LOKMAN HEKİM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYOTELİZM DAVRANIŞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİ DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hazal ATALAY

EYLÜL, 2023

LOKMAN HEKİM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANA BİLİMDALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYOTELİZM DAVRANIŞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİ DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hazal ATALAY

DANIŞMAN
Doç. Dr. Meltem MERİÇ

EYLÜL, 2023

ONAY

Tez Başlığı: Üniversite Öğrencilerinin Sosyotelizm Davranışı, Sosyal Medya Bağımlılığı İle İlişki Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tezi Hazırlayan: Hazal ATALAY

Tez Savunma Tarihi: 12.09.2023

İmza

Üye (Jüri Başkanı): Prof. Dr. Fatma ÖZ

Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Hemşirelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lokman Hekim Üniversitesi

Bu tez, tarafımdan incelenmiş ve yüksek lisans tezi olarak uygun bulunmuştur /bulunmamıştır.

İmza

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Belgin VAROL

Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Hemşirelik Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Bu tez, tarafımdan incelenmiş ve yüksek lisans tezi olarak uygun bulunmuştur /bulunmamıştır

İmza

Üye (Danışman): Doç. Dr. Meltem MERİÇ

Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Hemşirelik Bölümü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lokman Hekim Üniversitesi

Bu tez, tarafımdan incelenmiş ve yüksek lisans tezi olarak uygun bulunmuştur /bulunmamıştır

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Onayı

Prof. Dr. Sulhiye YILDIZ

Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Lokman Hekim Üniversitesi'ne verdiğimi bildiririm.

Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

(X) Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir. (Bu seçenekte teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etseniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirse bile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir.)

( ) Tezimin/Raporumun ……. tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını istemiyorum (İç kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) (Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.)

( ) Tezimin/Raporumun…… tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.

( ) Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi

12/09/2023

Hazal ATALAY

LOKMAN HEKİM ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, tez çalışmamda bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları bilimsel etik kurallar gözeterek ifade ettiğimi ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim (12/09/2023).

Hazal ATALAY

İmza:

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYOTELİZM DAVRANIŞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİ DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hazal ATALAY

Yüksek Lisans Tezi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Hemşirelik Anabilim Dalı

Tez Danışmanı Doç. Dr. Meltem Meriç

Ankara, Eylül, 2023

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Batman Üniversitesinde eğitimini sürdüren, 18 yaşından büyük, romantik ilişki içerisinde bulunan, sosyal medya ve akıllı telefon kullanan 380 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) ve İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veriler SPSS 22 programıyla analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak sayı, frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. İki bağımsız değişken arasındaki farkın analizi için t-Testi ve çoklu grup arasındaki farkın analizi için ANOVA analizi uygulanmıştır. Ölçeklerin kendi aralarındaki ilişki yönü ve anlamlılık düzeylerini ($p<0,01$) belirlemek için pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin ölçek toplam puan ortalamaları SMBÖ 90,93±31,96, GSOÖ 43,91±22,62 ve İDÖ 30,03±9,18 olarak belirlenmiştir. SMBÖ ile GSOÖ arasında pozitif yönde anlamlı ve yüksek düzeyde ($r=0,742$; $p<0,001$), GSOÖ ile İDÖ arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ($r=-0,154$; $p<0,001$), SMBÖ ile İDÖ arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu ($r=-0,190$; $p<0,001$) saptanmıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelist davranışları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın sonuçları doğrultusunda üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm davranışlarından korunması için öğrencilere yönelik farkındalık eğitimlerin verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Sosyal Medya Bağımlılığı, Sosyotelizm, İlişki Doyumu, Psikiyatri Hemşireliği

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PHUBBING, SOCIAL MEDIA ADDICTION AND RELATIONSHIP SATISFACTION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

Hazal ATALAY

Master's Thesis

Graduate School of Health Sciences

Department of Nursing

Thesis Advisor Assoc. Prof. Dr. Meltem Meriç

Ankara, September, 2023

This study aims to examine the relationship between university students' phubbing, social media addiction and relationship satisfaction levels. The study group of the research consisted of 380 students, who are over the age of 18 and have been in a romantic relationship, using social media and smartphone continuing their education at Batman University. In the research, the Personal Information Form, Generic Scale of Phubbing (GSP), Social Media Addiction Scale (SMDS), and Relationship Satisfaction Scale (ISS) were used as data collection tools. The SPSS 22 program was used to examine the research's data. Number, frequency, percentage, mean, and standard deviation were employed as descriptive statistical techniques in the examination of the data. ANOVA analysis was performed to examine differences between various groups, while the t-test was used to examine differences between two independent variables. The Pearson correlation test was used to determine the relationship between the scales and their significant levels ($p<0.01$). According to the study, the pupils' average scale total scores were SMDS 90.9331.96, GSP 43.9122.62, and ISS 30.039.18. It was determined that there was a high level of correlation ($r=-0.190$; $p<0.001$) between SMDS and ISS, significantly positive and high ($r=0.742$; $p<0.001$) between SMDS and GSP, negatively significant and low ($r=-0.154$; $p<0.001$) between GSP and ISS, and significantly negative and low ($r=-0.154$; $p<0.001$) between SMDS and ISS. As a result, it was determined that there was a positive relationship between students' social media addiction and phubbing behaviors. In line with the results of the research, it is recommended that university students be given awareness training to protect themselves from social media addiction and phubbing behaviors.

KEYWORDS: University Students, Social Media Addiction, Phubbing, Relationship Satisfaction, Psychiatric Nurses

TEŞEKKÜR

Öncelikle yüksek lisans eğitim süresi ve tez boyunca bilgi birikimi ve tecrübeleriyle yol gösteren, kendisine kolaylıkla ulaşabilmemi sağlayan, endişelerimi dinleyip bana çözüm önerileri sunan, tezimin devamlılığı için motivasyonumu sağlayan, önemseyen ve destekleyen Sayın Doç. Dr. Meltem MERİÇ'e,

Psikiyatri hemşireliği uzmanlık eğitim dönemimde tüm bilgi ve eşsiz tecrübeleri ile yolumu aydınlatan Sayın Prof. Dr. Fatma ÖZ hocama,

Tezimin veri analizi aşamasında problem yaşadığım soruları kendisine kolaylıkla yöneltebildiğim ve zorlandığım zaman tüm özverileriyle bana destek olan biricik abim Dr. Esat ATALAY'a, canım ablam Arş. Gör. Sidar ATALAY ŞİMŞEK'e ve değerli hocam Doç. Dr. Mücahit ÇAYIN'a,

Deneyimlediğim zorluklarla baş etmemde yardımcı olan, kucak dolu sevgileriyle beni destekleyen, yanımda oldukları için kendimi her zaman şanslı hissettiğim tüm aileme ve dostum Besra NASIROĞLU'na teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI ..... **iii**
LOKMAN HEKİM ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE ..... **iv**
ÖZET ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
TEŞEKKÜR ..... **vii**
İÇİNDEKİLER ..... **viii**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **x**
ŞEKİLLER LİSTESİ ..... **xi**
KISALTMALAR LİSTESİ ..... **xii**
1.GİRİŞ **1**
2. GENEL BİLGİLER **4**
2.1. Bağımlılık Tanımı 4
2.1.1. Davranışsal Bağımlılıklar: 4
2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal Medya Kavramı 5
2.2.1. Sosyal Medya ile İlgili Çalışmalar: 9
2.3. Sosyotelizm: 11
2.3.1. Sosyotelizm ile İlgili Çalışmalar: 17
2.4. İlişki Doyumu: 18
2.4.1. Romantik İlişki Doyumu: 20
2.4.2. İlişki Doyumu ile İlgili Çalışmalar: 23
2.5. İlişki Doyumu ve Sosyotelizm: 26
2.6. İlişki Doyumu ve Sosyal Medya Bağımlılığı: 28
2.7. Sosyotelizm ve Sosyal Medya Bağımlılığı: 29
2.8. Sosyotelizm, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Romantik İlişki Doyumu ve Psikiyatri Hemşireliği 30
3. GEREÇ VE YÖNTEM **33**
3.1. Araştırmanın Türü: 33
3.2Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman: 33
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi: 33
3.4. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri: 33
3.5. Veri Toplama Araçları: 34

3.5.1. Kişisel Bilgi Formu: 34
3.5.2. Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ) 34
3.5.3. Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ) 34
3.5.4. İlişki Doyum Ölçeği (İDÖ) 35
3.6. Araştırmanın Uygulanması: 36
3.7. Verilerin Değerlendirilmesi 36
3.8. Araştırmanın Etik Boyutu: 36
4. BULGULAR 37
5. TARTIŞMA 68
5.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması 68
5.2. Öğrencilerin Genel Sosyotelist Olma Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması 73
5.3. Öğrencilerin İlişki Doyum Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması 77
5.4. SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamalarının Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması 81
6. SONUÇ VE ÖNERİLER **83**
6.1. Sonuçlar 83
6.2. Öneriler 85
7. KAYNAKÇA 87
8. EKLER 105

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 4. 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri 37
Tablo 4.2. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı..... 39
Tablo 4. 3. Öğrencilerin SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamaları 40
Tablo 4.3.1. SMBÖ Puan Aralığı, Yüzde ve Bağımlılık Seviyesi 41
Tablo 4.4. SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ için Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları…….42
Tablo 4.5. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları..... 43
Tablo 4.5.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları..... 49
Tablo 4.6. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları 52
Tablo 4.6.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları..... 57
Tablo 4.7. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre İDÖ Puan Ortalamaları..... 62
Tablo 4.7.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre İDÖ Puan Ortalamaları..... 65
Tablo 4.8. Üniversite Öğrencilerinde SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamaları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları..... 66

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Sosyotelizmin Alt Boyutları 13

KISALTMALAR LİSTESİ

SMBÖ	Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği
GSOÖ	Genel Sosyotelist Olma Ölçeği
İDÖ	İlişki Doyumu Ölçeği
vd.	Ve Diğerleri
ark.	Arkadaşları
DSM-V	The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
TDK	Türk Dil Kurumu
GKK	Gelişimleri Kaçırma Korkusu

1.GİRİŞ

Günümüzde artan sosyal medya kullanımının temel sebeplerinden biri, ortamın sanal olması ve kimlik oluşumunun istenilen profile dönüşmesi konusunda kişinin özgür ve aynı zamanda ortamın müsait olmasıdır (Çalışır, 2016). Gerçek yaşantıda mutsuz, değer görmeyen, yalnız, düşük benlik saygısına sahip, özgüvensiz ve başarısız olan kişiler, sanal kimlikler sayesinde gerçekliğin tam aksine yeni kimlik oluşturabilmektedir (Gümrükçü ve Özdemir, 2006). Bu da gerçek benlikten uzaklaşan kişilere ve bu kişilerin soyutlanmasına sebep olmaktadır. Bundan dolayı sosyal medyada geçirilen sürenin artması ve sosyal becerilerini kapatma; arkadaş ilişkilerinde problem, sosyal ortamdan kaçma, iletişim kurmama, kendine güven duymama gibi rolleri ön plana çıkmaktadır (Kovan ve Ormancı, 2021). Sosyal medyada diğer kullanıcılar hakkında bilgi sahibi olma, gerçek yaşantıdaki sosyal ilişkileri ört bas etme güdüsü, sosyal medya kullanırken ortaya çıkan sahte mutluluk durumu sosyal medya bağımlılığına neden olmaktadır (Büyükgebiz Koca ve Tunca, 2019).

Sosyal medya kullanımı ve internette geçirilen sürenin artmasının, gençler arasında bir problem haline dönüştüğü ve aynı zamanda sosyotelizmin ortaya çıkmasına zemin oluşturduğu vurgulanmaktadır (Davey vd., 2021; Ač-Nikolić vd., 2018). Sosyotelizm davranışında bulunan kişiler, çevresinde bulunan kişileri de olumsuz etkilemektedir. Bu duruma da "Sosyotelizme maruz kalma" denmektedir. Sosyotelist ile sosyotelizme maruz kalan bireyin, sosyotelistin kendisiyle ilgilenmeyip dikkatini telefonuna yöneltmesi, sosyal etkileşim esnasında verimli vakti baltalamakla birlikte iletişimi de olumsuz etkilemektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Sosyotelizme maruz kalan bireyler içinde bulundukları durumdan memnuniyet duymadıklarını, iletişim içinde oldukları kişilerle yeterince bağ kuramadıklarını ifade etmektedirler (Roberts ve David, 2016; Krasnova vd., 2016). Sosyotelizm davranışının; iletişimde yetersizliğe, odağı telefona yöneltmeye, göz teması kuramamaya, anlatılanları eksik anlamaya ve zaman zaman da kişilerin çevresinde olup bitenleri kaçırmaya sebep olduğu sonucuna da ulaşılmıştır (Karadağ vd., 2016).

Vanden Abeele ve Nilsenova (2018)'nın yaş ortalaması 24 olan 125 genç ile yaptığı çalışma sonucunda, katılımcıların arkadaş veya aile ortamında iletişim sırasında telefon ile ilgilenmelerinin kurulu ilişkilerde yıkıcı etkisinin olduğu ve

telefonla ilgilenmenin iletişimi olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Parmaksız (2020)'ın belirttiği gibi, ilişkilerden alınan doyumun en önemli bileşenlerinden biri iletişimdir. Partnerlerin bir arada iken kişinin dikkatini telefona yöneltmesi ilişkilerde yıkıcı etkilere sebep olmaktadır (Parmaksız, 2020). Sosyotelizm, kişilerin algıladığı iletişim kalitesini düşürmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Ayrıca sosyotelizm, çiftlerin birlikte geçirdikleri zamanın azalmasına, telefon kullanımından ötürü çatışmalara, duygusal destek eksikliğine ve yakınlık hissinin azalmasına ortam hazırlamaktadır (Krasnova vd., 2016; McDaniel ve Coyne, 2016). Bu durum ilişki doyumunu azaltmakta ve kıskançlık duygusunun yaşanmasına yol açmakta, çiftler arasında ortaya çıkan isteksizlikle beraber, ilişkideki doyumu azaltmaya ek olarak ilişkiyi negatif yönde etkilemektedir (Nazir ve Pişkin, 2016; Roberts ve David, 2016; Krasnova, Abramova, Notter ve Baumann, 2016).

İlişki doyumuna dair yapılan araştırma sonuçları; problemli ilişki içerisinde bulunan çiftlerin ilişkilerine pozitif yönde yol gösterebilir. Çünkü geçtiğimiz yıllarda ülkemizde romantik ilişkiler ve evliliklerde sorunların arttığı görülmektedir (Aslan vd., 2008; Erden ve Akdur, 2018; Başkaya ve Ünal, 2017). Avcı (2014), üniversite öğrencilerinin evlilik öncesi ilişkilerde yaşadıkları problemlerle ilgili 366 öğrenciyle yaptığı çalışmasında, öğrencilerin eğitim almak istedikleri konular arasında iletişim %38,51 en yüksek oranda yer almıştır.

Psikiyatri hemşiresinin sahip olduğu özellikler arasında topluma yardımcı olma, sorunların çözümünde gerekli yetkinliği ve beceriyi kullanabilme, aile danışmanlığı gibi rolleri barındırmaktadır (Yılmaz ve Özcan, 2016; Demir ve Kocaman Yıldırım, 2014; Saygın, Keser ve Barlas, 2011). Psikiyatri hemşirelerinin koruyucu ruh sağlığı sorumlulukları kapsamında; gençler arasında her geçen gün yaygınlığı artan sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm düzeylerinin belirlenmesi ve bunların öğrencilerin ilişki doyumlarını ne yönde etkilediğinin ortaya konulması ve bu konuda çözüm önerilerinin sunulmasının; öğrencilerin ruh sağlığının korunması ve oluşabilecek negatif etkilerinin önlenmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırma soruları şu şekildedir:

Üniversite Öğrencilerinin;

- Sosyotelizm davranışı ne düzeydedir?
- Sosyal medya bağımlılığı ne düzeydedir?
- İlişki doyumu düzeyi nedir?
- Sosyotelizm davranışı, ilişki doyumu ve sosyal medya bağımlılığı düzeyleri sosyodemografik özelliklere göre farklılaşmakta mıdır?
- Sosyotelizm davranışı, ilişki doyumu ve sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Bağımlılık Tanımı

Bağımlılık kavramsal olarak çok geniş tanımlamalara sahiptir. DSM-V tanı kitabında tekrarlanan alkol ve madde kullanımı olarak tanımlanmış olup, kullanılan maddeyi bırakmaya karşı gösterilen direnç olarak ifade edilmektedir. Genel anlamı ile bakıldığında bir nesneye duyulan aşırı istek olarak tanımlanabilir (Uzbay, 2009). Türk Dil Kurumu bağımlılığı "bir şeyin istemine ve gücüne bağlı olan, özerkliği olmayan" olarak tanımlanmaktadır (https://sozluk.gov.tr/). Demirci (2016) ise bireylerin yaşantısını bozan zihinsel, bedensel ve sosyal olan patolojik bozukluk olarak tanımlamaktadır.

Bağımlılık denince akla ilk gelen uyarıcı maddeyi alma dürtüsüne karşı koyamama olmasına rağmen; son zamanlarda bağımlılık sadece maddeye dayanmayan, davranışsal bağımlılıklar olarak adlandırılan yeni bir bağımlılık kategorisi de gündeme gelmiştir (Hollen, 2009). Literatürde de belirtildiği gibi madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılık olarak iki türlü bağımlılıktan bahsetmek mümkündür (Hollen, 2009; Odabaşı, 2016). Alkol, ilaç, tütün ve uyuşturucu madde bağımlılıkları (Kızıltoprak, 2018); kumar, internet, cinsel, yeme, dijital oyun, alışveriş gibi bağımlılıklar ise davranışsal bağımlılıklar olarak ele alınmaktadır (Bozkurt, Şahin ve Zoroğlu, 2016).

Yakın zamanda yapılan araştırmalarda alkol ve madde bağımlılığının belirtilerinin davranışsal bağımlılıklara paralel olduğu fark edilmiş olup, bu davranışların madde dışı veya "davranışsal" bağımlılıklar olarak nitelendirilmesi gerektiğini ortaya koymuştur (Nurmedov, 2016; Tutkun Ünal, 2015).

2.1.1. Davranışsal Bağımlılıklar:

Günümüzün ilerleyen teknolojisiyle telefon, internet, bilgisayar, oyun gibi davranışlardan uzak durmak neredeyse mümkün değildir. Özellikle 1990 ve 2000'li yıllarda giderek artan internet kullanımı davranışsal bağımlılıkların daha da belirgin bir hal almasına ve araştırmacılar tarafından ilgi odağı olmasına ortam hazırlamıştır (Meule, 2015). Davranışsal bağımlılığın bilim dünyasında hızlı bir ivme kazanması teknolojinin hızla yükselmesiyle yakından bağlantılıdır (Yanardağ, Bilge ve Yanardağ U., 2020). Henüz tam bir tanımlamaya sahip olmayan davranışsal bağımlılık DSM-

V'te "Madde ile İlişki Bozukluklar ve Bağımlılık Bozuklukları" ve "Maddeyle İlişkili Olmayan Bozukluklar" olarak iki başlık adı altında ele alınmıştır. DSM-V'de ele alınan bu iki başlık, alan yazı çalışmaları içerisinde; internette oyun oynama, sanal alışveriş, egzersiz ve internet bağımlılığı şeklindeki davranışsal bağımlılıklar şeklindeki alt başlıkları içermektedir.

