

Külahlı, N. (2026). Sosyal medyanın aile dinamiklerine etkisi: sosyal hizmet perspektifinden bir sistematik derleme. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*, 7 (1)

DERLEME / REVIEW

Başvuru Tarihi: 10/08/2025

Kabul Tarihi: 17/03/2026

SOSYAL MEDYANIN AİLE DİNAMİKLERİNE ETKİSİ: SOSYAL HİZMET PERSPEKTİFİNDEN BİR SİSTEMATİK DERLEME

Social Media's Impact on Family Dynamics: A Systematic Review from a Social Work Perspective

Nevin KÜLAHLI¹

¹ Doktora Öğrencisi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, nevinkulahli48@gmail.com  0009-0008-1714-3821

ÖZ

Bu çalışma, sosyal medya kullanımının aile dinamikleri üzerindeki etkilerini sosyal hizmet perspektifinden ele alan bir derleme niteliği taşımaktadır. Literatür taraması DergiPark veri tabanında "sosyal medya", "aile" ve "sosyal hizmet" anahtar kelimeleriyle gerçekleştirilmiş; 2020-2026 yılları arasında yayımlanmış araştırma makaleleri incelenmiştir. Dahil edilen çalışmalar; evlilik ilişkisi ve boşanma, dijital ebeveynlik ve mahremiyet, aile içi iletişimin dönüşümü, sosyal medya bağımlılığı ve aile dinamikleri, ailenin medyatikleşmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri başlıkları altında tematik olarak kategorize edilmiş, bulgular bu temalar çerçevesinde sentezlenmiştir. Sosyal medyanın aile üzerindeki etkileri ayrıca sosyal hizmet müdahalesi bağlamında değerlendirilmiştir. İncelenen araştırmalar, aşırı ve kontrolsüz sosyal medya kullanımının evlilik ilişkilerinde çatışmalara, ebeveyn-çocuk etkileşiminde zayıflamaya, aile içi iletişimin niteliğinde düşüşe ve sosyal medya bağımlılığına bağlı çeşitli sorunlara yol açtığını göstermektedir. Bunun yanında sosyal medya platformlarının, toplumsal cinsiyet rolleri ve aile ideolojilerinin yeniden üretildiği kültürel alanlar işlevi gördüğü anlaşılmaktadır. Sorunların bütüncül bir yaklaşımla ele alınabilmesi için ailelerle gerçekleştirilen sosyal hizmet müdahalelerinin yanı sıra okul sosyal hizmeti uygulamalarının da sürece dâhil edilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Sosyal medya, aile ilişkileri, sosyal medya bağımlılığı, sosyal hizmet.

ABSTRACT

This study is a review that examines the effects of social media use on family dynamics from a social work perspective. The literature review was conducted in the DergiPark database using the keywords "social media," "family," and "social work"; research articles published between 2020 and 2026 were

examined. The included studies were thematically categorized under the headings of marital relationships and divorce, digital parenting and privacy, the transformation of family communication, social media addiction and family dynamics, and the mediatization of the family and gender roles; the findings were synthesized within the framework of these themes. The effects of social media on the family were also evaluated within the context of social work intervention. The reviewed studies indicate that excessive and uncontrolled social media use leads to conflicts in marital relationships, a weakening of parent-child interactions, a decline in the quality of family communication, and various problems associated with social media addiction. Furthermore, it is understood that social media platforms function as cultural spaces where gender roles and family ideologies are reproduced. It was concluded that, to address these issues with a holistic approach, school social work practices must be integrated into the process alongside social work interventions conducted with families.

Keywords: Social media, family relationships, social media addiction, social work.

GİRİŞ

Nesiller arası sürekliliği sağlayan en önemli sosyal kurumlardan biri olarak değerlendirilen aile kurumu, toplumun temel yapı taşı olarak kabul edilmektedir. Geleneksel anlamı ile anne, baba ve çocuklardan oluşan topluluk olarak bilinmekte ve bireylerin sosyalleşme sürecinde merkezi bir konumda bulunmaktadır. Küreselleşen dünyada özellikle sosyal medya platformlarının günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmesi, aile dinamiklerini ve aile içi ilişkileri derinden etkilemektedir. Sosyal medyanın bireylere sağladığı iletişim ve bilgiye erişim imkânlarının kolaylığı yanında aile yapısı üzerinde yol açtığı olumsuz sonuçlar kapsamlı olarak değerlendirme gereksinimi taşımaktadır. Bireyselleşmenin ön plana çıktığı ve insanların yalnızlaştığı, sosyal çevreleri ile iletişimlerini sınırlandırdıkları, ruhsal sağlık problemlerinin ortaya çıktığı bilinmekle beraber ailenin kendi yapısı içerisinde de rollerin yok sayıldığı, ebeveyn figürlerinin kaybolduğu durumlarda sosyal medyanın etkisinin bulunduğunu söylemek mümkündür.

Derleme bir çalışma niteliği taşıyan bu çalışma, sosyal medya kullanımının aile üzerindeki etkilerini sosyal hizmet perspektifinden güncel literatür kapsamında ele almayı amaçlanmakta ve bu sorunların çözümüne yönelik sosyal hizmet uygulamaları bağlamında öneriler sunulmaktadır.

Sosyal Medya ve Aile

1990'lı yılların sonunda küresel boyutta önem kazanmaya başlayan internet ve buna bağlı gelişen teknolojiler ile "Dijital Çağ" olarak adlandırılan yeni bir döneme girilmiştir. Sosyal medya araçları, bireylerin dijital ortamda iletişim kurmalarını ve bilgi alışverişi yapmalarını sağlayan platformlardır. Son yirmi yıl içerisinde hızla gelişen bu araçlar, bireyler arası ilişkilerdeki bağları etkilemiş, arkadaşlar ve aile ile sosyalleşme, iş bulma, duygusal ilişkileri başlatma gibi çeşitli rolleri üstlenmiştir (Aichner vd., 2021).

2023 yılı itibarıyla küresel anlamda 4,9 milyar insanın sosyal medya kullanıcısı olduğu tahmin edilmektedir (Wong, 2023). Sosyal medyanın bireysel etkilerinin yanında günümüzde aile yaşamına olan etkileri de araştırma konusu haline gelmiştir. Bu etkilerin mikro, mezo ve makro düzeyde analiz edilmesi doğasının anlaşılması açısından önem taşımaktadır. Nitekim bu kapsamlı analizi, sosyal hizmetin sistem kuramı ve ekosistem yaklaşımı da desteklemektedir. Sistem kuramı, sosyal medyanın aile üzerindeki etkilerini, aileyi oluşturan öğeler arasındaki karşılıklı etkileşim ve sistem dengesi bağlamında ele almaktadır (Chetkow-Yanoov, 2014). Bu perspektifte dijital platformlar, aile üyelerinin birbirleriyle kurduğu iletişim kalıplarını ve aile içi rolleri dönüştüren bir değişken olarak işlev görmektedir. Ekosistem yaklaşımı ise bu etkileşimi birey ve çevre arasındaki pekçok katmandan oluşan ilişkiler bütünü içinde değerlendirir (Yunfang ve Yaoming, 2006). Buna göre sosyal medyanın aile kurumuna etkisi, mikro düzeyde bireysel kullanımlardan mezo düzeyde akran ve kurumsal ilişkilere, makro düzeyde ise dijital politikalar ve kültürel bağlama kadar uzanan geniş bir yapıda analiz edilmelidir. Bu nedenle sosyal medyanın ailevi sonuçlarının anlaşılması, hem sistem içi dinamikleri hem de çevresel katmanların karşılıklı etkileşimini bütüncül bir yaklaşımla ele almayı gerektirmektedir.

