tool is the Social Media Addiction Scale, developed by Tutgun Ünal, containing 41 items. The fourth tool is the 33-item The Smartphone Addiction Scale, developed by Kwon and colleagues and adapted into Turkish by Demirci and colleagues. The fifth and final tool is the 6-item Group Belonging Scale, developed by Uçar. The Cronbach's Alpha coefficients obtained as a result of the reliability analyses of all these scales were found to be quite high (0.94, 0.97, 0.95, 0.85, respectively), indicating that the scales provided consistent and reliable results. The data collection process was carried out between September 2021 and June 2022 through both face-to-face surveys and online Google Forms surveys, after obtaining the necessary permissions from the Ankara Yıldırım Beyazıt University Ethics Committee and written/verbal consent from the participants.

The data obtained were analysed using the SPSS 24 statistical programme. The normality of the data distribution was checked using skewness and kurtosis coefficients. For data showing normal distribution, parametric tests (Independent Samples T-Test, One-Way Analysis of Variance - ANOVA, Multiple Linear Regression Analysis) were applied for data showing a normal distribution, while non-parametric tests (Kruskal-Wallis H Test) were applied for data that did not meet the normality assumption. Post-hoc tests such as LSD, Tukey, and Tamhane's T2 were used to determine which groups the differences between groups originated from. The statistical significance level was set at $p < .05$ for all analyses. Additionally, to check for multicollinearity in the regression analysis, the VIF (Variance Inflation Factor) and tolerance values were examined, and no issues were identified.

The descriptive statistics for the scale scores are as follows. The overall mean for the Family Belonging Scale was 68.56, the mean for the Group Belonging Scale was 22.29, the overall mean for the Social Media Addiction Scale was 99.28, and the overall mean for the Smartphone Addiction Scale was 71.94. The multiple linear regression analyses conducted revealed striking results that support the main hypothesis of the study. The analyses show that an increase in family belonging scores has a statistically significant and strong negative effect on both social media and smartphone addiction. When examining the relationship between group belonging and digital addiction, a more complex picture emerges. While no statistically significant effect of group belonging on social media addiction was observed, a significant negative effect on smartphone addiction was identified. This suggests that the sense of belonging formed through friendships or social groups may partially limit smartphone use but does not exhibit the same protective effect regarding social media addiction. Comparisons based on demographic variables also revealed striking differences. Female participants' social media addiction scores were found to be significantly higher than those of male participants. When looking at marital status, married participants' family belonging scores were significantly different from those of single and divorced participants, and their social media addiction scores were significantly different from those of single participants; married participants had higher belonging scores and lower addiction scores. In analyses based on the size of the residential area, family belonging scores for participants living in villages were significantly lower than those living in large cities. However, no significant differences were found in group belonging, social media addiction, or smartphone addiction scores based on place of residence.

The findings of the study reveal that family belonging is the most effective and consistent protective factor against social media and smartphone addiction among university students. This finding shows that feelings of emotional security, acceptance, support, and deep attachment within the family greatly reduce the individual's need to seek satisfaction of these needs in the virtual world. In other words, when the family provides the individual with a strong sense of belonging and identity in the real world, the need to seek approval and connection in virtual platforms decreases. Conversely, a lack of communication within the family, emotional neglect, conflicts, and a lack of support leave the individual feeling intensely lonely and drive them to fill this void with virtual relationships and a constant need to be online. This situation creates a fertile ground for the development of addictive behaviours.

The limited effect that group belonging has on smartphone addiction but not on social media addiction is a very interesting and thought-provoking finding. This result suggests that smartphones are used intensively not only as a means of accessing social media but also for managing real-world group relationships (e.g., messaging friends, organising events), and that individuals with strong group bonds have a reduced need to be excessively preoccupied with their phones beyond this functional use. However, social media itself, particularly as a means of fulfilling emotional needs virtually, may have a limited protective effect on group belonging in this area. The fact that female participants' social media addiction scores were significantly higher than those of males may be related to different forms of

socialisation and emotional expression stemming from gender roles. Women's tendency to seek more emotional support and be more active in maintaining their relationship networks may lead them to use social media more intensively for these purposes, thereby increasing the risk of addiction. The fact that married participants have higher family belonging and lower social media addiction scores may be interpreted as an indication that the institution of marriage provides individuals with stability, emotional support, and a strong sense of belonging, thereby reducing the need for virtual connection. The fact that the family belonging scores of participants living in villages were found to be lower than those living in metropolitan areas can be explained by the fact that the greater opportunities for education, health, and social interaction in urban environments have a positive effect on the sense of belonging by strengthening families' social support networks. Despite the more traditional family structure in rural areas, limited social mobility and support mechanisms may have contributed to this outcome.

In light of the findings, multifaceted, comprehensive, and systemic strategies must be implemented to effectively combat digital addiction. These strategies should focus on strengthening the family institution and promoting healthy communication within the family. The Ministry of Family and Social Services should design and disseminate comprehensive psycho-educational programmes for parents in line with this objective. These programmes must include effective communication techniques, conflict resolution strategies, adolescent and young adult psychology, ways of providing emotional support, and setting healthy boundaries for technology use. The role of local governments is also extremely critical. Municipalities should organise free or affordable social, cultural, and sporting events that allow families to spend quality time together and strengthen face-to-face interaction and bonds, and create physical spaces such as parks, family gardens, and cultural centres. Social service professionals, family counsellors, and psychologists should contribute to the repair and strengthening of family bonds by providing psycho-social support and counselling services, particularly to families experiencing communication issues or at risk of breakdown. Universities, as centres with a high concentration of young adults, should be at the forefront of this fight. University administrations should establish special units within Medical-Social Centres to address technology addiction, conduct regular screening tests to identify at-risk students early on, and offer intervention programmes such as individual psychological counselling, support groups, and training in coping skills for addiction. In addition, the diversity and accessibility of student clubs, social responsibility projects, and arts and sports activities that enrich campus life and foster face-to-face interaction, solidarity, and a sense of belonging among students should be increased. At the societal level, a systematic awareness and education campaign should be launched on digital literacy and conscious technology use. The Ministry of National Education should make this issue an integral part of the curriculum and develop and implement age-appropriate educational modules that will equip children and young people with the skills to use technology in a healthy, safe, productive, and balanced manner, starting from primary education. Teachers' competencies in this area should be continuously strengthened through in-service training, equipping them with the skills to maintain digital balance in the classroom, manage the controlled use of smartphones for educational purposes, and identify risky usage.

In conclusion, this study is an important piece of research that demonstrates, with solid statistical findings, the vital protective role that traditional social structures, particularly the family institution, continue to play in the face of the complex challenges of the digital age. It provides strong evidence that family-focused prevention and empowerment strategies should be central to the design of social policy and intervention programmes. While completely banning or excluding technology is neither realistic nor desirable, the primary focus should be on enabling individuals to establish meaningful, fulfilling, supportive, and belonging-inducing social relationships and connections in the real world. When a person feels valued and supported in real life, the need to exert excessive effort to satisfy

these needs in the virtual world naturally diminishes. Therefore, effective efforts to combat digital addiction will be the result of coordinated and sustained efforts at both the micro level (enhancing the psychological resilience of individuals, strengthening family communication) and the macro level (improving education policies, expanding social support services, designing urban living spaces to encourage socialisation). Interdisciplinary collaboration among social workers, psychologists, psychiatrists, educators, family counsellors, and policymakers is indispensable in the process of transforming technology from a threat into a powerful tool for realising human potential.