Davranışsal bağımlılık, kişinin içinde bulunduğu durumda kendisine zarar veren önlenemeyen dürtü ve güdülerin tekrarlanmasıdır (Özkorumak ve Tiryaki, 2011). Tekrarlanan davranışsal bağımlılıkların bir davranış kalıbı mevcuttur. Tekrarlanan davranışsal kalıp yaşamın diğer alanlarını olumsuz etkilemeye başlar ve kişi bu duruma istese de karşı koyamaz (Grant vd., 2010). Ben-Yehuda ve arkadaşları (2016) davranışsal bağımlılığı fiziksel ya da duygusal rahatsızlıktan kaçma, zevk alma, davranışı kontrol edememe (güçsüzlük) ve bir davranışı-olayı yönetememe ile karakterize bir durum olarak tanımlamaktadır. Davranışsal bağımlılıklarda da "kişi belli bir davranışı yaparak rahatlama ve huzur hisseder. Davranışsal bağımlılıkta bireyin durdurmakta zorlandığı davranışlara odaklanmaktadır (Yanardağ, Bilge ve Yanardağ U., 2020).

Davranışsal bağımlılık, biyo-psiko-sosyal etkileri açısından belirli bir davranış modeliyle karakterize tıpkı diğer bağımlılıklarda olduğu gibi tekrarlanan bir bağımlılık çeşididir. Alan yazın çalışmalarına göre madde bağımlılığıyla örtüşen yanlarının olduğu ve psikolojik-fizyolojik-sosyal-finansal işlevselliği azalttığı bilinmektedir (Petry, 2016). Davranışsal bağımlılıklar arasında yer alan internet bağımlığı alışveriş, dizi, film, oyun, sosyal medya gibi farklı amaçları da barındırmaktadır (İnan Budak, Akarsu, Okan ve Adıgüzel, 2022). Davranışsal bağımlılık alt kategorisinde teknolojik bağımlılıklar adı altında, internet bağımlılığı yer almaktadır (Young, 1996). Sosyal medya kullanımının artmasıyla, internet bağımlılığın içerisinde bulunan sosyal medya bağımlılığı kavramı da ortaya çıkmıştır (Frangos, 2009).

2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal Medya Kavramı

İnternetin en popüler kullanım alanı olan sosyal medya, kullanıcılara çevrimiçi paylaşımlar yapıp kişinin aktif iletişim kurmasına olanak sağlayan bir platformdur (Kovan ve Ormancı, 2021). Herhangi bir kısıtlamanın olmadığı bu platformlarda kişilere bir nevi özgürlüğün tanındığı ortamdır (Dalkıran, 2016). İnternetin ayrılmaz

parçası olan sosyal medya, internet kullanım artışına paralellik göstermektedir (Hazar, 2011). Kısaca yeni medya olarak bilinen bu platform gelişen internet ve mobil teknolojisiyle kullanıcıların zaman ve mekândan bağımsız etkileşimde bulundukları sosyal-sanal bir ortamdır (Onarman ve Vardarlıer, 2021). Erbaşlar (2013) sosyal medyayı, kişisel ya da gruplar halinde etkileşim ve iletişim ortamı sağlayan dijital teknolojik medya ortamı şeklinde tanımlamaktadır. Bir başka deyişle sosyal medya, kişilerin yaşadığı duygularını, düşüncelerini, fikirlerini paylaşabildikleri bir ortamdır (Paul ve Dredze, 2011).

Alanyazında sosyal medya; sosyal ağ ortamında kendini tanıtma, ağ oluşturma ve yabancı insanlarla iletişime geçme (Bayer, Triệu ve Ellison 2020), kişisel bilgilerin olduğu sayfa, fotoğraf, video profili oluşturma ve yeni arkadaşlıklar edinme (Wang, Moon vd., 2010), oluşturulan profili paylaşma (Kim, Jeong ve Lee, 2010) ve paylaşılan gönderilerde oluşturdukları profillerle yorum yapma olanağı sağlayan (Aktaran Toprak, Yıldırım vd., 2009) çevrimiçi platformlar olarak tanımlanmaktadır.

Tüm dünyada hızla yayılan internet ve akıllı telefonlar beraberinde sosyal ağlarda geçirilen zamanlarda artışa sebep olmuştur. 2000'li yıllardan sonra art arda ortaya çıkan sosyal ağlar; Facebook (2004), Twitter (2006), WhatsApp (2009), Instagram (2012) ve TikTok (2016) sosyal medyada geçirilen sürede artışa neden olmuştur (Bilge, Baydili ve Göktaş, 2020). Her sene yayınlanan We Are Social (2022) raporuna göre 2021 yılından Temmuz 2022 yılına kadar geçen sürede sosyal medya kullanım sayısının ülkemizde %14,8 artarak 8,9 milyon kullanıcıya ulaşmış, kullanıcıların %57,8 erkek, %41,3'ünü de kadınlar oluşturmaktadır. Aynı raporda Türkiye'de sosyal medyayı tercih etme nedenleri arasında aile ve arkadaşlarla bağlantıda kalmak ilk sırada gelmektedir. Sosyal medya platformları tercih etme yüzdelerine göre; Whatsapp %93,2, Instagram %92,5, Facebook %78,1 ve Twitter %69,6 ilk dört sırada yer almaktadır. Belirlenen bu sıralamada en fazla kullanılan uygulama Whatsapp olarak yer alsa da kişilerin en favori uygulaması Instagram olarak belirlenmiştir (We Are Social, 2022).

Dawley (2019); Sosyal ağ siteleri (Facebook, Twitter, Myspace, WhatsApp), fotoğraf paylaşım platformları (Instagram, Flickr, Photobucket), video paylaşım ağı (Youtube), profesyonel iletişim ağı siteleri (Linkedln, Ning), bloglar (Blogger.com,

Wordpress) şeklinde sosyal medya platformlarını sınıflandırmıştır. Sosyal ağlar, kişilerin sosyal etkileşimini kolaylaştırmada, fikir paylaşılmasında, ilişkilerin sürdürülmesinin yanı sıra sosyal statü ve kimlik gelişimine de ortam sağlamaktadır (Kietzmann, Hermkens, McCarthy ve Silvestre, 2011; Sarı, 2022). Sürekli gelişen ve değişen bu platformlar birçok insan için vazgeçilmez bir hal almakta ve bağımlılığa neden olmaktadır (Çiftçi, 2018). DSM-V bağımlılık kategorisinde ruhsal bozukluk olarak yer almayan sosyal medya bağımlılığı konusunda aksini öne süren kanıtlar gün geçtikçe artmaktadır (Pantic, 2014).

Sosyal medya bağımlılığı, kişinin sosyal medyada çok fazla zaman geçirmesi, geçirilen zamanın artması ve sosyal medyanın kişinin yaşantısında aksaklıklara neden olması durumunda kullanılan bir kavramdır (Durar, 2018). Bir diğer tanımlamada sosyal medya bağımlılığı, geçirilen zamanın farkında olamama, günlük işlerini sekteye uğratma, aşırı kullanım ve çevreye iletişimleri aksatma olarak tanımlanmaktadır (Dilsiz, 2019). İliş (2018) sosyal medya bağımlılığını, sosyal medyayı kullanım sıklığın ve süresinin artması sonucu kişinin sosyal, bilişsel ve psikolojik bütünlüğünün bozulması olarak tanımlarken, Onar (2019) hayatın hemen hemen her alanına olumsuz etkileri olan bir psikolojik problem olarak tanımlamaktadır.

Hazar (2011) sosyal medya bağımlılığının oluşumundaki en büyük etkenin kişinin problemden kaçma eğiliminin olduğunu savunmaktadır. Bununla birlikte kişinin huzursuz hissettiği ortamı ortadan kaldıran platformlara veya araçlara daha fazla bağımlı olduğunu söylemektedir. Böylelikle sosyal medya alanları kişinin sığındığı bir liman olarak görünse de kullanım fazlalığı daha fazla sorunları da beraberinde getirmektedir. Sosyal medya bağımlılığının tolerans, duygu durum düzenleme, çatışma, çekilme belirtileri, belirginlik ve yineleme gibi altı bileşenle açıklanabileceği bildirilmiştir (Şentürk, 2017; Griffiths, 2000; Kuss vd., 2014):

- **Tolerans:** Kişinin olumsuz duygularını ortadan kaldırmak için yöneldiği sosyal medya araçlarından aldığı hazzın ve zamanın giderek artması durumudur.

- **Duygu Durum Düzenleme:** Kişilerin sosyal medya kullanımı sonucunda yaşadığı öznel deneyimlerdir. Bir baş etme stratejisi ve deneyimlerin farklı zamanlarda farklı duygular yaşaması durumudur.

· **Çatışma:** Kişinin sosyal medyada geçirdiği zamanın fazlalığından dolayı çevresi (iş, aile, akademi, romantik partneri) ve kendisiyle yaşadığı sorunlara işaret eder.

· **Çekilme Belirtileri:** Kişinin sosyal medyada paylaşım yapamadığı durumlarda ortaya çıkan olumsuz duyguların gösterilmesidir.

· **Belirginlik:** Kişinin duygu, düşünce ve davranışını kontrol edememesi durumudur. Yaşamının önemli bir parçası haline gelen bu aktivite kişinin sosyal medya platformlarından uzaklaşamaması ya da uzaklaştığı anlarda sürekli düşünmesi halidir.

· **Yineleme (Relaps):** Sosyal medya kullanımını büyük çabalarla önlemeye çalışmasına rağmen tekrardan başlaması durumudur.

Yapılan araştırmaların çoğunluğu, sosyal medyanın zaman zaman kontrolden çıktığı ve çoğunlukla kişinin yaşantısında olumsuzluklara yol açtığı varsayılmıştır. Kimi kişiler sosyal medya kullanımını sınırlamada başarılı olurken kimileri başarısızlıkla karşı karşıya kalmaktadır. Günlük yaşamı olumsuz etkilen bu başarısızlık, beraberinde günlük yaşam sıkıntılarına sebep olmaktadır (Bozkurt, Şahin, ve Zoroğlu 2016).

Young (1998), yapmış olduğu çalışmada internet/sosyal medya bağımlılığı tanı kriteri olarak sekiz madde sıralamış, bu maddelerden beş tanesini sağlıyor olmanın kişide internet/sosyal medya bağımlısı olduğunu gösterdiğini belirtmiştir. Bu maddeler:

1. Sosyal medyayı sürekli düşünmek ya da zihni meşgul etmesi
2. Sürekli artan sosyal medya kullanımı olması
3. Sosyal medyayı sürekli kontrol etmek veya kontrol etme güdüsünü durdurmada başarısızlıkların olması
4. Sosyal medya kullanımının olmadığı zamanlarda huzursuzluk, bunaltı ve kızgınlık hissedilmesi
5. Sosyal medyayı planlanılandan fazla kullanılması
6. Sosyal çevre (aile, ikili ilişki, arkadaş) ile sorunlar yaşama ve iş fırsatlarını değerlendirememesi
7. Sosyal medyada geçen süreyi gizleme ya da yalan söylemesi

8. Sosyal medyayı negatif düşüncelerden veya problemlerden kaçma olarak kullanması

Turel ve Serenko (2012), sosyal medya bağımlılığının oluşumunda bilişsel davranışçı, sosyal beceri ve sosyo-bilişsel modeller gibi farklı yaklaşımlarını olduğundan bahsetmişlerdir. Bilişsel davranışçı modelde, sosyal medya kullanıcıları tarafından zamanla geliştirilen olumsuz bilişler, sosyal geri çekilme ve düşük akran desteği gibi faktörlerle daha da güçlenen saplantılı kullanım kalıpları yarattığını savunmaktadır(Davis, 2001); öte yandan, sosyal beceri modeli kendini ifade etmekte zorlanan bireylerin sosyal medyada daha rahat iletişim kurma imkânı bulduğunu ve ödüllendirilen her paylaşımın pekiştireç görevi görmesi ve dolayısıyla bu davranışın artırmasına ve saplantılı kullanımına zemin hazırladığını belirtmektedir (Caplan, 2005). Son olarak sosyo-bilişsel model ise sosyal medya kullanımı ile beklenen sonuç arasındaki ilişkiye dikkat çekmekte, sosyal medya araçlarının yalnızlığın giderilmesi gibi beklentilerle kullanıldığını savunmaktadır. (LaRose vd., 2003).

Sosyal medyanın bağımlılığının etkilerine bakacak olursa, sosyal medyada kurulan iletişimin kişilerde kaygılara sebep olduğunu (Aktan, 2018), sosyal medya kullanımının artmasıyla yaşam doyumu ve mutluluğun azaldığını (Kıran, Küçükbostancı ve Emre, 2020), romantik ilişkilerin çevrim içi olma durumunu kontrol etmelerinden dolayı kıskançlık, anksiyete ve güvenin zedelenmesine neden olması (Farrugia, 2013) ve depresyonun oluşumuna ortam hazırlaması şeklinde sıralanabilir (Ögel, 2012).

2.2.1. Sosyal Medya ile İlgili Çalışmalar:

Sosyal medya bağımlılığını kavramsal ve kuramsal olarak ele alınmasıyla birlikte sosyal medya bağımlılığı ile ilgili çalışmalara da yer vermek konun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Baltacı (2019), üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, mutluluk ve yalnızlık düzeyleri ile sosyal medya bağımlılık düzeylerini incelediği 312 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasında; öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Öte yandan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgulara göre sosyal medya bağımlılığı

değişkeni, sosyal kaygı ve mutluluk değişkenleri tarafından anlamlı olarak yordanırken, yalnızlık değişkeni tarafından anlamlı olarak yordanmamıştır.

Dikmen (2021), pandemi döneminde üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri arasında ilişkiyi incelediği çalışmasında sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptanmıştır. Sosyal medya bağımlılığının artmasıyla depresyon düzeylerinin de arttığı gözlemlenmiştir. Çalışmanın bir diğer sonucu ise; sosyal medya bağımlılığının depresyonun meydana gelmesine sebepken bir sonuç da olabileceğidir. Turel ve Serenko (2012), çalışmalarında sosyal medya kullanımının bireyler üzerinde bazı olumlu etkilerinin olması ile birlikte negatif etkilerinden de bahsedilmiştir. Ayrıca bireyde kötü alışkanlıkların ve olumsuzlukların oluşmasında sosyal medyanın aşırı kullanımının da etkili olduğu gösterilmiştir.

Çiftçi (2018), sosyal medya bağımlılığının üniversite öğrencilerindeki düzeyleri belirmek amacıyla 114 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmasında, öğrencilerin interneti bilgi erişim ağı olarak kullandığını ve bunun için mobil telefonlarını kullandıklarını belirtmişlerdir. Araştırma sonucunda cinsiyete göre erkeklerin kadınlardan daha bağımlı ve kontrolü sağlamada çatışmalar yaşadığı saptanmıştır. Ayrıca, günlük 5 saatten fazla sosyal medya kullananların düşük benlik saygısı ve asosyal eğiliminde oldukları da tespit edilmiştir.

Mercan ve Uysal (2022), sosyal medya bağımlılığının kişilik özellikleri ve kişilerarası problem çözme tarzı ile ilişkisini incelemek amacıyla 244 öğrenciyle çalışmıştır. Çalışma sonucuna göre, sosyal medya bağımlılık puanı arttıkça, yumuşak başlılık, vicdanlılık ve gelişime açıklık gibi kişilik özelliği puanlarının arttığı belirtilmiş. Problemlere olumsuz yaklaşma, sorumluluk alma isteksizliği ve özgüven eksikliği puanları arttıkça, sosyal medya bağımlılık puanlarının da arttığı görülmüş.

Yousaf vd. (2021), sosyal medya bağımlılığının güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri arasında ki ilişkiyi incelemek amacıyla 350 genç yetişkinle bir araştırma yapmıştır. 19-27 yaşları arasındaki genç yetişkinlerle yapılan bu araştırma sonucunda; sosyal medya bağımlılığının güvensiz bağlanmayla olumlu, güvenli bağlanma stili ve benlik saygısıyla olumsuz yönde ilişkisi olduğu saptanmıştır. Benlik saygısının bağlanma stilleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında aracı rol oynadığı da

görülmüştür. 19-25 yaş aralığında toplam 219 üniversite öğrencisiyle yapılmış olan bir diğer çalışmada, sosyal medya bağımlılığının narsisizmle olumlu ilişkisi olduğu belirlenmiştir (Siah vd., 2021).

İlişkisel bir taramada, genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla toplam 531 kişiyle çalışılmıştır. Bu çalışmada kişilerin sosyo-demografik özellikleri ile sosyal medya kullanım süresinin değişkenlik gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmayı oluşturan 319'u kadın, 212'si erkek 531 katılımcının yaşam doyumu ve yalnızlık düzeyinin cinsiyetlere göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Erkeklerin kadınlara göre daha fazla sosyal medya bağımlılığı gösterdiği, kadınların da erkeklere göre yaşam doyumu ve yalnızlıklarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın sonucunda sosyal medya bağımlılığının artmasıyla yaşam doyumunun azaldığı ve yalnızlık düzeylerinin arttığı görülmüştür (Yukay-Yüksel vd., 2020).

Hızla yayılan internetle birlikte hayatımızda yer edinen sosyal medya kullanımının beraberinde bağımlılığını da getirdiği yapılan çalışmalarda görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığının birçok kavramla ilişkilendirildiği gözlenmiştir. Araştırmaların genellikle ikili ilişki, iletişim, duygu durum ve bağlanma stilleri üzerinde durulduğu fark edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığının oluşumunda zaman zaman psikolojik ihtiyaçların yattığı da görülmektedir. Çalışmaların genelinde sosyal medya bağımlılığı oluşumunu genç yetişkinlerde olduğu ve çoğunlukla ilişkilerde sorunlara sebep olabileceği görülmektedir.

2.3. Sosyotelizm:

Hızla ilerleyen teknoloji ile birlikte her an yanımızda olan akıllı telefonlar beraberinde birçok sorunu da getirmeye başlamıştır. Hayatımızın ayrılmaz parçası olan akıllı telefonlar kolay taşınabilirliği yanı sıra iletişim, mail, alışveriş, haber kaynağı gibi birçok imkânı da sağlamaktadır. Bu kolaylıklar kişilerde telefon bağımlılığı, oyun bağımlılığı, internet ve sosyal medya bağımlılığı gibi bağımlılıklara da sebep olmaktadır. Bu bağımlılıkların yanı sıra yeni bir kavram olan sosyotelizm (phubbing) de risk teşkil etmektedir (Topal vd., 2021).

Sosyotelizm kavramı ilk olarak 2013 yılında Macquarie Sözlüğünde phubbing olarak adlandırılmıştır. Phone (telefon) ve snubbing (yok saymak) kelimelerinin birleşiminden türemiştir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Bu iki kavramın birleşiminden de anlaşılacağı üzere sosyal ortamda telefonla meşgul olup etrafını yok sayma olarak adlandırabilir (Aykaç ve Yıldırım, 2021). Roberts ve David (2016), bu durumu bir iletişim bozukluğu, refahı olumsuz etkileyen ve ilişkilerde yıkıcı etkilere sebep olabilecek bir durum olarak görmektedir.