Mikro düzey, bireyin kendi içsel süreçleri, psikolojik durumu ve doğrudan ilişkilerindeki deneyimlerini kapsamaktadır. Sosyal medyanın beraberinde getirdiği sınırsız karşılaştırmalar, beğeni ve yorumlar bireylerde sürekli olarak doğrulanma ihtiyacı hissetmelerine (Akarcın, 2024) ve benlik saygılarının olumsuz etkilenmesine (Cingel vd., 2022) neden olabilmektedir. Sosyal medyanın aşırı kullanımı ile birlikte yetersizlik, yalnızlık, kaygı ve depresyon (Çil, 2020; Prasetya ve Chow, 2023), dijital dünyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu (Fioravanti vd., 2021) bireylerin yaşamını olumsuz etkileyen sorunlar arasında yer almaktadır. Ayrıca bireylerin gizlilik ve güvenlik kaygıları, siber zorbalık, sanal kaytarma, tekno-stres, kararsızlık deneyimleri gibi olumsuz durumları deneyimlediği paylaşılmaktadır (Turel vd., 2021). Sosyal medya bağımlılığı, bireyin sosyal ilişkilerini ve günlük yaşam işlevselliğini doğrudan etkileyen bir sorun alanı olarak öne çıkmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin internet ve kitle iletişim araçları ile sosyal medya platformlarını aşırı derecede kullanması sonucu oluşan bağımlılık olarak tanımlanmakta (Akarcın, 2024); aşırı kullanım ve kullanma isteğinin durdurulamaması, sosyal medya kullanılmayan durumlarda fiziksel ve psikolojik sorunlar yaşanması, sosyal ilişkilerin ve günlük yaşamın zarar görmesi ile karakterize edilmektedir (Griffiths ve Szabo, 2014; Van den Eijnden vd., 2016).

Mezo düzey, bireyin içinde bulunduğu yakın çevre ve bu çevredeki sistemler arası etkileşimleri kapsamaktadır. Aile kavramı, içerisinde eş, ebeveyn, kardeşler alt sistemleri gibi birçok alt sistemi bulunduran sosyal bir sistem olarak tanımlanabilir. Aile üyelerinin birinde meydana gelen değişimin diğer aile üyelerini de etkilediğini söylemek mümkündür (Berkey ve Hanson, 1991; Akt: Hallaç ve Öz, 2014). Buradan hareketle aile içerisinde bir üyenin dahi sosyal medya araçlarından olumsuz etkilenmesi, tüm aile sistemini etkileyecektir. Sosyal medya bağımlılığı bireyler dışında aileler üzerinde

de olumsuz ve yıkıcı sonuçlar oluşturan bir halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilmektedir (YEDAM, 2024). Aile üyelerinin sosyal medya kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan iletişim sorunları, çatışmalar, ihmal edilme duyguları ve rol karmaşıklıkları, aile sisteminin işleyişini doğrudan etkilemektedir. Özellikle ebeveynlerin sosyal medya kullanımının çocukların bağımlılık düzeyleri üzerindeki etkisi, aile içi dinamiklerin önemini ortaya koymaktadır.

Makro düzey, toplumsal yapı, kültürel değerler, politikalar ve yasal düzenlemeler gibi geniş ölçekli unsurları kapsamaktadır (Siu Ming, 2025). Sosyal medya platformlarının küresel ölçekte yaygınlaşması, farklı kültürlerde benzer sorunların ortaya çıkmasına neden olmakla birlikte, yerel bağlamda farklı biçimlerde deneyimlenmektedir. Toplumsal düzeyde sosyal medya bağımlılığı giderek artan bir endişe kaynağı haline gelmekte, sosyal medya platformlarının işleyişine ilişkin uluslararası düzenlemeler, veri güvenliği ve mahremiyet konusundaki yasal çerçeveler de makro düzeyin önemli unsurları arasında yer almaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışma, sosyal medyanın aile üzerindeki etkilerine ilişkin Türkiye'de yayımlanmış güncel araştırma bulgularını sentezlemeyi hedefleyen sistematik bir derleme niteliği taşımaktadır. Tarama stratejisi, DergiPark akademik yayın platformu üzerinden, "sosyal medya", "aile" ve "sosyal hizmet" anahtar terimlerinin özet ile başlık bölümlerinde yer alan yayınları kapsamaktadır. Çalışmaya 2020-2026 yılları arasında yayımlanmış araştırma makaleleri dahil edilmiş; derleme türü çalışmalar, konu dışı yayınlar ve diğer metin türleri kapsam dışında tutulmuştur. Dahil edilen makalelerin yanında ulusal ve uluslararası yayınlar ile de çalışma zenginleştirilmiştir.

İlk tarama aşamasında 411 çalışmaya ulaşılmıştır. Araştırma makalesi sınırlaması uygulandıktan sonra bu sayı 359'a gerilemiş; konu dışı yayınların elenmesinin ardından inceleme, 43 araştırma makalesi ile sürdürülmüştür. Dahil edilen çalışmalar; evlilik ilişkisi ve boşanma, dijital ebeveynlik ve mahremiyet, aile içi iletişimin dönüşümü, sosyal medya bağımlılığı ve aile dinamikleri, ailenin medyatikleşmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri başlıkları altında tematik olarak kategorize edilmiş ve bulgular bu temalar çerçevesinde sentezlenmiştir. Son olarak sosyal medyanın aileye etkileri sosyal hizmet bağlamında değerlendirilerek yeni bir başlık altında ele alınmıştır.

BULGULAR

1. Sosyal Medya ve Evlilik İlişkisi

1.1. Boşanma

Sosyal medyanın evlilik kurumu üzerindeki etkileri, Türkiye'deki boşanma eğilimleri bağlamında değerlendirildiğinde dikkat çekici bir tablo ortaya çıkmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre

kaba boşanma hızı son on beş yılda yaklaşık %33 oranında artmıştır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2026). Her ne kadar boşanma nedenleri çok etkenli bir yapı sergilese de araştırmacılar sosyal medyanın bu artışta belirleyici bir pay üstlendiğini ileri sürmektedir (Dızman, 2019; Erol, 2022; Eichenberg vd., 2017). Sosyal medya kullanımının beraberinde getirdiği dijital kıskançlık, iletişim kopukluğu ve sanal etkileşimlerin evlilikleri tehdit eden faktörler arasında yer aldığı vurgulanmaktadır (Dızman, 2019). Sosyal medya bağımlılığının evlilikte eşitlikçi rol beklentilerini olumsuz yönde etkilediği; buna karşın bireylerin eşlerinden sosyal medya kullanımına ilişkin eleştiri almasının geleneksel rol beklentilerini pekiştirdiği bulunmuştur (Dağ Tüzmen vd., 2023). Çalışmada genel olarak katılımcıların evlilik rol beklentilerinde eşitlikçi tutumun belirgin biçimde daha baskın olduğu görülmektedir.

1.2. Kıskançlık, Güven ve İlişki Doyumu

Sosyal medya platformları, başta Facebook ve Instagram olmak üzere, evli bireyler arasında önemli bir kıskançlık kaynağı işlevi görmektedir. Facebook kıskançlığının eşi duyulan güven, evlilik yaşam doyumu ve mutluluk hissiyle negatif; yalnızlık hissiyle ise pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır (Tiryaki ve Karakuş, 2018). Sosyal medya kullanımının aldatmaya yönelik niyeti anlamlı biçimde yordadığı ve evliliklerde çatışma ile boşanma gibi olumsuz sonuçlara zemin hazırladığı da belirtilmektedir (Dursun ve Özkan, 2019; Kalaman ve Çelik, 2019; Özdemir ve Kayaalp, 2025). Evli bireylerin yarısından fazlasının sosyal medya kaynaklı sorunlar deneyimlediğini ifade etmesi (Kalaman ve Çelik, 2019), bu platformların evlilik dinamikleri üzerindeki yaygın etkisini göstermektedir.