Sosyotelizm, kişinin yemek yerken, arkadaşlarıyla vakit geçirirken, toplantı vs. gibi sosyal ortamlarda odağını telefona vererek kendini ortamdan soyutlaması durumudur (Nazir ve Pişkin, 2016). Yam ve İlhan (2020), sosyotelizmi "sosyal ihmalkarlık" ya da "mobil körlük" kavramları olarak da farklı kaynaklarında kullanmışlardır. Bir diğer tanımlamada ise, kişinin iletişim halindeyken telefonuna gizlice bakması, iletişimi yarıda kesmesi, mesajlarına dönmesi ve gönderi paylaşımında bulunması halinde karşısındaki kişileri görmezden gelmesi olarak tanımlanmıştır (David ve Roberts, 2017).

Karadağ vd. (2016), sosyotelizmi kişinin iletişim halindeki kişi ya da kişilere karşı göstermiş olduğu saygısız tutum, umursamama veya sanal ortamı tercih etme gibi davranışların sergilendiği bir durum olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda sosyotelizm davranışı, ilişkisel uygunluk ihlalinin olduğu kaba bir davranış şeklinde de algılanmaktadır (Güler ve Sevinç, 2022). Akıllı telefonların yapısından dolayı sosyotelizm davranışı birçok bağımlılıkla (internet, telefon, sosyal medya, uygulama) da kesişmektedir. Fakat her sosyotelist davranışında bulunan kişilerin bağımlı olduğu düşünülmemelidir, kişi o an iletişimden kaçınmak için bu davranışı sergilemiş de olabilir (Karadağ vd., 2016).

Sosyotelizm, Sosyo (toplumsal bağlam) ve tel (telefonla ilgilenme) sosyal ortamda telefonla ilgilenme en geniş kavramdır (Ballı, 2020). Tüm bu tanımlamaları özetleyecek olursak, kişinin sosyal ortamda iletişimden kaçmak için ilgisini ve odağını telefona vermesi durumudur. Sosyotelizm davranışının oluşması için gerekli olan iki olgu vardır. Birincisi sosyal ortam, ikincisi sosyalleşilen ortamda en az bir kişinin odağını telefona yöneltip iletişimi sekteye uğratmasıdır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016, 2018; Aslan ve Küçükvardar, 2020; Karadağ vd., 2016). Çok yeni bir kavram olan sosyotelizm bazı araştırmacılar tarafından farklı adlandırılmaktadır.

Bunlar; “bebek kavram” (Tekkam vd., 2020), “sosyal ihmalkarlık” – “mobil körlük” (Yam ve İlhan, 2020), “paralel iletişim” (Kneidinger-Müller, 2017), “dijital akrasia” (Aagaard, 2019) ve “tele-hiçleme” (Güler ve Sevinç, 2022) şeklindedir.

Parmaksız (2018), çok boyutlu olan sosyotelizm kavramını aşağıdaki gibi şematize etmiştir.



Şekil 1. Sosyotelizmin Alt Boyutları

Teknoloji hızı ve güncellemeleriyle sürekli artan sosyotelizm davranışı, psikopatolojik ve sosyal etkileşim problemlerinin oluşumuna neden olabilmektedir

(Karadağ vd., 2016). Aynı zamanda insanları sanal bir realiteye götürerek kişilerin reel iletişim bağını zedeleyip, iletişim kalitesini de azaltmaktadır (Wang vd., 2017). Sonuç olarak bu davranış, kişilerin ilişki memnuniyetini(doyumunu), iletişimini ve kişisel huzur duygularını olumsuz etkilemektedir (Haigh, A. 2015; Roberts ve David, 2016). Öte yandan sosyotelizim davranışını açıklayan 4 kuramsal model karşımıza çıkmaktadır (Parmaksız, 2022). Bunlar:

1. **Sosyal Dışlanma Modeli:** Ait olma ve değerli hissetme gibi insani ihtiyaçlarımızın sosyal dışlanmayla zedelenmesi durumudur. Sosyotelizme maruz kalmak da kişiyi duygusal olarak olumsuz etkileyen ve dışlanmışlık hissini yaşatan bir durumdur (Vanden Abeele, 2020). Bu dışlanmışlık hissi ise kişideki benlik değerinin düşmesi, sosyal ortamdan kaçınma davranışı (Bagwell vd., 1998), stres oluşması (Molden vd., 2009) ve ruh sağlığının olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır (Blackhart vd., 2009).
2. **Beklenti İhlali Modeli:** Kişilerarası iletişimde, kişinin beklentilerini karşılamayıp beklenen davranıştan farklı davranarak beklenti ihlalinde bulunması durumudur (Burgoon ve Jones, 1976; Burgoon vd., 1995) Sosyotelizm açısından bakacak olursak, iletişim esnasında göz teması kurma, etkili dinleme ve geribildirim alma gibi iletişim beklentileri bulunmaktadır. Etkin iletişim yerine odağın telefona verilmesi kişide beklenti ihlaline ve olumsuz duygu oluşumuna sebep olabilmektedir (Parmaksız, 2022).
3. **Dikkat Çatışması Modeli:** Çevredeki unsurun kişinin odağı noktasına girmesi, kişinin dikkatini nerede toplayacağını bilememesi, odak toplamada zorluk yaşaması ve bilişsel çatıma yaşaması durumudur (Sanders vd., 1978; Baron, 1986). Sosyotelizm davranışında da sosyal ortamlarda odağını telefona yöneltmesi sonucu öz denetim yetersizliği ve bilişsel çatışma yaşamasına sebep olabilmektedir (Parmaksız, 2022).
4. **Nezaket Modeli:** Kişilerarası iyi iletişimin önemli normları olan etkin dinleme, göz teması kurma ve geri dönüt verme gibi kibarca tutumların sergilenmesi durumudur. Buna karşın, yüz yüze iletişimde nezaket teorisine ters düşen sosyotelizm davranışı insanlar tarafından saygı görmemeye ve kişinin görmezden gelinmesine neden olabilir (Miller-Ott ve Kelly, 2017; Parmaksız, 2022).

Parmaksız (2022)'ın ele aldığı kuramlarla birlikte sosyotelizm, yüz yüze iletişimde muhatabın görmezden gelinerek sosyal dışlanmaya maruz kalması, kişinin odağını dağıtacak nesneye yönelmesi, kişinin iletişim beklentisini zedelemesi ve nezaket normlarına ters düşen bir davranış olarak tanımlamak doğru olacaktır.

Yüz yüze iletişimde sürekli telefona bakarak iletişimi bozma ya da sürekli telefona bakma ihtiyacıyla telefon takıntısı şeklinde görülen iki olgu Karadağ vd. (2015) tarafından sosyotelizmin iki boyutu olarak açıklanmıştır. Genel olarak sosyotelizm bütün bireyleri sosyal ortamda telefonla görmezden gelmeyle ilişkilidir (Özdemir, 2022). Bu davranışı yapana sosyotelist (Karadağ vd., 2016), davranışa maruz kalan kişi ise sosyotelizme maruz kalan (Göksun, 2019) olarak tanımlanmaktadır.

Sosyotelist olma durumu; kişinin telefonsuz kalma korkusu (nomofobi), kişiler arası iletişimde telefondan dolayı çatışma, kişinin sosyal ortamdan izole etmek için kendini yalnızlaştırma ve problemin farkında olma durumu şeklinde dört alt boyutla açıklanmıştır. Sosyotelist, iletişim esnasında kaçırdığı fırsatların farkında olabilir veya izole olmak istediği için farkında olmayabilir. Bu durum kişinin sosyotelist davranışının farkındalığıyla ilgilidir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018; Ballı, 2020).

Sosyotelizme maruz kalmayı Göksün (2019), kişinin karşılıklı iletişimde karşı tarafın odağını telefona yöneltmesi, iletişimi sekteye uğratması ve kendisiyle ilginilmediğini fark etmesinden dolayı kendini kötü hissetmesi sosyotelizme maruz kalması şeklinde tanımlamıştır. Bu tanımlamaya ek olarak Chotpitayasunondh ve Douglas (2018), sosyotelizme maruz kalmayı üç alt boyutla ele almıştır. Bunlar:

1. **Algılanan Norm:** Sosyotelizme maruz kalan kişinin, sosyotelist davranışında bulunan kişinin sürekli telefonla ilgilenmesi, çevreye karşı ilgisini kaybetmesi, nomofobi davranışının farkında olması durumudur. Kısaca sosyotelizme maruz kişinin, sosyotelist bireyin gözlem ve düşüncelerini içermektedir.
2. **İhmal Edilme Hissi:** İletişim esnasında karşıdaki bireyin telefona yönelmesinden kaynaklanan ihmal edilmişlik hissiyle ilgilidir.
3. **Kişiler Arası Çatışma:** Sosyotelizme maruz kalan bireyin iletişim sorununu fark edip öfke duygularını hissedip, odağın kendinde olmasını dile getirerek ret

cevabını almasıyla ilgilidir. Sosyotelizme maruz kalan ve sosyotelist kişiler arasında gerçekleşen bir durumdur.

Sosyotelist ve sosyotelizme maruz kalan bireylere incelendiğinde sosyetelizmin kişilerarası iletişimi olumsuz etkilediği ve iletişim kuramadıkları için olumsuzluk yaşadıkları görülmektedir (Robert ve David, 2016). Bu olumsuz durum içinde bulunan bireyler bir süre sonra odaklarını telefona yönlendirip kendilerini sosyotelist durumunda bulabilirler. Yani kişi hem sosyotelist hem de sosyotelizme maruz kalan konumunda olabilir (Orhan Göksün, 2019; Aykaç ve Yıldırım, 2021).

Partner Sosyotelizmi: Roberts ve David (2016) partner sosyotelizmin partnerin kişiyle olan iletişiminde telefona ne düzeyde yöneldiği ve dikkatinin dağıldığıyla belirlenebileceğini söylemişlerdir. Partner sosyotelizmi evli, flört, nişanlılık, dönemlerinde çiftlerde görülmektedir. Partner sosyotelizminin, romantik ilişkinin gelişmesine bir engel oluşturduğu, ilişkiyi zayıflattığı görülmüştür (Krasnova vd. 2016). Partner sosyotelizminde kişi, sosyal ve duygusal olarak tatmin olamamadan kaynaklı bir boşluk hissi yaşar (Parmaksız, 2020) ve partnerler arasındaki ilişki doyumunu azaltarak ilişkiye zarar vermektedir (Nazir ve Pişkin, 2016; Roberts ve David, 2016).

Yönetici Sosyotelizmi: Yöneticinin çalışanıyla iletişim halindeyken ya da iş yerinde aynı ortamdayken yöneticinin telefona odaklanması ile çalışanda yöneticinin dikkatini dağıttığına yönelik oluşan düşünceye "yönetici sosyotelizmi" denilmektedir. Algılanan yönetici sosyotellizmi çalışanın patronuna daha az güven duymasıyla doğrudan ilişkili olduğu ve dolaylı olarak çalışanın zayıf iş doyumu ve performansıyla ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Roberts ve David, 2020). Aynı zamanda çalışanların, yöneticileri tarafından sosyotelizme maruz kaldığı durumda yöneticilerin çalışanlarının anlattıkları konularla ilgili odaklanma sorunu yaşadığı ve bu sebeple iletişim bağlarının düştüğü de gözlemlenmiştir (Özdemir ve Erdem, 2021). Yasin vd. (2020) yönetici sosyotelizminin, yönetici ve çalışan iletişiminin olumsuz algılanması ve daha az ilişki doyumuna sebep olabileceğini; bu durumun da kuruma zarar verebileceğini ifade etmiştir.

Ebeveyn Sosyotelizmi: Ebeveynlerin çocuklarının yanındayken telefonla ilgilenmesi ya da telefonla dikkatinin dağılması durumu olarak tanımlanmaktadır (Bai, Bai, Dan,

Lei ve Wang, 2020). Bu durum ebeveyn- çocuk iletişiminde ortaya çıkan bir durumdur ve bu davranış çocukların telefon bağımlılığının oluşmasında ciddi risk yaratmaktadır (Fu vd. 2020; Xie, Chen, Zhu ve He, 2019). Bai vd. (2020) ebeveyn sosyotelizmi ile çocukların ihtiyaçlarının ihmal edildiği, yeterli bakımı alınmadığı ve desteklenmediğini gözlemlemişlerdir. Bu durumun da çocukların ruhsal sağlığı üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceği üzerine durmuşlardır. Ayrıca yapılan bir diğer araştırmada, ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenlerde sorunlu benlik gelişimine, azalan yaşam doyumuna, bağlanma sorunlarına, ebeveynlerle ilişkide sosyal kopukluk yaşamasına, anksiyeteye ve duygusal bağların zayıflamasına ve sosyal içerikli problemlere neden olabileceğine dair kanıtlar sunmaktadır (Akbağ ve Sayıner 2021).

2.3.1. Sosyotelizm ile İlgili Çalışmalar:

Wang vd. (2020), ebeveyn sosyotelizmi ve ergenlerin depresyon belirtilerine dair çalışmasını Çin'deki yedi ortaokulda 2407 öğrenciyle yapmıştır. Ebeveyn sosyotelizminin, benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve depresif semptomlarla ilişkisinin incelendiği bu çalışmada yüksek düzeyde ebeveyn sosyotelizmi olan ergenlerin, depresif belirtilere sahip olma ihtimalinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Daha yüksek düzeyde ebeveyn sosyotelizmi yaşayan ergenlerin düşük benlik saygısı olduğu, yüksek benlik saygısı olan ergenlere göre de depresyona girme olasılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yani ebeveyn sosyotelizmine maruz kalan ergenlerin düşük benlik saygısı ve sosyal destek algısındaki düşüklüğün yüksek depresyon eğilimine yol açabileceği gözlemlenmiştir. Toplam 1019 ergen ile yapılan bir araştırma sonucunda kadınların erkeklere göre daha fazla sosyotelist davranışında bulunduğu saptanmıştır (Aydoğdu ve Yaşar, 2022).

Amerika'da Amazonlar üzerinde yapılan bir araştırmada, Patron sosyotelizmi ile yönetici güveni, iş tatmini ve performans arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Çalışmanın sonucunda patron sostotelizmi sonucu çalışanların, patrona olan güveninin azaldığı, çalışan iş tatmininin ve performansının düştüğü kısacası patron sosyotelizmi, çalışanın patrona olan güvenini zedeleyerek çalışma bağlılığında azalmaya neden olmaktadır (Roberts ve David, 2020).

Aljasir (2022)'in evli çiftler arasında phubbing ve ilişki doyumuna ilişkin evli ve 18 yaş ve üstü 741 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada; cep telefonu, internet, sosyal medya, oyun ve sosyal medyanın problemli kullanımının phubbing üzerinde

olumlu bir etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmanın en ilginç sonucu, phubbing davranışına paralel olarak eşlerinin ilişki doyumunun arttığını göstermiştir. Bu çalışmanın aksine Roberts ve David (2016), partner sosyotelizm davranışının dikkatin dağılmasından kaynaklı çatışmalara ve bir dizi olumsuzlukların (kıskançlık, değersiz hissetme, iletişimde kopukluk vs.) ilişki doyumunun azalmasına neden olduğunu vurgulamaktadır.

Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı olan sosyotelizm davranışını sergileyen genç yetişkinlerin sosyotelizm bağımlılık nedenlerini ve yaşamlarını incelmek için yapılan nitel bir araştırmada, akıllı telefonların iletişimi olumsuz etkilediği gözlenmiştir. Sosyotelist bireylerin göz teması kurmada zorluklar yaşadığı ve anlatılanları eksik anladıkları tespit edilmiştir. Ayrıca sosyotelizmin birçok sanal bağımlılıktan daha tehlikeli, sinsi olduğu düşünülmektedir (Karadağ vd., 2016).

Sosyotelizm ile ilgili çalışmalar, birçok değişkenle sosyotelizmin giderek yaygınlaştığı ve iletişimi olumsuz etkilediği görülmektedir. Bu çalışmalarla birlikte sosyotelizmin kişinin psikososyal yönden, işlevsellik bakımından, benlik algısına, aile içi süreçlerde bozulmalara, ilişki uyumu ve doyumlarının azaldığı çalışmalarda görülmektedir. Zaman zaman sosyotelizmin ilişkiler üzerinde doyumu arttığı görülürken, bunun aksini gösteren çalışmaların da bulunması, konunun daha fazla çalışmalarla desteklenmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Wang vd., 2020; Aydoğdu ve Yaşar, 2022; Parmaksız 2021; Aljasir, 2022; Karadağ vd., 2016).

2.4. İlişki Doyumu:

Sosyal varlık olan insanların ilk bağlanma stili anne-babayla başlayıp gelişen ve değişen zamanla arkadaşlıklar ve ilişkilerle devam etmektedir. Bu bağlar kişilerin ilişki süreçlerinde önemli etkilere sahiptir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Yakınlık ihtiyacı ve kişilik gelişiminin gerçekleşmesine hizmet eden ilişki bağları; eş seçimi, duygusal ihtiyaçların karşılanması ve ilişki doyumunu etkilemektedir (Soner, 2020).

İlişki doyumu, kişinin bulunduğu ilişki içerisindeki mutluluk, uyum, memnuniyet ve keyif alma duygularının subjektif değerlendirilmesidir (Hawkings, 1968). Lin ve Rusbult (1995) ise ilişki doyumunun kalite ve uyum kavramlarıyla ele alınması gerektiğine ve kişilerin kurulan ilişkiden aldıkları keyif, ilişkiye dair hissedilen olumlu duygularının varlığıyla ilişkili olduğunu söylemektedir.

Bir diğer tanımlamaya baktığımızda ilişki doyumu, ilişki içerisinde partnerlerin olumlu duyguları, haz duyguları ve yaşadıkları ilişkinin çekiciliğidir (Rusbult ve Buunk, 1993). Buna ek olarak Hendrick, kişilerin içinde bulunduğu ilişkiye yönelik duygu, düşünce ve davranışları, ilişkiye olan bağlılıkları ve kendilerini ifade etme biçimini "ilişki doyumu" olarak adlandırmaktadır. Aynı zamanda Hendrick, ilişki doyumu olan partnerlerin bildirimlerinde olumlu sonuçlar dile getirilirken, doyumu olmayan ya da az ilişki doyumu olan partnerlerin olumsuz sonuç bildirme eğiliminde olduğunu da eklemiştir (Hendrick, 1988).

İlişki doyumunun kuramsal temeli "Etkileşim Teorisi" ile açıklanabileceği söylenmiştir. Etkileşim Teorisi; kişinin ilişkiden aldığı doyumun öznel ölçütlerle değerlendirilmesi, ilişkinin başlayıp sonlanmasına kadar geçen süreye ilişkin açıklamaları ortaya koymakta ve bu durumu da "karşılaştırma düzeyi" ve "seçenekler arası karşılaştırma düzeyi" olarak ele almaktadır. Bireyin ilişkilerine yönelik karşılaştırma düzeyi; yüksek doyum ve doyumsuzluk boyutlarının arasındaki orta noktayı ifade etmektedir. Orta nokta üzeri ilişki doyumunun yüksek, altında olması ilişki doyumunun düşük olduğunu söylemektedir. Bu sonuçlar ışığında kişinin ilişkiyi sürdürüp sürdüremeyeceğine verdiği karar da seçenekler arası ilişkiyi göstermektedir (Thibaut ve Kelley 1959).

İlişki doyumunun en önemli yanı ise ilişkinin sürdürülebilmesi için gerekli olan unsurlarla belirleniyor olmasıdır. İlişki doyumu; affetme, stresle baş etme, depresyon, bağlanma, cinsellik gibi faktörlerin ele alınmasıyla nitelendirilen bir unsurdur (Arroyo ve Harwood, 2010; Kurt, 2019; Gürcan, 2015).

Yalçın ve Ersever (2015), ilişki doyumunun öznel etmenlere bağlı olarak değişim gösterdiğini ve gençlerin ilişki rolünde belirleyici faktörde olduğu, ilişki doyumunun desteklenmelerinin faydalı olabileceğini belirtmektedir. Portekiz'de yapılan bir araştırmada öznel iyi oluş, mutluluk ve yaşam doyumunun, ilişki doyumunun önemli yordayıcıları olduğu görülmüştür. Aynı zamanda romantik ilişki doyumunun yüksek olduğu durumlarda, duyusal iyi oluş seviyelerinin de yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte doyumun yüksek olduğu durumlarda yaşama karşı bakış açısının da olumlu olduğu belirtilmiştir (Neto ve Pinto, 2015).

Christensen ve Shenk (1991), ilişki doyumunda iletişimin önemine vurgu yapmıştır. İletişim becerilerinin yüksek olduğu ilişkilere sahip kişilerin, karşılaştıkları sorunu çözme stratejilerinde daha iyi olduklarını ve ilişkiyi sürdürmede daha başarılı olduklarını ifade etmektedirler. Etkisiz çözüm stratejilerinin olması durumunda, ilişki niteliğine zarar vermesinden dolayı ilişki doyumunun da azalmasına neden olmaktadır (Christensen ve Shenk, 1991).

2.4.1. Romantik İlişki Doyumu:

İnsanlar çevresiyle etkileşiminden kaynaklı sosyal varlıklardır. Aile ile başlayan bu etkileşim, kişinin gelişim ve değişimiyle yerini romantik bağlara dönüştürmektedir. Romantik ilişkiler, bireylerin kuracağı yakın ilişkiler içinde yer alması nedeniyle önem taşımaktadır (Bülbül, 2022). Fletcher ve Simpson (2000) romantik ilişki doyumu, bireyin partnerinin duygu, düşünce ve davranışlarını kendi kriterlerine uygun bulması olarak tanımlamıştır.

Romantik ilişkiler; flört, nişanlılık, evlilik ve uzun süreli ilişkiler şeklinde geniş yapıya sahip bir kavramdır (Hendrick, 2006). Sternberg'e (1997) göre, romantik ilişkiler yakınlık, tutku (haz) ve bağlılık olarak üç kavramdan meydana gelen bir ilişki türüdür. Romantik ilişkideki partnerlerin duyduğu yakınlık hissi, bağları ve bağlılık duygularına sahip olmaları "yakınlık" olarak, fiziksel çekicilik, haz ve cinsel dürtülere sahip olmaları "tutku", bireyin uzun süre ilişkiyi devam ettirmedeki kararlılık durumu da "bağlılık" olarak nitelendirilmektedir.

Romantik ilişkiler; ilişkideki kişinin bu ilişkiyi istemesi ve bu ilişkiye gönül bağıyla bağlı olma durumu şeklinde tanımlanmaktadır (Collins, 2003). Bu tanımlamayla birlikte Collins (2003), romantik ilişkilerin diğer ilişkilerden ayrılan beş önemli noktaya değinmiştir. Bunlar;

- **Katılım:** Bireyin ilişkisindeki var olma biçimi, ilişkiye başlama yaşı, ilişki süresi ve tutarlılık durumu
- **Eş Seçimi:** Romantik ilişkide partner seçim durumu
- **İlişki İçeriği:** Romantik ilişki sürecinde yaşanılan etkinlik, paylaşım durumu
- **İlişki Kalitesi:** İlişkideki olumlu tecrübelerin durumu
- **Bilişsel ve Duyusal Süreç:** Bireyin eşine ve ilişkisine yapmış olduğu atıf ve romantik ilişkinin diğer kişilerarası ilişkilerine göre farklı olan algılarıdır.

Sağlıklı romantik ilişkilerin temelini oluşturan ilişki doyumu oldukça önem arz etmektedir. Aynı zamanda partnerin ilişkiyi devam ettirme isteği, bireylerin ilişki doyumu ve öznel değerlendirilmeleriyle de bağlantılıdır. Bir diğer önemli etken ise kişinin ilişkide kendini güvende hissetmesi ve mutlu olmasıdır (Tunç, 2015). Rusbult vd. (1998), ilişkide negatife karşı hissedilen pozitif duyguların varlığının doyumun belirtisi olduğuna ve bu duyguların partnerin ihtiyaçlarını karşılama düzeylerinin de ilişki doyumunu etkilediğini belirtmedirler. İlişki doyumu olan partnerlerin, ilişkisi olmayanlara göre iyi oluş halleri ve yaşamsal süreçlerinin güçlü olduğu bilinmektedir. (Satıcı ve Deniz, 2018).

Romantik ilişkilerin etkilerinin yapılmış olduğu bir araştırmada; Myers ve Diener (1995), bireylerin mutluluğunu etkileyen faktörlerini incelemiştir. Çalışmanın sonucunda bireylerin cinsiyetlerinin, yaşlarının, ırklarının ve bulundukları ortamın kalitesinin mutluluğu açıklamada yeterli olmadığını görmüşlerdir. İlişkideki mutluluğun en belirleyici faktörünün ilişkide partnerlerinin destekleyici ilişkiler olduğunu ortaya koymuşlardır. Kısacası bireylerin romantik ilişki doyumu ve desteklerini bilmek mutluluk hakkında daha çok bilgiyi bizlere vermektedir. Bireyin doyum alacağı ilişkiyi yaşaması psikolojik iyi oluşla da etkilidir. Bundan dolayı gençlerin ilerleyen yıllarda kuracakları sağlıklı ilişkilerin temeli olması ve ergenlik dönemindeki gençlerin de sağlıklı kimlik gelişimi romantik ilişki doyumunda önem arz etmektedir (Atak ve Çok, 2010; Terzi ve Özbay, 2016).

Romantik ilişki doyumu, kişinin ilişki yaşadığı partneriyle deneyimlenen memnuniyeti, mutluluğu ve tatminlik duygularının öznel değerlendirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Hawkins, 1968). Kişinin ilişkiye dair beklentileri öznel bir değerlendirmenin parçası olmasından dolayı ilişkiye dair beklentilerin ve doyumun ele alınması önemli bir role sahiptir. Zaman zaman ilişkiler dışarıdan bakıldığında sağlıklı ilişki profili çizmelerine rağmen, ilişkilerinde doyum sağlanılmadığı; bununla birlikte zayıf ilişki olarak görülen ilişkilerin doyumunun yüksek olduğu da partnerler tarafından ifade edilmektedir (Sabatelli, 1988). Romantik ilişkilere dair oluşan bu farklılıklar aslında kişilerin ilişkiye dair beklentilerinden kaynaklı olduğu, ilişki çeşitliliğinin olması ve ilişki doyumunun sağlanmasının genel geçer cevaplar barındırmamasıdır (Karataş, 2019). Romantik ilişki doyumu, partnerin ilişkideki tutum

ve davranışlarıyla, ilişkiye dair beklentilerin etkileşimi sonucu meydana gelmektedir (Sabatelli, 1988).

Romantik ilişkilerin doyumunu etkileyen en önemli faktörlerden bir diğeri iletişimdir. İlişki doyumu, etkili iletişim ve problem çözme becerileri arasında güçlü ilişkiler bulunmaktadır (Satıcı, 2018). Romantik ilişkisi olan çiftlerin boş zamanlarında, sohbet ve yemek zamanları gibi ortak etkileşimlerini sekteye uğratan davranışlar ilişki doyumunu azaltmaktadır. Partnerlerin iletişimden kaçma eylemlerinin gösterdiği davranışlar ilişkide çatışmaların olmasına, düşük ilişki doyumuna, depresif belirtilere ve düşük yaşam doyumuna neden olmaktadır (Parmaksız, 2022).

Romantik ilişkiler, sosyal çevre desteğiyle de doyuma ulaşan bir kavramdır. Partnerlerin ilişki doyumunda birbirlerine karşı olumlu tutumlarına katkı sağladığını öne süren araştırmada sosyal çevre desteği dört kavramla ele alınmıştır.

1. Kişilerin stresli ve gergin zamanlarında izole olup kendini geri çekmesini önlemede,
2. Depresyonu önlemede,
3. İlişki içerisindeki sürtüşmeleri engellemede,
4. İlişkinin duygusal bağını-yakınlığını önlemede, sosyal çevre desteği belirleyici bir önlem almaktadır.

Romantik ilişkilerin doyumunu olumsuz etkileyenlerden etkenlerden bir diğeri "irrasyonel (akılcı olmayan) düşüncelerdir. Akılcı olmayan düşünce; istek içeren, kişinin kendine ve çevresine zarar veren, "-meli, -malı" zorunlulukları içeren bireyin yaşam amacına ulaşımını engelleyen düşüncelerdir (Keser, 2017). Sarı ve Owen (2016), yaptığı bilimsel araştırmada kişilerin irrasyonel inançları ve ilişki doyumlarını ele almıştır. Bu araştırmanın sonucunda kişilerde ne kadar fazla irrasyonel inanç var ise ilişki doyumunun da o denli düşük olacağını belirtmişlerdir.

Romantik ilişki doyumunu inceleyen bazı çalışmaların "doyumsuzluk" kavramına değinildiği de görülmektedir. Romantik ilişkilerde iletişimin verimsiz olması ya da olmaması, çatışmaların görülmesi, problem çözmede yetersizliğin varlığı, partnerlerin birbirlerine karşı beklentilerini karşılayamaması doyumsuzluk belirtileridir. Bu doyumsuzluk evlilik, birliktelik, flört gibi birlikteliklerde bireylerin psikolojik iyi

oluşlarını etkilemektedir (Bülbül, 2022). Doğası gereği insanlar ilişkilerinde sorun ve problemlerden uzak değildir. Romantik ilişkilerle birlikte diğer ilişkilerin her biçiminde kaçınılmaz olan çatışma ve ilişki doyumsuzlukları ortaya çıkmaktadır (Çırakoğlu ve Tezer, 2010).

Rusbult (1980), tarafından geliştirilen investment (yatırım) model ile bireyin bir romantik ilişkiyi neden sürdürdüğüyle ilgili süreçlere değinmiştir. Rusbult ve Zembrodt (1983), bireylerin romantik ilişkilerde doyumsuzlukların olduğu zamanlarda verdikleri tepkileri temel kategoriler ile betimlemiştir. Bunlar;

- **Terk Etme:** Zarar verici davranış (evi terk etme, arkadaş olarak kalmak isteme) veya ilişkiyi tamamen bitirme.
- **Dile Getirme:** Sorunu çözmek için yapıcı şekilde davranma (sorunlar üzerine konuşmak, ilişki uzmanıyla görüşmek, sosyal çevreden destek almak).
- **Sadakat:** Pasif fakat durumun düzelmesi için partnerini desteklemesi veya dua etmesi
- **İhmal Tepkileri:** sadakat durumunun aksine pasiflik haliyle durumun kötüleşmesine neden olmak (partneri kışkırtmak, mobbing, sorunları tartışmayı reddetmek).

Romantik ilişkideki partnerlerin duygu, düşünce ve davranışları ilişki doyumunun en belirleyici unsurudur (Demir, 2008). İlişki doyumu yüksek olan bireylerin yüksek özgüven ve benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür (Yavuz, 2018). Temel olarak romantik ilişki doyumu; kişilerin mutluluğu (Hawkins, 1968); etkili iletişimi, problem çözme yeteneği (Satıcı, 2018); sosyal çevre desteği (Cutrona, 1996); partnerlerinin desteği (Terzi ve Özbay, 2016); karşılıklı hissedilen bağlılık paylaşımı (Demir, 2008) ve psikolojik iyi oluşunun (Atak ve Çok, 2010) varlığı romantik ilişki doyumunu sürdürmede önemli etkenlerdir. Bu ilişki doyumu kriterleri aksine katı, değişime dirençli (Cramer, 2004), akılcı olmayan inançların (Keser, 2017) olduğu ilişkilerde doyumun az olduğu ve kişilerde depresyon haline ortam hazırladığı da belirtilmiştir.

2.4.2. İlişki Doyumu ile İlgili Çalışmalar:

İlişki doyumu kavramı literatürde pek çok kaynakta yer edinmiştir. Romantik ilişki içerisinde olan ve bununla birlikte evli olan bireylerle ilişki doyumu kavramı ele

alınmıştır. Aynı zamanda heteroseksüel ve eşcinsel çiftlerle de ilişki doyumunun incelendiği çalışmalar da yapılmıştır (Altınok, 2014).

Curun (2001), yapmış olduğu tez çalışmasında, cinsiyetçilik ve cinsiyet rolü yönelimi ile bireylerin ilişki doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, cinsiyet ve ilişki doyumu arasında ilişki olduğu fakat cinsiyet rol yönelimi ile ilişki doyumu arasında ilişki olmadığı belirtilmiştir. Bu tez çalışmasında aynı zamanda ilişki doyumu ölçeğini geliştirmiştir. Bu çalışma ülkemizde ilişki doyumu başlığı ile yapılmış ilk çalışmalardan biridir.

Mund ve Jhonson (2021), yalnızlık ve ilişki doyumuyla ilgili yaptığı araştırmayı Alman Aile Panelinden alınan 2337 istikrarlı çiftten oluşan ve en az 8 yıllık bir evlilik süresini barındıran kişilerle çalışmıştır. Bu çalışmanın sonucunda ilişki doyumunun cinsiyet ve yalnızlık faktörlerine göre değişkenlik gösterdiği gözlemlenmiştir. Her iki cinsiyette yalnızlık puanı düşük olduğunda kadınların ilişki doyumlarının yüksek olduklarını, erkeklerin ise kendi yalnızlıkları düşük olduğunda mutlu oldukları gözlemlenmiştir. Ayrıca kadınlar ve erkeklerin yalnızlık düzeylerinin azalmasının ilişki doyumundaki artışlarla bağlantılı olduğu da görülmüştür.

Romantik ilişki doyumu, bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzlarının değerlendirildiği bir çalışma, 16-67 yaş aralığında toplamda 250 romantik ilişki içerisinde bulunan kişilerin katkısıyla yapılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, cinsiyetler arasında ilişki doyumu, benlik saygısı ve kişiler arası ilişkilerde farklılık bulunmazken, erkeklerin daha kaygılı bağlandıkları görülmüştür. Erişkin bireylerin ilişki doyumu arttıkça benlik saygılarının arttığı, kaçınmacı bağlanma stillerinin de azaldığı belirlenmiştir. Bireylerin ilişki türlerine göre flört durumunda ilişki doyumunun daha az olduğu, evli bireylerin diğer ilişki türlerine göre daha az ketleyici ilişki tarzına sahip oldukları görülmüştür (Kırıt Gülaydın ve Semerci, 2018).

Aksoy (2021), üniversite öğrencilerinde narsistik kişilik ve ilişki doyumu üzerine yapmış olduğu bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin narsistik kişilik ile ilişki doyumu değişkenlerini araştırmıştır. Bu araştırmanın sonucunda cinsiyet farklılıklarına göre ilişki doyumu, narsisim (üstünlük, teşhircilik), otorite, hak iddia etme faktörlerinin farklılık gösterdiği gözlemlenmiştir. Bu durumun oluşmasındaki en önemli faktörünün ebeveyn tutumlarının oluşturduğu ifade edilmiştir. Bununla birlikte

de ilişki doyumu ve narsistik kişilik özellikleri arasında negatif yönde korelasyon tespit edilmiştir.

Bouffard, Giglio ve Zheng (2022), sosyal medya kullanımı ve ilişki doyumuyla ilgili çalışmayı 285 üniversite öğrenci yaptığı çalışmasında; artan Instagram kullanımının ilişki doyumunu azalttığını ve bu durumun çatışmalara, olumsuz sonuçların meydana gelmesine sebep olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda azalan ilişki doyumu ve artan olumsuz sonuçlarında sosyal medya kullanım bağımlılığına sebep olduğu da bulunmuştur. Partnerlerin birlikte geçirdikleri zamanlarda, aşırı sosyal medya kullanımının hem ilişkiyi hem de kişisel refahı olumsuz yönde etkileyebileceği belirlenmiş ve zararlı etkileri hafifletmek için olası bir psikolojik faktör olarak fedakarlığın bu durumu azalttığı da belirlenmiştir.

Begüm (2018), 421 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasında üniversite öğrencilerinde mükemmelliyetçilik ve duygusal zekâ ilişkisini değerlendirmiştir. Çalışmanın sonucunda, mükemmeliyetçiliğin düşmesi ile bilinçli farkındalık ve duygusal zekanın artırabileceği görülmüştür. Bilinçli farkındalık ve duygusal zekanın artmasının ilişki doyumunu da güçlendirebileceği belirlenmiştir. Bununla paralel olarak mükemmeliyetçiliğin düşmesinin doğrudan romantik ilişki doyumunu güçlendirebileceği de ortaya çıkmıştır (Begüm, 2018).

İlişki doyumu araştırmalarda ele alınan bir diğer değişken ise irrasyonel (gerçekçi olmayan) düşüncelerdir. Sarı ve Owen (2016), romantik ilişki içerisinde bulunan toplam 141 öğrenciyle gerçekleştirdiği çalışmasında; kişide akılcı olmayan düşüncelerin artmasının, bağlanma boyutlarına göre de kaygı ve kaçınmanın ilişki ilişki doyumunu düşürdüğü, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre ilişki doyum puanlarının yüksek olduğu saptanmıştır.

Göktaş, Şendoğan ve Gen (2022)'in romantik ilişkisi bulunan toplam 309 kişi ile yaptığı çalışmasında partnerlerin ilişki doyumunun artmasıyla partnerlerin birlikte vakit geçirme sürelerinin arttığı görülmüştür. Ayrıca ilişki doyumunun azaldığı durumlarda partnerlerde yalnızlık duygularının oluştuğu da sonuçlar arasındadır.

Barnes vd. (2007), farkındalık (mindfulness), stres ve ilişki doyumu düzeylerini incelemek adına 57 çift ile 3 yıllık bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışmanın sonucunda, farkındalık düzeylerinin fazla olduğu çiftlerde ilişki

doyumunun yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda farkındalığın yüksek olduğu çiftler arasında öfke, kaygı ve düşmanlık düzeylerinin düşük olduğu da görülmüştür. Bir diğer önemli sonuç ise bilinçli farkındalığı yüksek olan çiftlerin stresle baş etme yöntemlerinde başarılı oldukları da görülmüştür.