Romantik ilişkiler bağlamında sosyal medya kıskançlığının düşük benlik farklılaşması ve bilişsel esneklikle ilişkili olduğu bulunmuştur (Çolakoğlu Akgül ve Ümmet, 2025). Beliren yetişkinlik döneminde ise sosyal medya bağımlılığı arttıkça ilişki doyumunun azaldığı, ilişki kaygısı ile dışsal ilişki kontrolünün ise yükseldiği saptanmıştır (Kaya, 2021). Bu bulgular dijital platformların yalnızca evlilik içi değil evlilik öncesi romantik ilişkileri de doğrudan etkilediğine işaret etmektedir.

2. Dijital Ebeveynlik, Mahremiyet ve Sharenting

İncelenen literatürün en kapsamlı temasını dijital ebeveynlik konusu oluşturmaktadır. Araştırmalar, ebeveynlerin sosyal medya kullanım örüntülerini, çocuklara ilişkin paylaşımların ardındaki motivasyonları, bu pratiklerin doğurduğu etik-hukuki sorunları ve çocukların bu süreçteki deneyimlerini farklı perspektiflerden ele almaktadır.

2.1. Paylaşım Motivasyonları ve Çocuk Haklarına Etkileri

Ebeveynlerin çocuklarına ilişkin sosyal medya paylaşımlarının ardında yatan motivasyonlar duygusal ve sosyal olmak üzere iki temel boyutta kategorize edilmektedir. Duygusal boyutta çocuğun gelişim sürecini dijital bir günlük biçiminde kayıt altına alma ve anı biriktirme arzusu ön plana çıkarken; sosyal boyutta uzakta yaşayan akrabalarla iletişimi sürdürme ve çevreden onay alma ihtiyacı belirleyici

olmaktadır (Tanık Önal vd., 2025; Çitil Akyol ve Sumbas, 2023). Ancak ebeveynler tarafından çoğunlukla iyi niyetli girişimler olarak değerlendirilen bu pratikler, çocukların özel yaşamının ihlali ve onları rızaları dışında dijital bir kimliğe zorlamak bakımından ciddi etik sorunlar barındırmaktadır (Akdi, 2016; Acar ve Koyuncu, 2025).

Yapılan incelemeler, paylaşımlarda çocukların çoğunlukla estetik bir nesne, acıma uyandıran bir mağdur figürü ya da yetişkin bakış açısıyla tanımlanan eksik bir birey olarak konumlandırıldığını ortaya koymaktadır (Başaran, 2025). Bu temsil biçimleri çocuğun özerk bir birey olarak var olma hakkını göz ardı etmekte; onun rızası dışında şekillenen kalıcı bir dijital ayak izi bırakılmasına neden olmaktadır.

2.2. Dijital Özerlik ve Mahremiyet Kaygıları

Dijital teknolojilerin gündelik hayatta fazlaca yer edinmesi, anne babalara yeni roller ve sorumluluklar yüklemektedir. "Helikopter ebeveynlik" olarak adlandırılan yoğun gözetim stratejileri ile çocukların dijital bağımsızlık talepleri arasındaki gerilim, aile içi tartışma alanlarını genişletmektedir (Maral, 2025). Ebeveynlerin çevrimiçi mahremiyete ilişkin kaygı düzeyleri ile sosyal medya kullanım biçimleri arasında düşük düzeyde de olsa pozitif bir ilişki bulunduğu; bu kaygıların eğitim düzeyi ve yerleşim yeri gibi sosyodemografik faktörlerle şekillendiği bildirilmektedir (Bayzan, 2025). Bu noktada dijital ebeveynlik uygulamalarının yalnızca çocukları çevrimiçi tehlikelerden korumaya yönelik bir denetim aracı olarak görülmemesi gerektiği ortaya çıkmaktadır. Çocuğun dijital ortamda bir hak öznesi olarak kabul edildiği, onun kendi kararlarını verme isteği ile ebeveynin gözetim yükümlülüğünün uzlaştırıldığı katılımcı bir yaklaşımla yeniden düşünülmesi önemlidir.

2.3. Hukuki Boyut ve Dijital Ebeveynlik Sözleşmesi

Çocuklar aracılığı ile sosyal medyadan gelir elde etme olgusunun yaygınlaşması, bu pratiklerin hukuki statüsüne ilişkin önemli tartışmaları beraberinde getirmiştir. Bu yolla elde edilen kazançların "çocuk malı" niteliği taşıdığı ve velayet hakkı kapsamında çocuğun menfaatine uygun biçimde yönetilmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Özen Çolak, 2025; Akdi, 2016). Bu sorunların önüne geçebilmek amacı ile aile bireyleri arasında dijital kullanım normlarını tartışarak belirlemeyi öngören "dijital ebeveynlik sözleşmesi" kavramı öne çıkan bir öneri olarak literatürde yer bulmaktadır (Demir, 2025). Bu çerçevede çocukların dijital platformlarda görünürlüğünden doğan maddi kazanımların hukuki niteliğinin açıklığa kavuşturulması, mevcut uyuşmazlıkların çözümü açısından olduğu kadar benzer durumların gelecekte doğurabileceği ihlallerin önlenmesi bakımından da önem taşımaktadır. Dijital ebeveynlik sözleşmesi gibi araçların işlevsellik kazanması, aile içi iletişimde çocuğun görüşlerine başvuru, onun rızasını merkeze alan bir anlayışın yerleşmesine katkı sunabilecek niteliktedir.

3. Aile İçi İletişimin Dönüşümü

Sosyal medya kullanım yoğunluğunun artması, aile üyeleri arasındaki yüz yüze etkileşimin azalması ile doğrudan ilişkilendirilmektedir. Sosyal medya platformlarına ayrılan zamanın genişlemesi ile birlikte aile içi yüz yüze iletişim sıklığının düştüğü, aynı evi paylaşan bireylerin birbirleriyle iletişim kurmak yerine ekranlarını tercih ettiği görülmektedir (Gülner ve Öztat, 2020; Gürsoy Ulusoy ve Gürsoy Atar, 2020). Lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar, sosyal medya kullanım süresi ve sıklığı arttıkça aile içi iletişim puanlarının belirgin biçimde düştüğünü ortaya koymaktadır (Demir, 2016; Yaylalı ve Taş, 2026). Öğrencilerin özel sorunlarını ailelerine değil sosyal medya arkadaşlarına açma eğilimi, duygusal mesafenin somut bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Demir, 2016). Öte yandan ebeveynler ile ergen çocukları arasında mahremiyet algısı konusunda belirgin bir kuşak farkı olduğu; ebeveynlerin mahrem bulduğu pek çok içeriğin ergenler tarafından sosyal medyada serbestçe paylaşılabildiği belirtilmiştir (Canatan ve Aydın Avşar, 2019). Bu bulgular, dijital teknolojilerin aile içi iletişim dinamikleri üzerinde dönüştürücü bir etkiye sahip olduğunu ve bu dönüşümün yalnızca iletişim biçimleriyle sınırlı kalmayıp aile üyeleri arasındaki duygusal bağları da etkilediğini göstermektedir.

4. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Aile Dinamikleri

Sosyal medya bağımlılığı; aşırı ve kontrolsüz kullanım, kullanımın önlenememesi, platformsuz kalınan durumlarda ortaya çıkan fiziksel ve psikolojik belirtiler ile sosyal işlevsizlik olarak tanımlanmaktadır (Griffiths ve Szabo, 2014; Van den Eijnden vd., 2016). Bu bağımlılık biçiminin bireysel düzeyin ötesinde aile ilişkilerini de derinden etkilediği görülmektedir. Yetersizlik, yalnızlık, kaygı ve depresyon (Çil, 2020; Prasetya ve Chow, 2023), kaçırma korkusu (Fioravanti vd., 2021), siber zorbalık ve tekno-stres (Turel vd., 2021) bu bağımlılığın sonuçları arasında yer almaktadır. Ortaokul öğrencilerinde ebeveynlerin sosyal medya kullanımı ile çocukların bağımlılık düzeyleri arasında pozitif bir ilişki saptanmış olması, ebeveynlerin rol model etkisini açıkça ortaya koymaktadır (Kocatürk Bursa ve İlerisoy, 2025). Çocuklar özelinde ise aşırı ekran süresinin sosyal çevreden uzaklaşmaya, oyun becerisinin gelişmemesine ve akran ilişkilerinin zayıflamasına yol açtığı ifade edilmektedir (Güleç, 2018). Müdahale programları bağlamında psiko-eğitim gibi uygulamaların, katılımcıların bağımlılık düzeylerini anlamlı ölçüde azalttığı deneysel olarak kanıtlanmıştır (Sürü, 2020). Bu bulgular, önleyici ve erken müdahale programlarının yaygınlaştırılmasının önemine dikkat çekmektedir.

5. Ailenin Medyatikleşmesi ve Toplumsal Cinsiyet Roller

Sosyal medya platformları, bireysel kimlikler ile birlikte toplumsal cinsiyet rolleri ve aile ideolojilerinin de yeniden üretildiği bir kültürel alan işlevi görmektedir. Kullanıcılar, paylaşımları aracılığı ile belirli bir kadınlık, erkeklik, annelik, babalık ve aile olma halini sergileyerek bu kavramlara ilişkin toplumsal normların hem pekişmesine hem de dönüşmesine katkıda bulunmaktadır. Bu bağlamda son yıllarda

popülerlik kazanan "geleneksel eş" kavramı dikkat çekmektedir. Yavuz ve Erdal Aytekin (2025) tarafından gerçekleştirilen çalışma, hem ABD'li hem de Türk fenomenlerin geleneksel kadınlık rollerini, anneliği ve ev içi emeği merkeze alan bir aile ideolojisi sunduğunu; ancak bu sunumun kültürel bağlama göre farklılaştığını ortaya koymaktadır. Bu bulgu, geleneksel olarak nitelendirilen aile ideolojilerinin bile aynı olmadığını ve içinde bulunduğu kültürel kodlara göre yeniden yorumlandığını göstermektedir. Instagram'da popüler aile hesaplarının içerik analizleri, reklam, mizah, aile bağı ve kutlama temalarının ön plana çıktığını; bu içeriklerin idealize edilmiş bir aile imgesi sunarak takipçilerde kıyaslama ve yetersizlik hissi yaratabildiğini göstermektedir (Barış ve Yeşilyurt, 2025). "Blogger annelik" çerçevesinde ise geleneksel anne rolü ile modern kariyer kadını imajının eş zamanlı olarak sunulduğu, bu sunumda anne-çocuk ikilisinin aile bütününe önüne geçtiği saptanmıştır (Yardım, 2020). Bu bulgular, sosyal medya platformlarının aileye ilişkin idealize edilmiş temsiller üreterek gerçeklik ile gösteri arasındaki mesafeyi genişlettiğini ve bu durumun bireylerde yetersizlik hissi ile kıyaslama davranışını beslediğini ortaya koymaktadır. Dijital platformlarda sunulan mükemmel aile imgelerinin yarattığı bu baskı, aile üyelerinin kendi yaşantılarını sorgulamasına ve doyumsuzluk yaşamasına zemin hazırlayabilmektedir.

6. Sosyal Hizmet Müdahalesi: Rol ve Sorumluluklar

Ailelerle yürütülen sosyal hizmet müdahalelerinin temel amacı, aile üyelerinin kendi gereksinimlerini yetkin biçimde karşılamalarını sağlamak ve aile dinamiğinde sürdürülebilir işlevsellik kurmaktır (Mutlu, 2013). Sosyal medyanın aile üzerindeki olumsuz etkileri bu müdahale alanını doğrudan ilgilendirmekte; sosyal hizmet uzmanlarının bilgi, beceri ve değer setlerini bu yeni sorun örüntülerine yönlendirmesini zorunlu kılmaktadır. Sosyal medya kaynaklı sorunların karmaşık doğası, mikro, mezzo ve makro düzeyde çeşitli müdahaleleri gerektirmektedir.

6.1. Mikro Düzey Müdahaleler: Klinik Sosyal Hizmet ve Aile Danışmanlığı

Sosyal medyanın aile dinamiklerine etkileri konusunda kapsamlı bir değerlendirme yapabilmek, klinik sosyal hizmet uzmanlarının belirli beceri ve bilgi donanımına işaret etmektedir. Sosyal medya bağımlılığı ve olumsuz etkileri bağlamında sosyal hizmet uzmanları, mikro düzeyde birey ve ailelerle doğrudan klinik müdahaleler gerçekleştirmektedir. Bu müdahaleler, tanı ve tedavi sürecinde aileyi bilgilendirme, tedaviye katılımı destekleme, işlevsel olmayan iletişim kalıplarını dönüştürme, bireyleri ve aileleri dijital riskler konusunda bilinçlendirme (Belfort, 2023; Mutlu, 2019) ile ayrımcılık ve sosyal dışlanmaya karşı savunuculuk yapma (YEDAM, 2024) gibi rolleri kapsamaktadır.

Kanıtla dayalı uygulama modelleri açısından değerlendirildiğinde, bilişsel davranışçı terapi (Erol, 2019), kısa süreli çözüm odaklı terapi (Kaya, 2025), psikoeğitim programları (Taş ve Ayas, 2018; Pamuk ve Kutlu, 2020) ve sosyal beceri eğitimlerinin (Biçer, 2014) sosyal hizmet müdahaleleri kapsamında etkin

biçimde uygulanabildiği görülmektedir. Dijital okuryazarlık müdahaleleri de klinik sosyal hizmet uygulamasının önemli bir parçası olarak değerlendirilebilir.

Aile danışmanlığı bağlamında ise sosyal medya kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan eşler arası çatışmalar, ebeveyn-çocuk iletişim sorunları gibi konularda aile görüşmeleri, iletişim becerileri, ebeveyn eğitimi ile farkındalık çalışmaları (Kayaalp ve Özdemir, 2025), aile terapisi (Murphy vd., 2013; Trimeche vd., 2023) gibi uygulamalar öne çıkmaktadır. Aile sistemini bir bütün olarak ele alan bu müdahaleler, sorunların yalnızca bireysel düzeyde değil, aile içi etkileşim kalıpları çerçevesinde değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır.

6.2. Mezzo Düzey Müdahaleler: Okul Sosyal Hizmeti ve Kurumsal İşbirlikleri

Mezzo düzey sosyal hizmet müdahaleleri, bireyin doğrudan etkileşim içinde bulunduğu küçük grupları, örgütleri ve toplulukları kapsayan orta ölçekli sistemlere yönelik uygulamaları içermektedir. Bu düzeydeki müdahaleler, bireysel sorunların yalnızca kişisel başarısızlıklardan değil, sosyal ve kurumsal bağlamlardan kaynaklandığı anlayışı üzerine inşa edilmektedir (Zastrow, 2017). Bronfenbrenner'ın (1979) biyoekolojik modeli, mezzo düzey müdahalelerin kavramsal zeminini güçlü biçimde desteklemektedir. Bu modelde mezzo düzey, bireyin doğrudan içinde yer aldığı aile, okul ve akran grubu gibi ortamlar arasındaki etkileşimleri tanımlamaktadır. Sosyal medya, bu ortamlar arasındaki ilişkileri köklü biçimde dönüştürerek mezzo dinamiklerini yeniden yapılandırmaktadır. Dolayısıyla sosyal medyanın etkilerine yönelik müdahalelerin de bu düzeyde konumlandırılması, teorik ve pratik açıdan tutarlı bir yaklaşım olarak öne çıkmaktadır.