İlişki doyumunu azaltan en önemli faktörlerden bir diğeri ise aşırı sosyal medya (Facebook) kullanımıdır. Yapılan bir araştırmada, işlevselliği bozacak düzeyde kullanılan sosyal medya kullanıcıların, romantik partnerlerin kıskançlık düzeylerinin ve kontrolcü davranışlarının arttığı görülmüştür. Bununla birlikte partnerler arası ilişkilerin doyumunun da azaldığı gözlemlenmiştir (Elphinston ve Noller, 2011).

İlişki doyumuyla ilgili çalışmaları incelediğimiz zaman ilişki doyumunu etkileyen faktörler arasında; mutluluk, farkındalık, sosyal ilgi, duygusal zekâ, problem çözme stilleri, iletişim, sosyal medya kullanımı gibi kavramların olduğu görülmektedir. Literatürde üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ile ilişki doyumu düzeyleri gibi kavramlarla çok az çalışma olduğu görülmekte olup, bu çalışmada bu üç kavramı ele almanın literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

2.5. İlişki Doyumu ve Sosyotelizm:

Çağımızın önemli parçası haline gelen telefonlar, karşımıza kaçınılmaz olan sosyotelizm kavramını çıkarmaktadır. Sosyotelizm, kişinin sosyal ortamda ilgi ve odağını telefona yöneltip yanındakileri görmezden gelme davranışı olarak tanımlanmaktadır (Karadağ vd., 2015;2016). Bu sosyotelist davranışı özellikle bireyin sosyal gelişim ve etkileşim alanını olumsuz etkilemektedir (Yılmaz vd., 2015). Aynı zamanda kişilerin iletişim ve sosyal etkileşim bağlarını da koparmaktadır (Krasonova vd., 2016; Luk vd., 2018). Sosyotelizmin kişiler üzerindeki olumsuz etkisinin vurgusunu Nazir ve Pişkin (2016), "Dünyayı birbirine bağlayan fakat insan bağlarını koparan teknoloji" adıyla ele aldığı başlıkla dikkatleri sosyotelizm ve iletişime çekmiştir.

Parmaksız (2020), ilişki doyumunun önemli faktörlerinden birinin de kurulan iletişim olduğunu belirtmektedir. Partnerler bir arada iken birinin dikkatini telefona yöneltmesi ilişkilerde yıkıcı etkilere sebep olmaktadır (Parmaksız, 2020). Abeele, Antheunis ve Schouten (2016), yapmış oldukları deneysel çalışmada, sosyotelizmin

ilişkiyi olumsuz etkilediklerini göstermişlerdir. Roberts ve David (2016), sosyotelizm ve ilişki doyumu arasındaki bağlantısında cep telefonunun ilişki doyumuna potansiyel aracı olduğuna değinmiştir. Yani ilişki doyumunu etkileyen şeyin teknolojilerle harcanan zaman değil, teknoloji kullanımının yarattığı çatışma olduğunu öne sürmüştür.

İlişkilerde yıkıcı etkilere sahip olan sosyotelizm nedeniyle istenilen ilginin kişinin kendi üzerinde değil de teknolojik aletler üzerinde görülmesi kıskançlık duygularının hissedilmesine, depresif belirtilerin ortaya çıkmasına ve ilişki doyumunun düşmesine neden olmaktadır (Parmaksız, 2021). Wang vd. (2017), romantik ilişkilerde görülen sosyotelist davranışın üzerinde istatiksel olarak anlamlı negatif etkiye sahip olduğu ve ilişkiden alınan doyumun depresyon üzerine dolaylı etkiye neden olduğu sonucuna varmıştır. Bununla birlikte de ilişki doyumu sosyotelizm arasında, ilişki uzunluğu aracı role sahip olduğu da araştırmanın sonuçları arasındadır. İlişki uzunluğu faktörüne bakıldığı zaman evli olan partnerlerin, evli olmayanlara göre daha fazla sosyotelizme maruz kaldığı (X. Wang vd., 2019), en az yedi yıl süren evliliklerde görülen sosyotelizmin ilişki doyumunun azalmasına ve depresyonun da artışına neden olduğu görülmektedir (X. Wang vd., 2017).

Sosyotelizm ve ilişki doyumu arasında genel anlamda negatif yönlü bir ilişki olsa da bunun aksini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Sosyotelizm ve ilişki doyumu arasındaki ilişki karmaşık yapıda görülmektedir. Wang vd. (2021), kişilerin partnerleriyle birliktelik süreçlerinde eşleriyle vakit geçirmek yerine sosyotelist davranışında bulunması dolaylı yönden ilişki doyumunu etkilediği, doğrudan etkilemediği söylenmektedir. Partnerlerin yüksek benlik düzeyleri, özgüvenleri, ilişkinin gücü sosyotelist davranışı ilişki doyumuyla olumsuz ilişkilendirilmiştir. Fakat düşük benlik saygısına sahip bireyler sosyotelizm davranışının etkilerini ciddi sorun olarak görülmemektedir. Wang vd. (2021) yapmış olduğu araştırmanın bir diğer sonucu ise yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin sosyotelizm davranışını daha fazla hissettiklerini ve doyumunu da olumsuz etkiledikleri gösteriliyor. Yapılan literatür taramalarının sonucunda, ilişki doyumu ve sosyotelizm arasında doğrudan bir ilişki olmadığı farklı değişkenlerin aracı rolü etkisinden dolayı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Karmaşık yapıya sahip olan ilişki doyumu ve sosyotelizm davranışı ortak bir kanıya varılmadığı görülmektedir.

2.6. İlişki Doyumu ve Sosyal Medya Bağımlılığı:

İnsanların yakınlık ve uzaklık kavramını ortadan kaldıran sosyal medya günümüzde popülerliğini gün geçtikçe arttırmaktadır. Her yaş grubuna hitap eden ve kolay ulaşılabilirliği sayesinde, iletişim ve ilişki kurmaktan kaçınan kişiler için uygun bir ortam da sağlamaktadır (Düvenci, 2012). Normal süreden fazla kullanılması, kullanılmadığı zamanlarda huzursuzluk hissine dönüşmesi ve gün içeresindeki online olma süresindeki artış sosyal medya bağımlılığı olarak adlandırılmaktadır (Kaya, 2022).

İlişki doyumunu etkileyen faktörler arasında bulunan adanmışlık, yakınlık hissi, güven, aşk gibi unsurlar ilişki doyumunu doğrudan etkileyen faktörler arasındadır (Göktaş vd., 2022). İlişki doyumunu dolaylı olarak etkileyen faktörler arasında; psikolojik yönden ihtiyaçların karşılanması, sevgi bağları, isteklerin karşılanması karşılıklı etkileşimde ortaya koyulan unsurlar için önemlidir (Sarı ve Korkut Owen, 2016). Fakat sosyal medya bağımlılığı görülen kişilerde bu unsurlar olumsuz etkilere sebep olmaktadır. Yapılan bir araştırmada, sosyal medya kullanıcılarının sanal ortamda zaman geçirme istekleri ile yakınlarıyla zaman geçirme alışkanlıkları arasında negatif yönde etkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda kullanıcıların çevresiyle olan ilişkilerinin zayıflaması ve zarar görmesine rağmen sosyal medya ortamından kopamaması da çalışmanın sonuçları arasındadır (Akçay, 2011).

Pew (2019), romantik ilişki ve teknolojik çağ araştırmasında, çalışmaya katılan ilişkisi olan on kişiden dördünün sosyal medya uygulamaları üzerinde geçirilen sürenin fazlalığından rahatsız olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bu araştırmada cinsiyet faktörlerinin oranlarına bakıldığında kadınların erkeklere oranla partnerlerin sosyal medyada geçirilen sürenin fazlalığından olumsuz etkilendiklerini belirtmişlerdir. Bu araştırmanın sonucunda, sosyal medya kullanımı ve ilişki doyumu arasında pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Kurt (2019), ise sosyal medyada geçirilen sürenin fazlalığının ilişkilerini olumsuz yönde etkilediklerini de belirtmişlerdir.

Amerika'da 233 kişi ile yürütülen bir çalışma sonucunda sosyal ağ kullanımıyla bireylerin ilişki doyumu arasında ilişki saptanmamıştır. Kişiler romantik partnerlerinin sosyal medya kullanımını kendi kullanımlarına göre daha olumsuz algılamaktadırlar. Bununla birlikte yakınlık, online sosyal ağ kullanımı ile genel ilişki

doyumu arasında aracı bir değişkendir ve ilişkilerdeki yakınlık derecesi ilişki doyumunun yüksek olmasında tampon görevi görmektedir (Hand vd., 2013).

2.7. Sosyotelizm ve Sosyal Medya Bağımlılığı:

Sosyal medya bağımlılığı, kişilerin internet bağımlılığı kapsamı adı altında ele alınan ve sosyal medya sitelerinin aşırı kullanımı sonucu meydana gelen bir bağımlılık türüdür (Yam ve İlham, 2020). Van den Eijnden vd. (2016) sosyal medyanın aşırı kullanımı, durdurulamaması, sosyal medyayı kullanmadığı durumlarda huzursuz hissedilmesi ve günlük aktivitelerin aksatılması durumunu sosyal medya bağımlılığı olarak tanımlamışlardır. Sosyal medya bağımlılık hızını arttıran faktörlerin fazlalığı (teşvik edici, pekiştirici olması, motivasyon sağlaması, eğlendirmesi vs.) bağımlılık hızını arttırmaktadır (Balcı ve Ayhan 2007, Küçükkurt vd., 2009). Bu bağımlılık türünün bir diğer hızla yayılma sebebi arasında akıllı telefonlar gelmektedir. Telefonlarla her an birlikte olunması sosyal medya hesaplarını takip etmede fırsatlar da sunmaktadır. Diğer bir ifadeyle, sosyal medya uygulamalarını kullanmak için öncesinde bilgisayar ve internete ihtiyaç duyulurken, günümüzde akıllı telefonlar sayesinde tek bir cihazla erişim kolaylığına sahip olunmaktadır (Yam ve İlham, 2020).

Kişilerin akıllı telefonlar ile yaptıkları sosyal medyaya olan kolay erişim kendi yaşantıları ve başkalarının yaşantılarını kıyaslamasına neden olmakta ve kendi yaşantılarından daha az memnun olma durumuna neden olmakta aynı zamanda sosyal medya kullanımının da sosyotelizme yol açabileceği de öne sürülmektedir (Abel vd., 2016; Uğur ve Koç, 2015). Sosyotelizm; kişinin odağını beraber olduğu kişiye yöneltmesi yerine bu kişiyi görmezden gelerek dikkatini telefonuna vermesidir (Cambridge Dictionary, 2023). Sosyotelizm davranışı sergileyen bireylerde sosyal medyadaki kişisel profillerinde bulunan yorumları okuma ve yanıt verme, haberleri okuma, güncel olayları takip etme ve günlük yaşantıyla ilgili deneyimlerini paylaşma gibi içerik akışı oluşturmaktadır. Bununla beraber Karadağ vd. (2016), bu durumu akıllı telefonu kullanma sıklığını ve bakma yoğunluğunu arttırıcı bir faktör olarak görmektedir.

Karadağ vd., (2015) çalışmasında, sosyotelizmde SMS, akıllı telefon, sosyal medya, internet, oyun bağımlılığı gibi bağımlılık türlerinin cinsiyet ile ilişkisi olduğunu savunmaktadır. Cinsiyete dayalı sosyotelist analiz sonucuna baktığımızda,

kadınların akıllı telefon, sms ve sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi olduğu görülürken; erkek sosyotelistlerin internet ve oyun bağımlılığıyla ilişkisi bulunmuştur. Üniversite öğrencileriyle ilgili yapılan çalışmada, akıllı telefon kullanım yoğunluğunun, telefon uygulama kullanım sıklığı ve sosyal medya kullanımıyla sosyotelist davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Gömleksiz ve Fidan, 2017).

2.8. Sosyotelizm, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Romantik İlişki Doyumu ve Psikiyatri Hemşireliği

Hemşireliğin uzmanlık alanından olan psikiyatri hemşirelerinin günümüzde olduğu gibi gelecekte de koruyucu önleyici sorumlulukları vardır (Yılmaz ve Özcan, 2016). 2011 yılında Resmî gazetede yayınlanan yönetmelikte ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği kapsamında alkol ve madde bağımlılığı hemşiresine birçok görev yetki ve sorumluluklar yüklenmiştir. Bunlardan birisi bağımlılık hemşireleri, hemşirelik tanılarına ilişkin hasta/ailesine yönelik bakım girişimlerini planlar, uygular (bağımlılığı açıklama, inkâr üzerinde çalışma, etkin baş etme stratejilerini geliştirme, anksiyete yönetimi, destek sistemlerini harekete geçirme, duyguların ifade edilmesini kolaylaştırma, danışmanlık ve eğitim, rol modeli olma, psikoterapi, eğitim ve araştırma) ve bakımın etkinliğini değerlendirir. Bağımlılıklarla mücadele ile ilgili psikiyatri hemşiresinin sorumluluğu ilk olarak, önleme yani kişinin bağımlılıkla ilgili hiçbir risk durumuna maruz kalmamasını sağlamak, ikinci olarak bağımlılık durumu içerisindeki bireyleri bağımlılıktan kurtarmaya yönelik tedavi programlarını oluşturmak ve katılımlarını sağlamak üçüncü olarak ise bağımlı kişilerin çevreye ve kendisine zarar verme riskini azaltmayı amaçlamaktır (Koçak vd., 2015; RG,2011-27910).

Davranışsal bağımlılıklar, belirli bir davranışın sürekli olarak tekrarlanıp kişinin biyolojik, psikolojik ve sosyal yaşantısını sekteye uğratarak çevreden kopup düzeninin bozulması durumudur. Bu davranışsal bağımlılıklar kişinin çevresiyle olan iletişimini zedeleyerek sorunlar yaşamasına neden olmaktadır (Büyükaslan ve Kınık 2015). Davranışsal bağımlılık adı altında ele alınan sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm kişinin sosyal medyada çok fazla zaman geçirmesi, geçirilen zamanın artması ve sosyal medyanın kişinin yaşantısında aksaklıklara neden olması durumuna yol açmaktadır (Durar, 2018).

Vanden Abeele ve Nilsenova (2018)'nın yaş ortalaması 24 olan 125 genç ile yaptığı çalışma sonucunda katılımcıların arkadaş veya aile ortamında iletişim sırasında telefon ile ilgilenmelerinin kurulu ilişkilerde yıkıcı etkisinin olduğu ve telefonla ilgilenmenin iletişimi olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Parmaksız (2020)'ın belirttiği gibi, ilişkilerden alınan doyumun en önemli bileşenlerinden biri iletişimdir. Partnerlerin bir arada iken kişinin dikkatini telefona yöneltmesi ilişkilerde yıkıcı etkilere sebep olmaktadır (Parmaksız, 2020). Sosyotelizm, algılanan iletişim kalitesini önemli düzeyde ve negatif yönde etkilemektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Tüm bu nedenlerle hasta/bireylerin bireysel gelişimini ve sosyalizasyonunu sağlayacak, kişisel benlik saygılarını, girişimciliğini arttıracak terapötik çalışmaları yapacak olan psikiyatri hemşiresine önemli roller düşmektedir.

Sosyal medya ve internetin iletişimi sağlaması açısından olumlu yönleri de vardır (Tonkuş vd., 2022). Günümüzde en çok tercih edilmesi nedenlerinden biri de budur. İnternetin aşırı kullanımı kişilerin hareketsiz bir yaşama girmesi (sedanter), bağımlılık ve psikolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır (Büyükgebiz vd., 2019). Bozkurt vd. (2016), yapmış olduğu çalışmada; internet bağımlılığının OKB, depresyon, bipolar ve anksiyete bozukluğu, dikkat eksikliği gibi ruhsal sorunlara neden olduğunu bildirmiştir. Bir başka çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasında anlamlı bir ilişki olduğu, en fazla ilişkinin de paranoid düşünce, fobik anksiyete ve düşmanlık duygularından kaynaklandığı belirtilmiştir (Bilgin, 2018).

DSM-5'te ele alınan davranışsal bağımlılık türü kumar ve oyun oynama bozukluğudur. Fakat teknoloji, yeme, alışveriş ve ilişki bağımlılıklarının da bulunduğu bilinmektedir (Zubaroğlu vd., 2020; Sanal Özcan vd., 2020). Psikolojik sağlığı koruma ve gelişimi konusunda danışmanlık yapan psikiyatri hemşirelerinin en önemli sorumluluklarından biri; hastanın bağımlılıkla yüzleşip inkâr mekanizmasını kullanmamasını sağlamaktır (Tonkuş vd., 2022). Diğer tüm bağımlılıklarda olduğu gibi davranışsal bağımlılıklarda da inkâr savunma mekanizması en çok karşılaşılan tutumdur. Psikiyatri hemşiresinin en temel yaklaşımı; bağımlılık kavramını açıklayarak bağımlılığın olası etki ve sonuçlarını kişi ile paylaşımıdır (Vardar, 2012).

Teknoloji, ilişki ve internet bağımlılığı adı altında toplanan davranışsal bağımlılıklara psikiyatri hemşireleri, kişilerdeki olumsuz düşünceler üzerinde kontrol

sağlamak, motivasyonun devamlılığını sağlamak, başarıdan alınacak haz duygusunu elde etmek için kişiyi destekleyerek güçlenmesini sağlamaktır (Zubaroğlu vd., 2020). Aynı zamanda psikiyatri hemşireleri, en büyük sorun olan baş etme mekanizmalarını güçlendirmek için kişilerle plan yapmaya teşvik etmelidir. Bu destekler sağlanırken kişiye yönelik tutum ve davranışların da farkında olmalıdır (Dağlı ve Yüyen, 2023).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Türü:

Araştırma; üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ile ilişki doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak tasarlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman:

Araştırma, 20 Eylül 2022-20 Mart 2023 tarihleri arasında Batman Üniversitesinde yapılmıştır. Batman Üniversitesi 17 Mayıs 2007 yılında kurulmuştur. Hızla büyüyen ve gelişen Batman Üniversitesi 1 Enstitü, 10 Fakülte, 1 Yüksekokul, 7 Meslek Yüksekokulu ve 17 Araştırma ve Uygulama Merkezinden oluşmaktadır. Batman Üniversitesinde öğrenim gören toplam 11.441 öğrenci bulunmaktadır. (https://batman.edu.tr/).

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi:

Araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılı güz döneminde Batman Üniversitesinde eğitimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. YÖK Atlas 2022 yılı verilerine göre üniversitede öğrenim gören ön lisans ve lisans öğrencilerinin sayısı 11.441'dir. Araştırmanın örnekleminin belirlenmesinde evreni bilinen örneklem hesaplaması kullanılarak %95 güven düzeyi ve %5 güven aralığı ile örneklem sayısı 372 kişi olarak hesaplanmıştır. Veri kaybı olma ihtimaline karşı toplam 380 öğrenci ile çalışma tamamlanmıştır.