Okul sosyal hizmetinin bu sorun alanındaki önemi literatürde önem kazanmaktadır. Ergenlerin sosyal medya kullanımı ve sağlıklı yaşam konularında aile-okul işbirliğinin güçlendirilmesi önerilmekte (Gökçay vd., 2024); gizlilik, güvenlik ve eğitim konularındaki müdahalelerin bu işbirliği çerçevesinde ele alınması gerektiği bildirilmektedir (Schmidt ve Cohen, 2014). Okul sosyal hizmet uzmanlarının çok kademeli destek sistemi, kapasite geliştirme, ev-okul iletişimi ve savunuculuk rolleri bu bağlamda ayrıca öne çıkmaktadır (Lucio vd., 2024). Mezzo düzey müdahaleler kapsamında, okul temelli önleyici programlar, akran destek grupları, dijital okuryazarlık atölyeleri ve ebeveyn eğitim seminerleri gibi uygulamalar yer almaktadır. Öğrencilerin biyopsikososyal gelişimini ve sosyal çevrelerini bütünsel olarak değerlendiren ekip tabanlı psikososyal hizmet modellerinin bu süreçteki belirleyici işlevine dikkat çekilmektedir (Özbesler ve Duyan, 2009). Okul, aile ve toplum temelli kuruluşlar arasında koordinasyon sağlanması, sorunların erken dönemde tespit edilmesi ve önleyici hizmetlerin etkin biçimde sunulması açısından önem taşımaktadır.

6.3. Makro Düzey Müdahaleler: Politika Savunuculuğu ve Toplumsal Farkındalık

Sosyal medya platformları, günümüzde iletişim alışkanlıklarını, aile ilişkilerini ve toplumsal normları köklü biçimde yeniden biçimlendirmektedir. Makro düzey sosyal hizmet, bireysel sorunların toplumsal bağlamda ele alınmasını ve bu sorunların kaynağındaki yapısal eşitsizliklere yönelik sistem odaklı çözümler üretilmesini öncelikli hedef olarak benimsemektedir (Payne, 2014). Sosyal hizmet uzmanlarının makro düzeydeki en temel rollerinden biri, dijital hakların korunması amacı ile aktif politika savunuculuğu yürütmektir. Bu savunuculuk; çocukların kişisel verilerinin toplanmasını ve ticari amaçlarla kullanılmasını sınırlandıran yasal güvencelerin oluşturulmasını, sosyal medya platformlarının denetimini güçlendirecek bağımsız düzenleyici mekanizmaların kurulmasını ve dijital ortamlarda çocukların yaşına uygun içeriklere erişimini sağlayacak teknik standartların belirlenmesini kapsamaktadır (Livingstone vd., 2017).

Sosyal medyanın aile üzerindeki etkileriyle mücadelede makro düzey müdahaleler, politika savunuculuğu, yasal düzenlemelerin izlenmesi ve toplumsal farkındalık çalışmalarını kapsamaktadır. Sosyal hizmet uzmanlarının bu düzeydeki rolleri arasında, dijital haklar ve çocuk mahremiyeti konusunda yasal düzenlemelerin geliştirilmesi için savunuculuk yapmak, sosyal medya platformlarının sorumluluklarına ilişkin kamuoyu oluşturmak ve toplumsal bilinçlendirme kampanyaları düzenlemek yer almaktadır. Dijital bağımlılıkla mücadelede bütüncül ve koordineli ulusal stratejilerin oluşturulması, makro düzey müdahalelerin merkezinde yer almaktadır. Bu stratejiler; ruh sağlığı hizmetlerini, eğitim politikalarını, aile destek programlarını ve yasal düzenlemeleri sistematik biçimde kapsayan uyumlu bir politika çerçevesi gerektirmektedir (Kuss ve Griffiths, 2017). Makro düzey aile destek politikaları, dijital çağın getirdiği zorluklarla başa çıkmak için gereken kaynakları ailelere sağlayan sistemik mekanizmaları kapsamaktadır. Bu mekanizmalar arasında ebeveynlere yönelik dijital okuryazarlık ve bilinçli ebeveynlik programlarının yaygınlaştırılması, dezavantajlı ailelerin dijital kaynaklara erişimini güvence altına alan sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve dijital refahı aile politikalarının ayrılmaz bir bileşeni olarak tanımlayan yasal çerçevelerin geliştirilmesi yer almaktadır (Coyne vd., 2020).

TARTIŞMA

Sosyal medya platformlarının gündelik yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmesi, aile kurumu üzerinde çeşitli etkiler meydana getirmiştir. Bu sistematik derleme kapsamında 2020-2026 yılları arasında yayımlanmış araştırma makalelerinin bulguları, dijital teknolojilerin aile içi dinamikleri, eşler arası ilişkileri ve ebeveyn-çocuk etkileşimini önemli ölçüde dönüştürdüğünü ortaya koymaktadır. Elde edilen bulguları sosyal hizmet disiplininin temel kuramsal çerçeveleri olan sistem yaklaşımı ve ekolojik yaklaşım perspektifinden değerlendirmek, sorunların bütüncül biçimde anlaşılmasına ve müdahale stratejilerinin geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Sistem yaklaşımı açısından bakıldığında, aile birbirleriyle sürekli etkileşim halinde olan alt sistemlerden oluşan bir bütün olarak kavranmaktadır. Bu kuramsal çerçevede herhangi bir alt sistemde meydana gelen değişimin diğer alt sistemleri ve tüm aile sistemini etkileyeceği öngörülmektedir. Araştırma bulguları bu öngörüye doğrular niteliktedir. Sosyal medya kullanımına bağlı olarak eşler arası ilişkilerde ortaya çıkan kıskançlık, güven sorunları ve çatışmalar (Tiryaki ve Karakuş, 2018; Kalaman ve Çelik, 2019) yalnızca eş alt sistemiyle sınırlı kalmamakta, ebeveynlik rollerini ve çocuklarla ilişkileri de etkilemektedir. Benzer biçimde ergenlerin sosyal medya kullanımına bağlı olarak ebeveynleri ile yaşadıkları çatışmalar (Lewis vd., 2015) aile sisteminin dengesini bozmakta ve diğer aile üyelerini de etkileyen bir süreç başlatabilmektedir. Sistem yaklaşımının vurguladığı bu karşılıklı bağımlılık ilişkisi, sosyal medyanın aile üzerindeki etkilerinin tek bir üye veya tek bir ilişki düzeyinde ele alınamayacağını, tüm aile sistemini kapsayan bütüncül bir değerlendirme yapılması gerektiğini göstermektedir.

Ekolojik yaklaşım ise birey ve ailenin içinde bulunduğu çevresel bağlam içinde ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu yaklaşıma göre mikro, mezzo ve makro birey ve ailenin gelişiminde ve işlevselliğinde belirleyici rol oynamaktadır. Araştırma bulguları, sosyal medya platformlarının bu çevresel yapının her düzeyinde etkili olduğunu göstermektedir. Mikro düzeyde aile içi yüz yüze iletişimin azalması (Gülner ve Öztat, 2020; Gürsoy Ulusoy ve Gürsoy Atar, 2020) ve ebeveyn-çocuk etkileşiminin zayıflaması (Salgür, 2016) dikkat çekmektedir. Makro düzeyde ise toplumsal cinsiyet rollerinin ve aile ideolojilerinin sosyal medyada yeniden üretilmesi (Yavuz ve Erdal Aytekin, 2025; Barış ve Yeşilyurt, 2025) kültürel bağlamın belirleyiciliğine işaret etmektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, ebeveynlerin çocuklarına ilişkin sosyal medya paylaşımlarının ardında yatan motivasyonların (Tanık Önal vd., 2025; Çitil Akyol ve Sumbas, 2023) yalnızca bireysel tercihler olarak görülmemesi, içinde bulunulan kültürel bağlam ve toplumsal normlarla birlikte ele alınması gerekmektedir. "Helikopter ebeveynlik" olarak adlandırılan yoğun gözetim davranışları ile çocukların dijital bağımsızlık talepleri arasındaki gerilim (Maral, 2025), farklı ekolojik düzeylerdeki etkenlerin (ebeveyn tutumları, akran ilişkileri, kültürel beklentiler) kesişim noktasında ortaya çıkan bir olgu olarak değerlendirilmelidir.

Sosyal medya bağımlılığının aile dinamikleri üzerindeki etkileri incelendiğinde, bu sorunun bireysel bir sorun olmanın ötesinde aile sistemi içinde karşılıklı etkileşimlerle şekillenen bir olgu olduğu görülmektedir. Ortaokul öğrencilerinde ebeveynlerin sosyal medya kullanımı ile çocukların bağımlılık düzeyleri arasında pozitif ilişki saptanması (Kocatürk Bursa ve İlerisoy, 2025), sistem yaklaşımının dairesel nedensellik kavramına vurgu yapmaktadır. Ebeveynlerin çocukları için sosyal medya konusunda endişe duymalarına karşın kendilerinin de kontrolsüz internet kullanımı sergilemeleri (Terras ve Ramsay, 2016) ise aile sistemi içindeki çelişkili dinamikleri ve müdahale noktalarının karmaşıklığını ortaya koymaktadır. Sosyal hizmet müdahaleleri açısından değerlendirildiğinde, sistem ve ekolojik yaklaşımların sunduğu kuramsal çerçeve, sosyal medyanın aile üzerindeki etkilerine yönelik

müdahalelerin bütüncül bir biçimde tasarlanması gerektiğini göstermektedir. Ailelerle gerçekleştirilen sosyal hizmet müdahalelerinin temel amacı olan aile üyelerinin gereksinimlerini yetkin biçimde karşılayabilmeyi öğrenmesi (Mutlu, 2013), aile sisteminin kendi kendini düzenleme kapasitesini güçlendirmeyi hedeflemektedir. Sosyal hizmet uzmanlarının aile ile işbirliği içinde üyelerin problem çözme ve baş etme kapasitesini artırma, işlevsiz iletişim kalıplarını dönüştürme, aileleri sosyal medyanın olumsuz etkilerine karşı bilinçlendirme gibi rolleri (Mutlu, 2019), sistem yaklaşımının aile içi etkileşim kalıplarını değiştirme hedefi ile benzer doğrultudadır.

Okul sosyal hizmeti uygulamalarının sürece dâhil edilmesi gerektiği yönündeki bulgu (Gökçay vd., 2024; Lucio vd., 2024), ekolojik yaklaşımın mezzo düzeyindeki müdahalelerin önemini vurgulamasıyla uyumludur. Öğrencilerin biyopsikososyal gelişimleri ve sosyal çevreleri göz önünde bulundurularak psikososyal hizmetlerin ekip çalışması bağlamında yürütülmesi (Özbesler ve Duyan, 2009), farklı sistem düzeylerinde müdahaleler gerektirmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada sosyal medyanın aile üzerindeki etkileri sosyal hizmet perspektifinden ele alınmış ve değerlendirilmiştir. Sosyal medya araçlarının yaygınlaşması ve kullanım yoğunluğunun artması, aile dinamiklerini etkileyerek aile içi ilişkileri ve iletişim biçimlerini dönüştürmektedir. Aşırı ve kontrolsüz sosyal medya kullanımı, eşler arası ilişkilerde çatışmalara, ebeveyn-çocuk etkileşiminde zayıflamaya ve ilişkilerde sorunlara yol açabilmektedir. Bunun yanında bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimini olumsuz etkileyerek çeşitli sağlık sorunlarına zemin hazırlamakta ve bağımlılık türleri arasında sosyal medya bağımlılığı şeklinde yeni bir sorun alanı ortaya çıkarmaktadır.

Ebeveynler ve çocuklar arasında artan dijital teknoloji kullanımı, yüz yüze etkileşimin azalmasına ve aile içi iletişimin zayıflamasına neden olmaktadır. Sosyal öğrenme sürecinin sağlıklı işleyebilmesi için ebeveynlerin çocuklarına rol model olması, sorunların ortaya çıkmasını veya derinleşmesini önlemede belirleyici bir etken olarak değerlendirilmektedir. Sosyal medya ve internetin aile içi ilişkiler ile çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerinin önlenmesi ve azaltılmasında aile dinamiğinin sağlıklı bir yapıya kavuşturulması büyük önem taşımaktadır. Bu noktada ailelerle gerçekleştirilen sosyal hizmet uygulamaları, aile üyelerinin yaşadığı sorunların hem bireysel hem de bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasına imkân sağlamaktadır.

Sosyal medya bağımlılığının tedavi sürecinde kişisel, terapötik ve farmakolojik müdahaleler önemli bir yer tutmaktadır. Sosyal hizmet uzmanlarının bireyi çevresi içinde değerlendirme ilkesi doğrultusunda, tanı ve tedavi sürecinde multidisipliner çalışmaların etkili olacağı düşünülmektedir. Bağımlılığın fark edilmesi ve kabullenilmesi sürecin ilk adımını oluştururken, tedavi sürecinde bireyin ailesi ve yakın çevresiyle birlikte ele alınması sorunların çok boyutlu biçimde çözülmesine katkı sağlamaktadır. Bu kapsamda ebeveynlere yönelik düzenlenecek eğitim programlarıyla bağ kurma ve iletişim becerileri,

bağımlılıktan koruyucu çocuk yetiştirme tutumları, kural ve sınır koyma, öfke kontrolü ve boş zamanları değerlendirme gibi konularda destek sağlanması önem taşımaktadır.

Sosyal medyanın olumsuz etkilerini azaltma ve bağımlılıkla mücadelede öz-yönetim eğitimi programları, kaliteli boş zaman etkinlikleri, çocuk ve ergenlere yönelik ruh sağlığını koruma programları, grup çalışmaları, akran eğitim programları ve örgün eğitim içerisinde yer verilmiş eğitim programları etkili araçlar olarak öne çıkmaktadır. Bu noktada ailelerle yürütülen sosyal hizmet uygulamalarının yanı sıra okul sosyal hizmeti uygulamalarının da sürece dâhil edilmesi önemlidir. Bağımlılık ve sosyal medyanın bireylerde oluşturduğu biyopsikososyal sorunları önleme ve iyileştirme noktasında sosyal hizmet odaklı kapsamlı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Hızla gelişen dijital dünya ve sosyal medya araçlarına sağlıklı uyum sağlanabilmesi için bireyler ve ailelerle gerçekleştirilecek sosyal hizmet müdahaleleri ile okul sosyal hizmeti uygulamaları büyük önem taşımaktadır. Sosyal hizmet uzmanlarının ailelere ve okullarda çocuklara yönelik olarak dijital okuryazarlık, güvenli internet kullanımı, sosyal medya bağımlılığı gibi konularda bilgilendirici ve farkındalık artırıcı çalışmalar yapması, sorunların önlenmesi ve sağlıklı dijital alışkanlıkların geliştirilmesi açısından değerli görülmektedir.