Araştırmaya dahil olma kriterleri, 2022-2023 eğitim öğretim yılı güz döneminde Batman Üniversitesine devam etmek, 18 yaşından büyük olmak, romantik ilişkisi olmak, akıllı telefon kullanmak, sosyal medya uygulamasına sahip olmak ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmak olarak belirlenmiştir.

3.4. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri:

Üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu ölçek puanı araştırmanın bağımlı değişkenleridir. Bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve sosyal medya kullanımı ile ilgili değişkenlerin tümü bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır.

3.5. Veri Toplama Araçları:

Araştırma verileri, öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini belirlemeye yönelik Kişisel Bilgi Formu (Ek-1), Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (Ek-2), Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (Ek-3) ve İlişki Doyumu Ölçeği (Ek-4) kullanılarak toplanmıştır.

3.5.1. Kişisel Bilgi Formu:

Araştırmanın yapıldığı üniversite öğrencilerin yaş, cinsiyet, okuduğu bölüm, ekonomik durum gibi demografik özellikleri, kullanılan sosyal medya uygulamalarının hangileri olduğu, sosyal medya kullanım alışkanlıkları sıklıkları ve ilişki durumları (ne kadar süredir, ilişki düzeyi) hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından literatürden (Dinçsoy, 2021; Parmaksız, 2020) yararlanılarak geliştirilmiş olup 16 sorudan oluşmaktadır.

3.5.2. Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ):

GSOÖ, Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) tarafından bireylerin sosyotelist davranışlarını tespit etmek üzere geliştirilmiş, Türkçe'ye 2019 yılında Orhan Göksun tarafından uyarlanmıştır. GSOÖ, 7'li Likert tipinde (1- Asla, 2- Nadiren, 3- Ara sıra, 4- Bazen, 5- Sık sık, 6- Genellikle, 7- Daima) olup, toplamda 15 maddeden oluşmaktadır. GSO toplam puan üzerinden değerlendirilen bir ölçektir. Bu ölçekte en düşük puan 15 ve en yüksek puan 105'tir. GSOÖ toplam puanın yükselmesi bireyde sosyotelizm davranışının arttığını göstermektedir.

Genel Sosyotelist Olma Ölçeği dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutları "nomofobi", "kişilerarası çatışma", "kendini yalnızlaştırma" ve "problem farkındalığı oluşturmaktadır. GSOÖ için güvenilirlik toplam iç analizi Cronbach Alpha α=.89 bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutunun Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarında nomofobi alt boyutu için .74; kişilerarası çatışma alt boyutu için .83; kendini yalnızlaştırma alt boyutu için .90; problem farkındalığı alt boyutu için .70 ve ölçek toplam puan için .91 olarak hesaplanmış. Bu çalışmada GSOÖ Cronbach's Alfa katsayısının 0,927 olduğu tespit edilmiştir.

3.5.3. Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ):

SMBÖ, Tutgun-Ünal ve Deniz (2015) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerini

ölçebilmek amacıyla toplam 41 maddeden ve 5'li Likert ölçeği şeklinde geliştirilmiş. Ölçek "Her zaman", "Sık sık", "Bazen", "Nadiren" ve "Hiçbir zaman" ifadeleriyle değerlendirilmektedir. Sosyal medya bağımlılık ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 205, en düşük puan ise 41'dir.

Ölçekten alınan toplam puanın artması bağımlılığın arttığını göstermektedir. Bu araştırma ölçeğine göre de SMBÖ' de elde edilen verilerin yorumlanması için puan aralıkları verilmiştir. Buna göre, ölçeğin geneli için belirlenen aralıklar "41-73 arası: bağımlılık yok", "74-106 arası: az bağımlı", "107-139 arası: orta bağımlı", "140-172 arası: yüksek bağımlı" ve "173-205 arası: çok yüksek bağımlı" olarak sıralanmaktadır.

Sosyal medya bağımlılığı ölçeği dört alt boyuttan oluşmaktadır. 41 soruluk SMB ölçeğinde; 1-12 numaralı sorular arası "meşguliyet" alt boyutuyla ilgili olup, sosyal medyanın kişideki meşguliyet durumunu ölçmeyi sağlamaktadır. 13-17 numaralı sorular arası "duygu durum düzenleme" alt boyutu, sosyal medyanın kişiler üzerindeki duygularına olan etkisini ölçmektedir. 18-22 numaralı sorular arası "tekrarlama" alt boyutuyla ilgili olup, kişilerin sosyal medyayı kullanımını kontrol altına alamaması, aynı ölçüde kullanımının tekrarlanmasını ölçmektedir. 23-41 numaralı sorular arası "çatışma" alt boyutuyla ilgili olup, sosyal medyanın kişilerin hayatında olumsuz sonuçlara yol açabilecek durumların etkisini ölçmektedir.

Sosyal medya bağımlılık iç ölçek toplam tutarlılığı,93'tür. Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği toplam iç tutarlılık Cronbach's α=.96'dir. Ölçeğin meşguliyet alt boyutu .91, duygu durum alt boyutu .88, tekrarlama alt boyutu .88 ve çatışma alt boyutu ise .95 oranlarına sahiptir. Bu çalışmada SMB ölçeği Cronbach's Alfa katsayısının ,972 olduğu tespit edilmiştir

3.5.4. İlişki Doyum Ölçeği (İDÖ):

İDÖ, Hendrick (1988) tarafından geliştirilen İlişki Doyumu Ölçeği, çalışmanın yapılacağı katılımcıların ilişki doyumlarını ölçmek amacıyla kullanılmıştır. Türkçe'ye Curun (2001) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek 7 maddeden ve 7'li Likert tipinden oluşmaktadır. İlişki doyumu ölçeğinde elde edilen puanların yüksekliği doyumun yüksekliğini, düşüklüğü de ilişki doyumunun düşüklüğünü göstermektedir.

Ölçekte bulunan 4. ve 7. maddeler ters puanlanan maddelerdir. Ölçek maddelerinin puan aralığı 1- Hiç karşılamıyorken, 7- Çok iyi karşılıyor olarak

puanlandırılmıştır. Uyarlanan ölçeğin iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan en düşük puan 7 en yüksek puan 49'dur ve yüksek puanlar yüksek ilişki doyumuna işaret etmektedir. Bu çalışmada İDÖ Cronbach's Alfa katsayısının 0,713 olduğu tespit edilmiştir

3.6. Araştırmanın Uygulanması:

Veriler, etik kurul onayı ve gerekli kurum izinleri alındıktan sonra öğrencilerle görüşülerek araştırmanın amacı, yöntemi ve uygulanacak bilgi formu ve ölçeklerle ilgili açıklama yapıldıktan sonra öğrencilerin bireysel onamları alınarak toplanmıştır. Veri toplama formları Google forma aktarılmış ve bir bağlantı linki oluşturulmuştur. Bağlantı linki araştırmacı tarafından öğrencilerle ders aralarında ve kampüs içinde paylaşılmış ve öğrencilerden anketi doldurmaları istenmiştir.

Veri toplama araçlarının uygulanması yaklaşık 20-25 dakika sürmüş, bu süre içerisinde öğrencilerin olası sorularının cevaplanabilmesi için araştırmacı, öğrencilerin yakınında hazır bulunmuştur.

3.7. Verilerin Değerlendirilmesi:

Araştırmada kullanılan veriler SPSS 22 programıyla analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak sayı, frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla korelasyonel analizleri yapılmıştır. İki bağımsız değişken arasındaki farkın analizi için t-testi ve çoklu grup arasındaki farkın analizi için ANOVA analizi uygulanmıştır. İki veya daha fazla değişken arasındaki ilişki için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

3.8. Araştırmanın Etik Boyutu:

Bu yüksek lisans tez çalışması; Lokman Hekim Üniversitesi, Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 21.09.2022 tarihli 2022/13 sayılı yazısı ile yazılı izin alınmıştır (EK-5). Verilerin toplanması için Batman Üniversitesi Rektörlüğü'nden kurum izni alınmıştır (Ek-6). Çalışmada kullanılan ölçeklerin izinleri alınmış (Ek-9), katılımcılar için çalışmaya gönüllü olduklarına dair Araştırma Amaçlı Çalışma için Aydınlatılmış Onam Formu (Ek-8) ve anket araştırmaları için Aydınlatılmış Onam Formu (Ek-7) ile onam alınmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ile ilişki doyumu düzeyleri ve aralarındaki ilişkiye ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4. 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n=380)

Özellikler	Sayı	Yüzde
Yaş		
18-21	130	35
22-25	123	32
26-29	42	11
30 ve üzeri	85	22
Ort.	380	25,33
Cinsiyet		
Kadın	186	48,9
Erkek	194	51,1
Sınıf		
1	149	39,2
2	119	31,9
3	53	13,8
4	59	15,1
Medeni durum		
Evli	89	23,4
Bekar	291	76,6
Eğitim durumu		
Lisans	262	68,9
Ön Lisans	118	31,1
Kiminle yaşadığı		
Ailemle evde	259	68,2
Yurtta	83	21,8
Yalnız evde	23	6,1
Arkadaşlarla evde	15	3,9

Tablo 4. 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n=380) (Devamı)

Özellikler	Sayı	Yüzde
Gelir durumu		
Gelir giderden az	197	51,8
Gelir gidere eşit	118	31,1
Gelir giderden fazla	65	17,1
Partner ile Birlikte Yaşama Durumu		
Yaşayan	102	26,8
Yaşamayan	278	73,2
Partnerle Birliktelik Süresi		
1-12 ay	199	52,4
13-48 ay	94	24,7
49-72 ay	28	7,4
73-108 ay	9	2,4
109-üzeri	50	13,2
Ort.±SD	380	51 ay ± 4,37

Tablo 4.1'de çalışmaya katılan öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımları özetlenmiştir. Öğrencilerin %34,2'si 18-21 yaş aralığında olup yaş ortalamaları 25,33'tür. Öğrencilerin %48,9'u kadın, %51,1'i erkek, %39,2'si 1. sınıf ve %76,6'sı bekardır. Öğrencilerin %68,9'u lisans, %31,1 ön lisans öğrencisidir. Ayrıca %68,2'si ailesiyle evde yaşamakta ve %51,8'inin geliri giderden az olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin %26,8'i partneriyle birlikte yaşamaktadır. Öğrencilerin %52,4'ünün 1-12 ay aralığında aynı partnerle ilişki-birliktelik içerisinde olduğu saptanmış olup, öğrencilerin partnerle birlikte olma sürelerinin ortalaması 51 ay ±4,37'dir.

Tablo 4.2. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı (n:380)

Özellikler	Sayı	Yüzde
Sosyal Medyaya Erişim Aracı		
Sadece Masaüstü Bilgisayar	6	1,6
Sadece Mobil Cihazlar	305	80,3
Masaüstü ve Mobil Cihazlar	69	18,2
Sosyal Medya Kullanım Süresi (Yılı)		
1-3 yıl	77	20,3
4-6 yıl	108	28,4
7-9 yıl	62	16,3
10-12 yıl	80	21,1
13 yıl ve üzeri	53	13,9
Ort.±SD	380	8 yıl 4 ay ± 5,07
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı		
Her Gün	323	85,0
Haftada Birkaç Kez	48	12,6
Ayda Birkaç Kez	9	2,4
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre		
0-1 Saat	75	19,7
2-3 Saat	137	36,1
4-5 Saat	104	27,4
6 Saat ve Fazla	64	16,8
Ort.±SD	380	4 saat 15 dk± 2,71

Tablo 4.2'de öğrencilerin sosyal medya kullanım özellikleri yer almaktadır. Öğrencilerin sosyal medyaya erişim aracı olarak %80,3'ünün sadece mobil cihazları tercih ettiği, öğrencilerin sosyal medya kullanım süresinin ortalama 8 yıl 4 ay± 5,07 olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin %85'i sosyal medyayı her gün kullandıklarını ve %36,1'inin günlük olarak 2-3 saatini sosyal medyada geçirdiği belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların günlük olarak sosyal medya da geçirdiği sürenin ortalama 4 saat 14 dk ± 2,71 olduğu saptanmıştır.

Tablo 4. 3. Öğrencilerin SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamaları (n=380)

Ölçek		$\bar{X}$ ± SS	Min-Max
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	Meşguliyet	30,91 ±10,35	12-60
	Duygu Durum Düzenleme	12,31±5,03	5-25
	Tekrarlama	10,78±4,6	5-25
	Çatışma	36,92±15,91	19-95
	SMBÖ Toplam	90,93±31,96	41-205
Genel Sosyotelist Olma Ölçeği	Nomofobi	16,48±6,46	4-28
	Kişilerarası Çatışma	9,20±5,59	4-28
	Kendini Yalnızlaştırma	9,97±6,19	4-28
	Problem Farkındalığı	8,26±4,38	3-21
	GSOÖ Toplam	43,91±22,62	15-105
İlişki Doyum Ölçeği		30,03±9,18	12-49

Tablo 4.3'de öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ), Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ) ve İlişki Doyum Ölçeği (İDÖ) puan ortalamalarının dağılımı görülmektedir. Öğrencilerin SMBÖ toplam puan ortalaması 90,93±31,96, GSOÖ 43,91±22,62, toplam puan ortalaması İDÖ 30,03±9,18, ise olarak belirlenmiştir.

Sosyal medya bağımlılığı ortalama puanları incelendiğinde, sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden elde edilen toplam puan 90,93±31,96'dür. SMBÖ alt ölçeklerden alınan puanlar değerlendirildiğinde; meşguliyet 30,91 ±10,35, duygu durum düzenleme 12,31±5,03, tekrarlama 10,78±4,6, çatışma 36,92±15,91 olarak saptanmıştır.

Genel sosyotelist olma puanları incelendiğinde, genel sosyotelist olma ölçeğinden elde edilen toplam puan 43,91±22,62'dir. Ayrıca genel sosyotelist olma

ölçeğinin alt boyutlarının ortalamaları; nomofobi 16,48±6,46, kişilerarası çatışma 9,20±5,59, kendini yalnızlaştırma 9,97±6,19 ve problem farkındalığı 8,26±4,38 olduğu da saptanmıştır.

İlişki doyumu ölçeği puan ortalamasından elde edilen toplam puan ortalaması ise 30,03±9,18'tür.

Tablo 4.3.1. SMBÖ Puan Aralığı, Yüzde ve Bağımlılık Seviyesi

Ölçekten alınan verilerin artması bağımlılığın arttığını göstermektedir. Bu araştırma ölçeğine göre de SMBÖ' de elde edilen verilerin yorumlanması için veri aralıkları verilmiştir.

Ölçek	Bağımlılık Düzeyleri	n	%	Puan Aralığı
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (n=380)	**Bağımlılık Yok**	128	33,7	41-73
	Az Bağımlı	137	36,1	74-106
	Orta Bağımlı	88	23,2	107-139
	Yüksek Bağımlı	25	6,6	140-172
	Çok Yüksek Bağımlı	2	,5	173-205

Tablo 4.3.1'de SMBÖ puan aralığı ve bağımlılık düzeylerinden elde edilen veriler, 128 (%33,7) kişinin bağımlılık yok, 137 (%36,1) kişinin az bağımlı, orta bağımlı 88 (%23,2), yüksek bağımlı 25 (%6,6) ve çok yüksek bağımlı 2 (%,5) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.4. SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ için Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları

Ölçekler	Cronbach's Alfa
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	,972
Genel Sosyotelist Olma Ölçeği	,927
İlişki Doyumu Ölçeği	,713

Tablo 4.4'te için SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ için Cronbach's Alfa güvenirlik analizi sonuçları verilmiştir. Ölçeklerin Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla SMBÖ ,972 GSOÖ ,927 ve İDÖ ,713 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4.5. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Tekrarlama Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam $\bar{X} \pm SS$
Yaş						
18-21	130	31,24±10,5	12,86±5,05	10,81±4,53	92,08±31,36	90,17±30,63
22-25	123	32,02±10,8	12,65±5,22	11,48±5,06	96,46±33,90	94,26±33,00
26-29	42	33,07±8,43	13,21±4,25	12,21±4,86	98,83±31,22	96,80±30,40
30 ve üzeri	85	27,71±9,5*	10,54±4,76*	9,00±3,77*	77,28±26,21*	75,74±25,67*
P **		**P=0,009**	**P=0,003**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**
Cinsiyet						
Kadın	186	32,00±10,5	12,86±5,21	10,95±4,90	36,67±5,61	90,54±31,05
Erkek	194	29,86±10,1	11,78±4,82	10,61±4,50	37,17±16,23	87,52±31,29
P***		**P=0,044**	**P=0,037**	P=0,478	P=0,758	P=0,346
Sınıf						
1	149	29,02±9,8*	11,65±5,10*	9,55±4,47*	83,24±30,45*	81,52±29,76*
2	119	32,18±10,7	12,78±5,01	11,67±4,62	97,42±33,35	95,32±32,48
3	53	35,05±9,4*	14,05±4,73*	12,83±4,94*	105,23±28,14	102,85±27,28

Tablo 4.5. Öğrencilerinin Tanıtıcı Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devamı)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu X̄ ± SS	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu X̄ ± SS	Tekrarlama Alt Boyutu X̄ ± SS	Çatışma Alt Boyutu X̄ ± SS	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam X̄ ± SS
Sınıf (Devam)						
4	59	29,38±10,3	11,47±4,78	10,25±4,25	84,42±29,48*	82,69±28,86*
P**		**p=0,001**	**p=0,008**	**p=0,000**	**p=0,000**	**p=0,000**
Medeni Durumu						
Evli	89	28,51±9,57	10,68±4,85	9,37±3,95	80,08±28,54	78,47±27,89
Bekar	291	31,64±10,49	12,81±4,99	11,21±4,82	94,25±32,26	92,22±31,45
P***		**p=0,009**	**p=0,000**	**p=0,001**	**p=0,000**	**p=0,000**
Eğitim durumu						
Lisans	262	31,58±10,5	12,54±5,11	10,70±4,60	92,22±32,33	90,25±31,54
Ön Lisans	118	29,40±9,71	11,79±4,84	10,95±4,91	88,06±31,07	86,22±30,28
P***		P=0,057	P=0,170	P=0,633	P=0,234	P=0,260
Kiminle yaşadığı						
Aile ile evde	259	30,44±10,3	12,05±5,03	10,59±4,55	88,87±31,30	87,00±30,58
Yurtta	83	32,31±10,6	12,75±5,35	11,38±5,27	95,33±33,10	93,31±32,16
Yalnız evde	23	29,21±9,61	12,34±4,54	9,95±4,24	89,56±34,40	87,43±33,29
Arkadaşlarla evde	15	33,80±9,67	14,26±3,73	11,86±4,34	10,43±30,61	102,13±29,91
P**		P=0,281	P=0,313	P=0,352	P=0,149	P=0,143

Tablo 4.5. Öğrencilerinin Tanıtıcı Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devamı)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu X̄ ± SS	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu X̄ ± SS	Tekrarlama Alt Boyutu X̄ ± SS	Çatışma Alt Boyutu X̄ ± SS	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam X̄ ± SS
Gelir durumu						
Gelir giderden az	197	30,73±10,5	12,15±5,04	10,57±4,69	89,75±31,91	87,85±31,10
Gelir gidere eşit	118	30,63±10,3	12,09±5,07	11,03±4,80	91,04±31,54	89,10±30,81
Gelir giderden fazla	65	31,95±9,90	13,20±4,95	10,93±4,55	94,33±33,11	92,29±32,26
P**		P=0,671	P=0,298	P=0,678	P=0,605	P=0,611
Partnerle Birliktelik Süresi						
1-12 ay	199	31,31±9,93	12,52±4,78	11,18±4,61	93,47±30,50	91,45±,,742
13-48 ay	94	32,10±11,7	12,93±5,39	10,94±5,07	93,97±34,92	91,97±33,95
49-72 ay	28	31,00±10,0	12,96±5,08	11,42±5,15	94,10±35,27	92,14±34,56
73-108 ay	9	29,22±10,8	10,88±6,15	9,55±5,81	78,00±35,44	76,44±34,67
109-üzeri	50	27,32±8,60	10,20±4,69*	8,74±3,22*	75,68±24,88*	74,14±24,24*
P**		P=0,098	**P=0,018**	**P=0,016**	**P=0.004**	**P=0,004**

Tablo 4.5. Öğrencilerinin Tanıtıcı Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devamı)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu X̄ ± SS	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu X̄ ± SS	Tekrarlama Alt Boyutu X̄ ± SS	Çatışma Alt Boyutu X̄ ± SS	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam X̄ ± SS
Partner ile Birlikte Yaşama Durumu						
Evet	102	29,78±9,83	11,57±5,11	9,73±4,01	84,62±30,50	82,86±29,71
Hayır	278	31,32±10,52	12,58±4,99	11,16±4,87	93,25±32,23	91,24±31,44
P***		P=0,186	P=0,088	**P=0,008**	**P=0,017**	**P=0,019**

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre SMBÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.5'teki gibidir. Tablo incelendiğinde, yaş grupları bağlamında SMBÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir (p=0,000<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve anlamlı farklılığın 30 ve üzeri yaş grubundakilerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin alt ölçekleri; meşguliyet (p=0,009<0,05), duygu durum düzenleme (p=0,003<0,05), tekrarlama (p=0,000<0,05) ve çatışma (p=0,000<0,05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde, kadın öğrencilerin ortalamaları (90,54±31,05), erkek öğrencilerin ortalamalarından (87,52±31,29) yüksek olduğu ve bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı (p=0,346>0,05) fakat alt ölçeklerden meşguliyet (P=0,044<0,05) ve duygu durum düzenleme (P=0,037<0,05) boyutlarınla anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo incelendiğinde, sınıflar bağlamında SMBÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir (p=0,000<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış, anlamlı farklılığın 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin anlamlı puan ortalama farkından kaynaklandığı görülmektedir. Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığının alt ölçeklerinden; meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.