KAYNAKÇA

- Acar, Ö., & Koyuncu, A. A. (2025). Çocuğa yönelik yeni bir risk: Sosyal medya anneliği. *Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 81–96.
<https://doi.org/10.52122/nisantasisbd.1622129>
- Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O., & Jegeni, D. (2021). Twenty-five years of social media: A review of social media applications and definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 215–222. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>
- Akarcan, M. (2024). Dijital medya bağımlılığının getirdiği sorunlar ve çözüm önerileri. *Black Sea Journal of Public and Social Science*, 7(1), 47–54.
- Akdi, M. (2016). Ana-babanın çocuğun fotoğraf ve görüntülerinin sosyal medyada yayınlamasından doğan sorumluluğu. *Marmara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Hukuk Araştırmaları Dergisi*, 22(3), 123–144.
- Barış, Ö., & Yeşilyurt, S. (2025). Sosyal medyada ailelerin medyatikleşmesi: Popüler aileler örneği. *TRT Akademi*, 10(24), 624–651. <https://doi.org/10.37679/trta.1666392>
- Başaran, M. (2025). Analysis of parents' posts using the innocent child hashtag on social media: Representations, meanings, and ethical issues. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(Özel Sayı), 1926–1942. <https://doi.org/10.17494/ogusbd.1758703>
- Bayzan, Ş. (2025). Ebeveynlerin çevrimiçi mahremiyet kaygıları ile sosyal medya davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 2025(Aile Özel Sayısı Cilt-2), 649–682. <https://doi.org/10.21560/spcd.v2025i88554.1640077>
- Belfort, E. (2023). Family therapy principles applied to working with families around media use. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 62(10), 112.
<https://doi.org/10.1016/j.jaac.2023.07.503>
- Berkey, K. M., & Hanson, S. H. (1991). *Pocket guide family assesment and intervention*. Mosby.
- Biçer, U. (2014). *Sosyal beceri eğitiminin ortaokul öğrencilerindeki internet bağımlılığı düzeyine etkisi* [Yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Canatan, K., & Aydın Avşar, S. (2019). Anne-baba ve ergen çocukların mahremiyet algısındaki farklılıkların sosyal medya üzerinden okunması. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(15), 93–125. <https://izlik.org/JA98EC64TE>
- Carvaja, E. T. (2017). Families and technologies. What about the phubbing in Mexico? *Horyzonty Wychowania*, 16(37), 59–69. <https://doi.org/10.17399/HW.2017.163704>

- Chetkow-Yanoov, B. H. (2014). *Social work practice: A systems approach* (2. baskı). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315043401>
- Cingel, D. P., Carter, M. C., & Krause, H. V. (2022). Social media and self-esteem. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101304. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101304>
- Coyne, S. M., Rogers, A. A., Zurcher, J. D., Stockdale, L., & Booth, M. (2020). Does time spent using social media impact mental health? An eight year longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 104, 106160. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>
- Çil, S. N. (2020). *Yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının depresyonla ilişkisi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çitil Akyol, C., & Sumbas, E. (2023). Sosyal medyada ebeveyn olmak: Babalar nerede? *Abant Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(3), 1282–1292. <https://doi.org/10.11616/asbi.1265506>
- Çolakoğlu Akgül, S., & Ümmet, D. (2025). Romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı: Bilişsel kontrol-esneklik ve benlik farklılaşmasıyla ilişkisi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 50–66. <https://doi.org/10.58434/apdad.1830283>
- Dağ Tüzmen, H., Duran, B., & Döner, Ş. İ. (2023). The effect of social media addiction on marriage role expectations. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 25(3), 44–55.
<https://doi.org/10.69487/hemarge.1306713>
- Demir, Ü. (2016). Sosyal medya kullanımı ve aile iletişimi: Çanakkale’de lise öğrencileri üzerine bir araştırma. *Selçuk İletişim*, 9(2), 27–50. <https://doi.org/10.18094/si.99029>
- Demir, Z. (2025). Dijital-sosyal medya dünyasında aile olmak. *ASBÜ YUVA Uluslararası Aile Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 181–209. <https://izlik.org/JA76WU29LB>
- Dursun, A., & Özkan, M. S. (2019). Genç yetişkinlerin aldatmaya yönelik niyetleri üzerinde aldatmaya yönelik tutum ve sosyal medya kullanımının etkisi. *Kastamonu Education Journal*, 27(2), 475–484. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2560>
- Erol, B. (2019). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı psiko-eğitim programının ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerine etkisi* [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Fioravanti, G., Casale, S., Bocci Benucci, S., Probst, A., Falone, A., Ricca, V., & Rotella, F. (2021). Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 122, 106839. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106839>
- Gökçay, G., Eryılmaz, S. E., & Küçük, F. (2024). The impact of social media addiction on healthy lifestyle beliefs in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 76, 223–229.
<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.01.023>
- Gülner, B., & Öztat, F. (2020). Aile içi yüz yüze iletişim, internet ve sosyal medya kullanım ilişkisi. *Kurgu*, 28(1), 31–42. <https://izlik.org/JA36TF84NH>

- Gürsoy Ulusoy, Ş., & Gürsoy Atar, Ö. (2020). Reflection of social media addiction on family communication processes. *Adam Academy Journal of Social Sciences*, 10(2), 425–445. <https://izlik.org/JA47NA59AC>
- Griffiths, M. D., & Szabo, A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 74–77. <https://doi.org/10.1556/jba.2.2013.016>
- Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(2), 105–120. <https://doi.org/10.17932/IAU.EJNM.25480200.2018.2/2.105-120>
- Hallaç, S., & Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(2), 142–153. <https://doi.org/10.5455/cap.20130625102321>
- Kalaman, S., & Çelik, F. (2019). Türkiye’deki evli bireylerin sosyal medya kullanımlarının evlilikleri üzerine etkisi: Nitel bir araştırma. *OPUS International Journal of Society Researches*, 13(19), 424–453. <https://doi.org/10.26466/opus.589684>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Kaya, B. (2021). Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki düzeylerinin yordayıcısı olarak sosyal medya bağımlılığı. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 8(1), 23–42. <https://izlik.org/JA29XE42CR>
- Kaya, Ç. S. (2023). Çocuklarda teknoloji bağımlılığı. H. Batman, C. Güngör, & H. Korkman (İçinde), *Dezavantajlı çocuklar: Tespitler ve müdahale önerileri* (ss. 103–122). Efe Akademi Yayınları.
- Kaya, Ç. S. (2025). *Çözüm odaklı grupla sosyal hizmet müdahalesinin ergenlerin dijital oyun bağımlılığı ve yalnızlık düzeylerine etkisi* [Doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kayaalp, A., & Özdemir, N. E. (2025). The transformation of family structure in the digital society: Divorce, social media, and social service intervention in Turkey. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi, Özel Sayı*, 73–91. <https://doi.org/10.17130/ijmeb.1782088>
- Kınıklı, E. N. (2021). *Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının aile bütünlük duygusu ve saldırganlık davranışı ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kocatürk Bursa, H. B., & İlerisoy, M. (2025). Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile ebeveyn sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *APJEC - Academic Platform Journal of Education and Change*, 8(1), 43–64. <https://doi.org/10.55150/apjec.1623970>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>