Öğrencilerin medeni durumunun SMBÖ puan ortalamasına bakıldığında, evli olan öğrencilerin puan ortalaması (78,47±27,89), bekar olan öğrencilerin puan ortalamasından (92,22±31,45) düşük olduğu ve istatistiki açıdan gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir (p=0,00<0,05). Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeklerine bakıldığında da meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.

Öğrencilerin lisans/ön lisans durumunun SMBÖ puan ortalamasında her ne kadar lisans öğrencilerin ortalamasının (90,25±31,54), ön lisans öğrencilerin ortalamasına (86,22±30,28) göre yüksek olsa da istatistiki açıdan ve ölçek alt boyutları bakımından farkın anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,260>0,05).

Öğrencilerin yaşadığı ortam ile SMBÖ puan ortalamalarına bakıldığında, arkadaşlarla evde yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının (102,13±29,91) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ancak farkın istatistiki açıdan (p=0,143>0,05) ve ölçek alt boyutları bakımından anlamlı olmadığı görülmektedir.

Öğrencilerin gelir düzeyleri ile SMBÖ puan ortalamalarına bakıldığı zaman, gelir giderden fazla olanların puan ortalamalarının (92,29±32,26) daha yüksek olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak ($p=0,611>0,05$) ölçek toplam ve alt boyut puan bakımından anlamlı olmadığı görülmektedir.

Tabloya bakıldığında, partnerlerle birliktelik süresi ile SMBÖ puan ortalamaları istatistiki açısından değerlendirildiğinde anlamlı olduğu tespit edilmektedir ($p=0,004<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış, 109 ay ve üzeri grupta farklılık kaynaklandığı görülmektedir. Ölçek alt boyutlarında meşguliyet ($p=0,098>0,05$) alt boyutunun anlamlı olmadığı fakat duygu durum düzenleme ($p=0,018<0,05$), tekrarlama ($p=0,016<0,05$) ve çatışma ($p=0,004<0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin partnerle birlikte yaşama durumu ve SMBÖ puan ortalama değişkeninden elde edilen verilere göre, evet diyen öğrencilerin ortalamaları (82,86±29,71), hayır diyen öğrenci ortalamalarından (91,24±31,44) düşük olduğu ve bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir ($p=0,019<0,05$). Ölçek alt boyutlarından; meşguliyet ($p=0,186>0,05$) ve duygu durum düzenleme ($p=0,088>0,05$) alt boyutunun anlamlı farklılık göstermediği fakat tekrarlama($p=0,008<0,05$) ve çatışma alt ($p=0,017<0,05$) boyutunun anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir

Tablo 4.5.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Tekrarlama Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam $\bar{X} \pm SS$
Sosyal Medya Erişim Aracı						
Sadece Masaüstü Bilgisayar	6	19,83±9,32*	8,00±5,13	8,66±4,50	66,66±30,05	64,33±28,57
Sadece Mobil Cihazlar	305	31,02±10,4*	12,22±5,07	10,78±4,76	90,99±32,29	89,08±31,46
Masaüstü ve Mobil Cihazlar	69	31,36±9,75	13,10±4,71*	10,94±4,43	92,78±30,18	90,79±29,52
P**		**P=0,029**	**P=0,045**	P=0,524	P=0,158	P=0,143
Sosyal Medya Kullanım Süresi (yıl)						
1-3 yıl	77	28,32±9,60	11,31±4,83	10,24±4,03	84,55±28,46	82,87±27,84
4-6 yıl	108	30,84±10,07	12,37±5,16	11,14±4,75	90,74±30,08	88,80±29,33
7-9 yıl	62	31,41±11,94	11,93±5,08	9,91±4,89	89,11±34,53	87,04±33,65
10-12 yıl	80	32,96±10,88	13,46±5,44	11,52±5,02	98,86±36,55	96,70±35,59
13 yıl ve üzeri	53	31,11±8,57	12,37±4,09	10,69±4,66	90,77±28,47	88,98±27,80
P**		P=0,87	P=0,108	P=0,218	P=0,084	P=0,086

Tablo 4.5.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre SMBÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devamı)

Değişkenler	n	Meşguliyet Alt Boyutu X̄ ± SS	Duygu Düzenleme Durum Alt Boyutu X̄ ± SS	Tekrarlama Alt Boyutu X̄ ± SS	Çatışma Alt Boyutu X̄ ± SS	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam X̄ ± SS
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı						
Her Gün	323	32,19±10,2*	12,84±5,00*	11,01±4,73*	94,17±31,80*	92,17±31,01*
Haftada Birkaç Kez	48	23,72±6,62	9,54±3,97	9,87±4,39*	73,12±24,44	71,52±23,74
Ayda Birkaç Kez	9	23,11±11,90	8,22±4,96	7,11±2,61	69,66±36,75	68,22±35,89
P**		**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,017**	**P=0,000**	**P=0,000**
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre						
0-1 Saat	75	23,89±8,52*	9,05±4,11*	8,34±4,08*	69,21±24,09*	67,84±23,53*
2-3 Saat	137	29,75±10,0*	11,85±4,56*	10,39±4,26*	86,83±28,63*	85,00±27,94*
4-5 Saat	104	33,64±9,44*	13,52±5,02*	11,61±4,79*	98,57±30,90*	96,46±30,18*
6 Saat ve Fazla	64	37,15±9,15*	15,15±4,77*	13,10±4,71*	112,77±30,90*	110,25±30,11*
P**		**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**

***; Post-Hoc (Tukey HSD) testine göre anlamlı farklılığın kaynaklandığı grubu belirtmektedir.**
****; Anova Testi**
*****; t Testi**

Öğrencilerin sosyal medya kullanım özelliklerine göre SMBÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.5.1.'deki gibidir. Tabloda sosyal medya erişim aracı ile SMBÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre, masaüstü ve mobil cihaz ortalamasının (90,79±29,52) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ve farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir ($p=0,143>0,05$). Ölçek alt boyutlarında ise meşguliyet ($p=0,029<0,05$) ve duygu durum düzenleme ($p=0,045<0,05$) anlamlı farklılık görülürken tekraralama ($p=0,524>0,05$) ve çatışma ($p=0,158>0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık görülmemektedir.

Tablo incelendiğinde, sosyal medya kullanım süresi (yıl) ile SMBÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre, 10-12 yıl puan ortalamasının (96,70±35,59) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ve farkın ($p=0,86>0,05$) istatistiki açıdan anlamlı olmadığı alt boyutlarda da görülmektedir.

Öğrencilerin sosyal medya kullanım sıklığı ile SMBÖ puan ortalamasından elde edilen verilerin istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir ($p=0,000<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanması sonucunda, "her gün" gruplarında anlamlı bir farklılık tespit edilmektedir. Sosyal medya kullanım sıklığı ve SMBÖ alt boyutlarına baktığımızda anlamlı farklılığın meşguliyet ($p=0,000<0,05$), duygu durum düzenleme ($p=0,00<0,05$), tekrarlama ($0,017<0,05$) ve çatışma ($p=0,000<0,05$) alt boyutlarında da olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin günlük sosyal medyada geçirdikleri süre ile SMBÖ puan ortalamalarından elde edilen verilerin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmüştür ($p=0,000<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış bu farklılığın her grupta ve ölçek alt boyutlarında da anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.6. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Yaş						
18-21	130	16,62±6,57	9,30±5,88	9,76±6,13	8,22±4,62	43,91±19,35
22-25	123	16,97±6,38	9,88±5,74	11,30±6,76	9,17±4,38	47,34±19,16
26-29	42	17,85±6,20	9,78±5,92	11,33±6,40	8,97±4,34	47,95±18,15
30 ve üzeri	85	14,89±6,35*	7,77±4,48*	7,69±4,47*	6,64±3,53*	37,01±15,41*
P**		**p=0,050**	**p=0,048**	**p=0,000**	**p=0,000**	**p=0,000**
Cinsiyet						
Kadın	186	16,20±6,38	8,60±5,26	9,68±5,93	8,05±4,14	42,55±17,65
Erkek	194	16,75±6,54	9,78±5,85	10,24±5,43	8,45±4,59	45,24±19,64
P***		P=0,405	**P=0,039**	P=0,380	P=0,375	P=0,161
Sınıf						
1	149	16,44±6,36	8,46±5,26*	9,08±6,05	7,48±4,34*	41,47±18,04*
2	119	16,59±6,34	10,62±5,98*	10,78±6,31	8,92±4,44*	46,92±19,56*
3	53	17,71±7,04	9,75±6,33	11,64±6,95*	9,50±4,55	48,62±20,88
4	59	15,27±6,34	7,71±4,11	9,10±5,10	7,77±3,77	39,86±14,76
P**		P=0,257	**P=0,002**	**P=0,017**	**P=0,006**	**P=0,008**

Tablo 4.6. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devam)

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Medeni Durum						
Evli	89	15,44±6,52	7,80±4,08	7,61±4,25	6,71±3,58	37,59±14,14
Bekar	291	16,80±6,42	9,63±5,92	10,69±6,51	8,73±4,50	45,86±19,52
P***		P=0,088	**P=0,001**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**
Eğitim durumu						
Lisans	262	16,72±6,37	9,22±5,64	10,09±6,36	8,50±4,49	44,54±19,11
Ön Lisans	118	15,96±6,65	9,16±5,51	9,70±5,81	7,72±4,09	42,55±17,82
P***		P=0,301	P=0,933	P=0,556	P=0,094	P=0,339
Kiminle yaşadığı						
Aile ile evde	259	16,35±6,34	9,01±5,04	9,63±5,95	7,89±4,16	42,90±17,39
Yurtta	83	16,38±6,75	9,07±6,33	10,00±6,38	8,78±4,65	44,24±20,31
Yalnız evde	23	17,65±7,63	10,91±7,47	11,91±7,50	9,43±5,70	49,91±25,72
Arkadaşlarla evde	15	17,46±5,12	10,66±6,93	12,73±6,49	9,86±3,54	50,73±17,94
P**		P=0,751	P=0,319	P=0,110	P=0,085	P=0,162
Gelir durumu						
Gelir giderden az	197	16,06±6,45	8,87±5,53	9,75±6,01	7,85±4,20	42,54±18,54
Gelir gidere eşit	118	16,65±6,42	9,30±5,65	9,88±6,25	8,66±4,27	44,51±18,34

Tablo 4.6. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380) (Devam)

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Gelir durumu (devam)						
Gelir giderden fazla	65	17,47±6,54	10,01±5,66	10,80±6,65	8,76±5,01	47,06±19,76
P**		P=0,293	P=0,356	P=0,490	P=0,165	P=0,222
Partnerle Birliktelik Süresi						
1-12 ay	199	16,94±6,38	9,64±6,04	10,20±6,42	8,62±4,45	45,42±19,31
13-48 ay	94	16,80±6,95	9,50±5,37	11,37±6,57	8,75±4,66	46,43±19,69
49-72 ay	28	15,64±5,75	8,25±4,87	9,57±5,37	8,39±4,19	41,85±16,95
73-108 ay	9	15,66±7,01	7,55±3,57	7,44±4,12	5,22±2,53	35,88±12,25
109-üzeri	50	14,66±5,98	7,72±4,51	7,10±3,97*	6,38±3,17*	35,86±13,51*
P**		P=0,209	P=0,156	**P=0,001**	**P=0,003**	**P=0,006**
Partner ile Birlikte Yaşama Durumu						
Evet	102	16,41±6,44	8,14±4,89	8,51±5,43	7,25±4,10	40,33±16,64
Hayır	278	16,51±6,48	9,59±5,79	10,50±6,37	8,63±4,42	45,24±19,28
P***		P=0,891	**P=0,025**	**P=0,003**	**P=0,005**	**P=0,023**

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre GSOÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.6'daki gibidir. Tablo incelendiğinde, yaş grupları bağlamında GSOÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir ($p=0,00<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve anlamlı farklı 30 ve üzeri yaş grubundakilerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda genel sosyotelist olma ölçeğinin alt boyutlarına bakıldığında nomofobi, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı alt boyutlarında anlamlı farklılık görülmektedir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde, her ne kadar erkek öğrencilerin ortalamaları (45,24±19,64), kadın öğrencileirn ortalamalarından (42,55±17,65) yüksek olsa da bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir ($p=0,161>0,05$). GSOÖ alt boyutlarına bakıldığında sadece kişilerarası çatışma ($p=0,039<0,05$) alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır.

Tablo incelendiğinde, sınıflar bağlamında GSOÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir ($p=0,008<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış, 1. ve 2. sınıf öğrencilerinin anlamlı puan ortalama farkından kaynaklandığı görülmektedir. GSOÖ alt boyutlarına baktığımızda nomofobide ($p=0,257>0,05$) anlamlı farklılık görülmez iken; kişilerarası çatışma ($p=0,002<0,05$), kendini yalnızlaştırma ($p=0,017<0,05$) ve problem farkındalığı ($p=0,006<0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık vardır.

Öğrencilerin medeni durumunun GSOÖ puan ortalamasından elde edilen verilere göre, evli olan öğrencilerin puan ortalaması (37,59±14,14), bekar olan öğrencilerin puan ortalamasından (45,86±19,52) yüksek olduğu ve istatistiki açıdan GSOÖ ve medeni durum arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ($p=0,00<0,05$). GSOÖ alt boyutlarına bakıldığında nomofobide ($p=0,088>0,05$) anlamlı farklılık görülmez iken; kişilerarası çatışma ($p=0,001<0,05$), kendini yalnızlaştırma ($p=0,000<0,05$) ve problem farkındalığı ($p=0,000<0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin lisans/ön lisans durumunun GSOÖ puan ortalamasından elde edilen verilere göre, lisans öğrencilerin ortalamasının (44,54±19,11), ön lisans ortalamasına (42,55±17,82) göre yüksek olduğu ve istatistiki açıdan farkın anlamlı olmadığı görülmektedir ($p=0,339>0,05$). Aynı zamanda GSOÖ alt boyutlarından olan nomofobi, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı alt boyutlarının anlamlı farklılığın olmadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin yaşadığı ortam ile GSOÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre, arkadaşlarla aynı evde yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının (50,73±17,94) diğer gruplara

göre daha yüksek olduğu ancak farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,162>0,05). Aynı zamadan GSOÖ alt boyutları olan nomofobi, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı alt boyutlarında da farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır.

Öğrencilerin gelir düzeyleri ile GSOÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre, gelir giderden fazla olanların puan ortalamalarının (47,06±19,76) daha yüksek olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,222>0,05). Aynı zamadan GSOÖ alt boyutları olan nomofobi, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı alt boyutlarında da farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır.

Tabloya bakıldığında partnerlerle birliktelik süresi ile GSOÖ puan ortalamaları istatistiki açısından değerlendirildiğinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir (p=0,006<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve 109 ve üzeri ay grupta farklılık kaynaklanmaktadır. GSOÖ alt boyutlarına baktığımızda nomofobi (p=0,209>0,05), kişilerarası çatışma (p=0,156>0,05) alt boyutlarında anlamlı farklılık yok iken kendini yalnızlaştırma (p=0,001<0,05) ve problem farkındalığı (p=0,003<0,05) alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmıştır.

Öğrencilerin partnerle birlikte yaşama durumundan elde edilen verilere göre, evet diyen öğrencilerin ortalamaları (40,33±16,64) hayır diyen öğrenci ortalamalarından (45,24±19,28) her ne kadar az olsa da bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (p=0,023<0,05). GSOÖ alt boyutlarından olan nomofobi (p=0,891>0,05) alt boyutunda anlamlı farklılık görülmez iken kişilerarası çatışma (p=0,025<0,05), kendini yalnızlaştırma (p=0,003<0,05) ve problem farkındalığı (p=0,005<0,05) alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmıştır.