- Lewis, A. J., Knight, T., Germanov, G., Benstead, M. L., Joseph, C. I., & Poole, L. (2015). The impact on family functioning of social media use by depressed adolescents: A qualitative analysis of the Family Options Study. *Frontiers in Psychiatry*, 6, 131.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2015.00131>
- Livingstone, S., Stoilova, M., & Kelly, A. (2017). Cyberbullying: Incidence, trends and consequences. In Council of Europe (Ed.), *Tackling cyberbullying and related problems: Existing and prospective solutions* (pp. 13–30). Council of Europe.
- Lucio, R., Shayman, E., Mitchell, B. D., & Souhrada, E. (2024). What is essential in school social work practice. *School Mental Health*, 16(2), 403–416. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09637-2>
- Maral, T. (2025). Dijital ebeveynlikte yeni eğilimler: Helikopter ebeveynlik, sosyal medya ve mahremiyet ikilemi. *Ombudsman Akademik, Özel Sayı 3 (Aile)*, 663–683.
<https://doi.org/10.32002/ombudsmanakademik.1675535>
- Ming, C. S. (2025). Revisiting and rethinking macro social work in the world of poverty and inequality. In R. Baikady (Ed.), *Social work in an unequal world*. Oxford Academic.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197807538.003.0019>
- Murphy, L. S., Lancy, K., & Hertlein, K. M. (2013). Attending to social network usage in teen and family treatment: A structural-developmental approach. *Journal of Family Psychotherapy*, 24(3), 173–187. <https://doi.org/10.1080/08975353.2013.817239>
- Mutlu, E. (2013). Madde bağımlılığında ailenin rolü. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 2, 13–17.
<https://izlik.org/JA96AC97AZ>
- Mutlu, E. (2019). Madde bağımlılığı ve sosyal hizmet. S. Attepe Özden & E. Özcan (İçinde), *Tıbbi sosyal hizmet* (ss. 247–261). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Nazir, T., & Pişkin, M. (2016). Phubbing: A technological invasion which connected the world but disconnected humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 5–12.
<https://doi.org/10.25215/0403.039>
- Özbesler, C., & Duyan, V. (2009). Social work in school settings. *Education and Science*, 34(154), 17–25.
- Özen Çolak, N. B. (2025). Ebeveynlerin sosyal medyada çocukları üzerinden elde ettikleri kazancın çocuk malları kapsamında incelenmesi. *Türkiye Adalet Akademisi Dergisi*, 61, 531–562.
<https://doi.org/10.54049/taad.1622188>
- Pamuk, M., & Kutlu, M. (2020). Ergenlerde akıllı cep telefonunun problemli kullanımını azaltmaya yönelik bir psikoeğitim programının etkililiğinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(21), 56–95. <https://doi.org/10.26466/opus.621117>

- Payne, M. (2014). *Modern social work theory* (4. baskı). Palgrave Macmillan.
- Prasetya, M. A., & Chow, H. W. (2023). The influence of social media on mental health and physical of adolescent athletes: A systematic review. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 3(1), 28–34. <https://doi.org/10.26460/ijok.v3n1.p28-34>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Salgür, S. A. (2016). How does the use of social networking affect family communication of teenagers? *Euromentor Journal-Studies*, 7(1), 21–32.
- Schmidt, E., & Cohen, J. (2014). *Yeni dijital çağ* (Ü. Şensoy, Çev.). Optimist Yayınları.
- Sülü Akgül, C. (2023). İnternet ve akıllı telefon bağımlılığından sosyotelizme: Sosyal hizmet perspektifinden derinlemesine bir inceleme. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 11(31), 69–101. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.1328519>
- Sürü, D. (2020). “Aileler İçin İnternet ve Sosyal Medya Kullanımı Psiko-eğitimi” programının kişiler üzerine olan etkisinin incelenmesi. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 113–136. <https://doi.org/10.21798/kadem.2020162324>
- Şentürk Dızman, Z. (2019). Sosyal medyanın boşanmaya etkileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 548–555. <https://izlik.org/JA95LW64AN>
- Tanık Önal, N., İlhan, A. G., & Önal, N. (2025). Aile ve çocukların sosyal medya platformlarındaki görünürlüğü: Sharenting. *İnönü University Journal of the Faculty of Education*, 26(3), 1459–1511. <https://doi.org/10.17679/inuefd.1619879>
- Taş, İ., & Ayas, T. (2018). Effects of psychoeducational program for reducing psychological symptoms on internet addiction among adolescents. *Education and Science*, 43(196), 257–279. <https://doi.org/10.15390/EB.2018.7652>
- Terras, M. M., & Ramsay, J. (2016). Family digital literacy practices and children's mobile phone use. *Frontiers in Psychology*, 7, 1957. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01957>
- Tiryaki, S., & Karakuş, M. (2018). Evli bireylerin sosyal medya kullanımları üzerine bir saha araştırması. *Kurgu*, 26(3), 422–443. <https://izlik.org/JA79NX78XS>
- Trimeche, M., Zidi, M., Al-Shalaki, T., Alnair, A. M. A., SaadAshwal, E. S., Ibrahim, M. M. H., ... & Helal, I. E. A. (2023). Addressing family mutism: Expert perspectives and intervention strategies in the context of excessive social media use in Saudi Arabian families. *International Journal of Advanced and Applied Sciences*, 10(8), 197–208. <https://doi.org/10.21833/ijaas202308023>
- Turel, O., Qahri-Saremi, H., & Vaghefi, I. (2021). Special issue: Dark sides of digitalization. *International Journal of Electronic Commerce*, 25(2), 127–135. <https://doi.org/10.1080/10864415.2021.1887694>

Türkiye İstatistik Kurumu. (2026). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*.

<https://veriportali.tuik.gov.tr/tr/press/58165/metadata>

Van den Eijnden, R. J., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale.

Computers in Human Behavior, 61, 478–487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.038>

Wong, B. (2023, 18 Mayıs). *Top social media statistics and trends*. Forbes Advisor.

<https://www.forbes.com/advisor/business/social-media-statistics/>

Yardımcı, G. (2020). Sosyal medyadaki kültürel kimliklerin dönüşümü odaklı “Blogger Anne”

kimliklerinin incelenmesi. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 33, 129–157.

<https://doi.org/10.31123/akil.696758>

Yavuz, A., & Erdal Aytekin, P. (2025). Tradwife influencers in the U.S. and Türkiye: A comparison of traditional womanhood and family roles on social media. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 48, 301–319.

<https://doi.org/10.31123/akil.1629970>

Yaylalı, F. N., & Taş, K. (2026). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve aile içi

iletişim arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(Aile Özel

Sayısı), 449–468. <https://doi.org/10.31592/aeusbed.1801544>

YEDAM. (2024, 4 Mart). *Bağımlılıkta sosyal sorunlar ve sosyal hizmetin bağımlılıktaki rol ve görevleri*.

<https://www.yedam.org.tr/uzman-yazilari/bagimlilik-sosyal-sorunlar-ve-sosyal-hizmetin-bagimlilikteki-rol-ve-gorevleri>

Yeşilay. (2024, Haziran). *Sosyal medya bağımlılığı tedavisinde izlenen yollar*.

<https://www.yesilay.org.tr/tr/makaleler/sosyal-medya-bagimliliği-tedavisinde-izlenen-yollar>

Yılmaz, G., Şar, A. H., & Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2(2), 20–37.

Yunfang, D., & Yaoming, H. (2006). A preliminary discussion on the contributions and limitations of systems ecology theory to social work. *Journal of Zhangzhou Normal University (Philosophy and Social Sciences Edition)*, 20(1).

<https://doi.org/10.3969/j.issn.1004-468X.2006.01.007>

Zastrow, C. (2017). *Introduction to social work and social welfare: Empowering people* (12. baskı).

Cengage Publication.