Tablo 4.6.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu X̄ ± SS	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu X̄ ± SS	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu X̄ ± SS	Problem Farkındalığı Alt Boyutu X̄ ± SS	Genel Sosyotelist Olma Toplam X̄ ± SS
Sosyal Medya Erişim Aracı						
Sadece Masaüstü Bilgisayar	6	9,33±5,85	7,50±4,80	7,33±5,31	6,50±4,80	30,66±19,78
Sadece Mobil Cihazlar	305	16,51±6,33*	9,18±5,68	9,85±6,23	8,13±4,39	43,68±18,65
Masaüstü ve Mobil Cihazlar	69	17,00±6,80	9,46±5,30	10,73±6,07	8,97±4,25	46,17±18,66
P**		**P=0,020**	P=0,702	P=0,324	P=0,221	P=0,132
Sosyal Medya Kullanım Süresi (yıl)						
1-3 yıl	77	15,18±6,49	8,36±5,75	9,09±5,68	8,02±4,26	40,66±18,77
4-6 yıl	108	16,09±6,45	9,05±5,18	9,85±6,24	8,42±4,43	43,42±17,86
7-9 yıl	62	16,59±6,30	8,25±4,77	9,66±5,71	7,69±4,41	42,20±17,44
10-12 yıl	80	17,82±5,88	10,50±5,68	10,97±6,37	8,72±4,25	48,02±17,82
13 yıl ve üzeri	53	17,03±7,22	9,88±6,59	10,35±7,00	8,24±4,66	45,52±22,24
P**		P=0,117	P=0,069	P=0,400	P=0,681	P=0,086

Tablo 4.6.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380) Devamı

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı						
Her Gün	323	17,09±6,34	9,58±5,64	10,34±6,31	8,56±4,39	45,58±18,63*
Haftada Birkaç Kez	48	12,93±5,75*	6,85±4,38*	7,60±4,64*	6,56±3,92*	33,95±15,15
Ayda Birkaç Kez	9	13,66±8,20	8,11±6,77	9,33±6,91	6,66±4,21	37,77±22,90
P**		**P=0,000**	**P=0,006**	**P=0,016**	**P=0,007**	**P=0,000**
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre						
0-1 Saat	75	13,58±6,41	6,94±4,41	7,21±4,47	6,06±3,58	33,81±14,83
2-3 Saat	137	15,96±6,54	8,59±5,42	9,37±5,81	7,43±4,03	41,37±17,65
4-5 Saat	104	17,37±5,54*	9,94±5,92	10,78±6,60	9,56±4,34*	47,67±18,26*
6 Saat ve Fazla	64	19,56±6,22*	11,95±5,39*	13,15±6,45*	10,48±4,40*	55,15±18,54*
P**		**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**

Tablo 4.6.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380) Devamı

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Sosyal Medya Erişim Aracı						
Sadece Masaüstü Bilgisayar	6	9,33±5,85	7,50±4,80	7,33±5,31	6,50±4,80	30,66±19,78
Sadece Mobil Cihazlar	305	16,51±6,33*	9,18±5,68	9,85±6,23	8,13±4,39	43,68±18,65
Masaüstü ve Mobil Cihazlar	69	17,00±6,80	9,46±5,30	10,73±6,07	8,97±4,25	46,17±18,66
P**		**P=0,020**	P=0,702	P=0,324	P=0,221	P=0,132
Sosyal Medya Kullanım Süresi (yıl)						
1-3 yıl	77	15,18±6,49	8,36±5,75	9,09±5,68	8,02±4,26	40,66±18,77
4-6 yıl	108	16,09±6,45	9,05±5,18	9,85±6,24	8,42±4,43	43,42±17,86
7-9 yıl	62	16,59±6,30	8,25±4,77	9,66±5,71	7,69±4,41	42,20±17,44
10-12 yıl	80	17,82±5,88	10,50±5,68	10,97±6,37	8,72±4,25	48,02±17,82
13 yıl ve üzeri	53	17,03±7,22	9,88±6,59	10,35±7,00	8,24±4,66	45,52±22,24
P**		P=0,117	P=0,069	P=0,400	P=0,681	P=0,086

Tablo 4.6.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre GSOÖ Puan Ortalamaları (n:380) Devamı

Değişkenler	n	Nomofobi Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kişilerarası Çatışma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Kendini Yalnızlaştırma Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Problem Farkındalığı Alt Boyutu $\bar{X} \pm SS$	Genel Sosyotelist Olma Toplam $\bar{X} \pm SS$
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı						
Her Gün	323	17,09±6,34	9,58±5,64	10,34±6,31	8,56±4,39	45,58±18,63*
Haftada Birkaç Kez	48	12,93±5,75*	6,85±4,38*	7,60±4,64*	6,56±3,92*	33,95±15,15
Ayda Birkaç Kez	9	13,66±8,20	8,11±6,77	9,33±6,91	6,66±4,21	37,77±22,90
P**		**P=0,000**	**P=0,006**	**P=0,016**	**P=0,007**	**P=0,000**
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre						
0-1 Saat	75	13,58±6,41	6,94±4,41	7,21±4,47	6,06±3,58	33,81±14,83
2-3 Saat	137	15,96±6,54	8,59±5,42	9,37±5,81	7,43±4,03	41,37±17,65
4-5 Saat	104	17,37±5,54*	9,94±5,92	10,78±6,60	9,56±4,34*	47,67±18,26*
6 Saat ve Fazla	64	19,56±6,22*	11,95±5,39*	13,15±6,45*	10,48±4,40*	55,15±18,54*
P**		**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**	**P=0,000**

***; Post-Hoc (Tukey HSD) testine göre anlamlı farklılığın kaynaklandığı grubu belirtmektedir.**
****; Anova Testi**
*****; t Testi**

Öğrencilerin sosyal medya kullanım özelliklerine göre GSOÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.6.1'deki gibidir. Tabloda sosyal medya erişim aracı ile GSOÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre, masaüstü ve mobil cihazların puan ortalamasının (46,17±18,66) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ve farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,132>0,05). GSOÖ alt boyutlarından sadece nomofobi (p=0,020<0,05) alt boyutunda anlamlı farklılık saptanmıştır.

Öğrencilerin sosyal medya kullanım süresine yıl değişkeni ile GSOÖ puan ortalamasından elde edilen verilere göre, 10-12 yıl süre aşkın sosyal medya kulanan öğrencilerin puan ortalamasının (48,02±17,82) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ayrıca farkın istatistiki açıdan (p=0,086>0,05) ve alt boyutları bakımından da anlamlı olmadığı görülmektedir.

Tablo incelendiğinde, sosyal medya kullanım sıklığı bağlamında GSOÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir (p=0,00<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve bu anlamlı farkın "her gün" olarak yanıtlayan gruplardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. GSOÖ alt boyutlarına bakıldığında nomofobi (p=0,000<0,05), kişilerarası çatışma (p=0,006<0,05), kendini yalnızlaştırma (p=0,016<0,05) ve problem farkındalığı (p=0,007<0,05) alt boyutlarında da anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin günlük sosyal medyada geçirdikleri süre ile GSOÖ puan ortalamalarından elde edilen verilere göre istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmüştür (p=0,000<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve bu farklılığın 6 saat-üzeri olarak yanıtlayan gruplardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. GSOÖ alt boyutlarında da nomofobi (p=0,000<0,05), kişilerarası çatışma (p=0,000<0,05), kendini yalnızlaştırma (p=0,000<0,05) ve problem farkındalığı (p=0,000<0,05) alt boyutlarında sosyal medya kullanım süresinin her saatte kullanılmasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.7. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre İDÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Özellikler	n	Ort±Ss	P
Yaş			
18-21	130	3,97±1,29	
22-25	123	4,09±1,30	
26-29	42	4,51±1,21	**0,00**
30 ve üzeri	85	4,93±1,17*	
(Anova Testi)			
Cinsiyet			
Kadın	186	4,05±1,27	
Erkek	194	4,51±1,31	**0,001**
(t Testi)			
Sınıf			
1	149	4,31±1,45	
2	119	4,31±1,22	**0,008**
3	53	3,79±1,03*	
4	59	4,63±1,22*	
(Anova Testi)			
Medeni Durumu			
Evli	89	5,09±1,07	**0,000**
Bekar	291	4,04±1,27	
(t Testi)			
Eğitim Durumu			
Lisans	262	4,24±1,29	
Ön Lisans	118	4,40±1,34	0,273
(Anova Testi)			
Kiminle yaşadığı			
Aile ile evde	259	4,35±1,36	
Yurtta	83	3,97±1,15	0,162
Yalnız evde	23	4,83±1,08	
Arkadaşlarla evde	15	4,14±1,11	
(Anova Testi)			
Gelir durumu			
Gelir giderden az	197	4,21±1,37	
Gelir gidere eşit	118	4,37±1,20	0,517

Tablo 4.7. Öğrencilerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre İDÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Özellikler	n	Ort±Ss	P
Gelir Durumu (Devamı)			
Gelir giderden fazla	65	4,36±1,31	
(Anova Testi)			
Partnerle Birliktelik Süresi			
1-12 ay	199	3,93±1,28*	
13-48 ay	94	4,44±1,21	
73-108 ay	9	4,42±1,09	**0,000**
109-üzeri	50	5,13±1,15*	
(Anova Testi)			
Partner ile Birlikte Yaşama Durumu			
Evet	102	4,87±1,16	**0,000**
Hayır	278	4,07±1,29	
(t Testi)			

***; Post-Hoc (Tukey HSD) testine göre anlamlı farklılığın kaynaklandığı grubu belirtmektedir.**

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre İDÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.7'deki gibidir. Tablo incelendiğinde, yaş grupları bağlamında İDÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir ($p=0,00<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve anlamlı farklı 30 ve üzeri yaş grubundakilerden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde, her ne kadar kadın öğrencilerin puan ortalamaları (4,05±1,27), erkek öğrencilerin puan ortalamalarından (4,51±1,31) düşük olsa da bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p=0,001<0,05$).

Tablo incelendiğinde, sınıflar bağlamında İDÖ ortalamalarının istatistiki açıdan anlamlı olduğu gözlenmektedir ($p=0,008<0,05$). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış, anlamlı farklılığın 3. ve 4. Sınıf öğrencilerinin anlamlı puan ortalama farkından kaynaklandığı görülmektedir.

Öğrencilerin medeni durumunun İDÖ puan ortalamasına bakıldığında, evli olan öğrencilerin puan ortalaması (5,09), bekar olan öğrencilerin puan ortalamasından (4,04) yüksek olduğu ve istatistiki açıdan gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir (p=0,00<0,05).

Öğrencilerin eğitim durumunun İDÖ puan ortalamasına bakıldığında, lisans öğrencilerin ortalamasının (4,24±1,29), ön lisans ortalamasına (4,40±1,34) göre düşük olduğu ve istatistiki açıdan gruplar arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,273>0,05).

Tablo incelendiğinde, öğrencilerin yaşadığı ortam ile İDÖ puan ortalamalarına bakıldığında, yalnız evde yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının (4,83±1,08) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ancak farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,162>0,05).

Öğrencilerin gelir düzeyleri ile İDÖ puan ortalamalarına bakıldığında, gelir gidere eşit olanların puan ortalamalarının (4,37±1,20) daha yüksek olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,517>0,05).

Tabloya baktığımızda partnerlerle birliktelik süresi ile İDÖ puan ortalamaları istatistiki açısından değerlendirildiğinde anlamlı olduğu tespit edilmektedir (p=0,000<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış, 1-12 ay ve 109 ay üzeri grupta farklılık kaynaklandığı görülmektedir.

Öğrencilerin partnerle birlikte yaşama durumu ve İDÖ puan ortalama değişkenine bakıldığında, evet diyen öğrencilerin ortalamaları (4,87±1,16) hayır diyen öğrenci ortalamalarından (4,07±1,29) her ne kadar fazla olsa da bu farklılığın istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (p=0,000<0,05).

Tablo 4.7.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre İDÖ Puan Ortalamaları (n:380)

Sosyal Medya Erişim Aracı			
Sadece Masaüstü Bilgisayar	6	4,40±,896	
Sadece Mobil Cihazlar	305	4,32±1,31	0,504
Masaüstü ve Mobil Cihazlar	69	4,12±1,32	
(Anova Testi)			
Sosyal Medya Kullanım Süresi (yıl)			
1-3 yıl	77	3,92±1,24*	
4-6 yıl	108	4,12±1,31	
7-9 yıl	62	4,33±1,33	
10-12 yıl	80	4,52±1,28	**0,002**
13 yıl ve üzeri	53	4,74±1,25*	
(Anova Testi)			
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı			
Her Gün	323	4,29±1,30	
Haftada Birkaç Kez	48	4,43±1,37	
Ayda Birkaç Kez	9	3,52±,845	0,159
(Anova Testi)			
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre			
0-1 Saat	75	4,64±1,29	
2-3 Saat	137	4,37±1,29	
4-5 Saat	104	4,00±1,31*	**0,008**
6 Saat ve Fazla	64	4,14±1,27	
(Anova Testi)			

Not: p<0,05 anlamlılık düzeyine göre tablo değerlendirilmiştir.
***; Post-Hoc (Tukey HSD) testine göre anlamlı farklılığın kaynaklandığı grubu belirtmektedir**

Öğrencilerin sosyal medya kullanım özelliklerine göre İDÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 4.7.1'deki gibidir. Sosyal medya erişim aracı ile İDÖ puan ortalamalarına bakıldığında, sadece masaüstü bilgisayar puan ortalamasının (4,40±,896) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ve farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,504>0,05).

Öğrencilerin sosyal medya kullanım süresine yıl değişkeni ile İDÖ puan ortalamasına bakıldığındaa istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (p=0,002<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanması sonucunda, 1-3 yıl ve 13 yıl üzeri sürede anlamlı bir farklılık tespit edilmektedir.

Tablo incelendiğinde, sosyal medya kullanım sıklığı ile İDÖ puan ortalamalarına bakıldığında, "haftada birkaç kez" puan ortalamasının (4,43±1,37) diğer gruplara göre daha yüksek olduğu ve farkın istatistiki açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir (p=0,15>0,05).

Öğrencilerin günlük sosyal medyada geçirdikleri süre ile İDÖ puan ortalamalarına baktığımızda istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmüştür (p=0,008<0,05). Bu anlamlı farklılığı hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Post-Hoc (Tukey HSD) testi uygulanmış ve bu farklılığın 4-5 saat üzeri sürede sosyal medyada geçirilmesinden kaynaklandığı tespit edilmiştir.

4.8. Üniversite Öğrencilerinde SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamaları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	**GSOÖ**		**İDÖ**		**SMBÖ**	
	r	**p**	**r**	**p**	**r**	**p**
SMBÖ	,742	**0,000**	-0,190	**0,000**	-	-
GSOÖ	-	-	-0,154	0,003	,742	**0,000**
İDÖ	-0,154	0,003	-	-	-0,190	**0,000**

r. Pearson Korelasyon Katsayısı p<0,01

Tablo 4.8'de Öğrencilerin SMBÖ ile GSOÖ ve İDÖ puan ortalamaları arasındaki korelasyon analizi sonuçları görülmektedir. Tabloya göre, sosyal medya bağımlılığı ve genel sosyotelist olma arasında pozitif yönde anlamlı ve yüksek düzeyde ilişki olduğu anlaşılmıştır (r=0,742; p<0,001). Literatüre göre korelasyon kat sayısı 0,00-0,30 arasında ise düşük düzeyde ilişki, 0,30-0,70 arasında ise orta düzeyde ilişki ve 0,70-1,00 arasında ise yüksek düzeyde ilişki bulunmaktadır (Büyüköztürk, 2018). Genel sosyotelist olma ve ilişki doyumu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir (r=-0,154; p<0,001). Yine bu sonuçlara göre,

sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu ortalamaları arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=-0,190$; $p<0,001$).

5. TARTIŞMA

5.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması

Bu araştırmada, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinden elde edilen toplam puanın 90,93±31,96 olduğu tespit edilmiştir. SMBÖ toplam puan min 41, max 205'tir. Puan ortalamasının artmasıyla sosyal medya bağımlılığı da artmaktadır. Elde edilen verilerle birlikte araştırmaya katılan öğrencilerin 90,93 puan ile bağımlılık oranlarının düşük düzeyde olduğu değerlendirilmiştir. Öğrencilerin puan aralığına göre bağımlılık seviyeleri incelendiğinde %36,1'inin az bağımlı, %23,2'inin orta bağımlı ve %6,6'sının yüksek bağımlı olduğu belirlenmiştir. SMBÖ alt boyutlarından elde edilen puan ortalamaları incelendiğinde alt boyutlardan en fazla alınabilecek puanlara göre, tüm alt boyut bağımlılık seviyelerinin de "az bağımlı" şeklinde olduğu belirlenmiştir. Yıldırım (2019), üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığını incelediği çalışmasında, öğrencilerin "orta düzeyde" sosyal medya bağımlılığı gösterdiğini saptamıştır. Aynı çalışmada meşguliyet ve çatışma alt boyutun "orta düzeyde" iken duygu durum düzenleme ve tekrarlama alt boyutunun "düşük" düzeyde olduğunu saptamıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin incelendiği bir başka çalışmada, öğrencilerin 87,58 puan ile "az bağımlı" olduğu, meşguliyet alt boyutuyla "orta bağımlı", duygu durum düzenleme ve tekrarlama alt boyutuyla "az bağımlı", çatışma alt boyutu açısından ise "bağımlılığın olmadığı" belirlenmiştir (Tutgun-Ünal, 2015). Durar (2018)'ın yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerini incelediği çalışmada; sosyal medya bağımlılık toplam puanı, meşguliyet alt boyutu ve duygu durum düzenleme alt boyutunda "az bağımlı" düzeyde, tekrarlama ve çatışma alt boyutlarında ise bağımlılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızda genel olarak bağımlılık seviyesi düşük olmakla birlikte, öğrencilerin meşguliyet alt puan ortalamalarının orta seviyede olması öğrencilerin sosyal medya aktivitelerini ya da faaliyetlerini yoğun bir şekilde düşündüğü ve bu aktivitelerle uğraştığı anlamına gelmesi açısından önemlidir. Yıldırım (2019), sosyal medya bağımlılığını üniversite öğrencilerinde akademik çalışmaların sınırlandıracağı, iletişimi sekteye uğratacağı ve duygusal açıdan olumsuz etkilenebileceği yönünden ciddi önlemlerin alınması için bir uyarıcı nitelikte olduğunu belirtmiştir.

Üniversite öğrencilerinin SMBÖ toplam ve tüm alt boyut puan ortalamalarının yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bu anlamlı farklılık 30 yaş ve üzeri gruptaki kişilerin puan ortalamalarından kaynaklanmaktadır. Yani yaş arttıkça bağımlılık puan ortalamasının azaldığı görülmektedir. Yaşla birlikte olgunlaşarak farkındalıkların artması, iş yoğunluğu ve artan sorumluluklar nedeniyle sosyal medyaya ayrılacak zamanın kısıtlanması gibi nedenlerle bağımlılık oranında azalmaya olabileceği düşünülebilir. Özdemir (2019), üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyi ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında da yaş ile duygu durum düzenleme ve çatışma alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Aynı zamanda yaş azaldıkça kişilerin sosyal medya bağımlılığı hakkında daha fazla çatışma yaşadığını belirtmiştir. Bunun yanında literatürde, yaş ve sosyal medya bağımlılığın ters orantılı olduğunu destekleyen çalışmalar da bulunmaktadır (Correa, Hinsley ve De Zuniga, 2010; Ailen vd., 2014; Şentürk, 2017; Memişoğlu, 2022). Bunun yanında gençlerin, yetişkinlerden daha fazla sosyal medya kullanmasının da bağımlılığı arttırdığı belirtilmektedir (Blackwell vd., 2017).

Çalışmamızda kadın öğrencilerin SMBÖ toplam puan ortalamaları erkek öğrencilere göre yüksek olmakla birlikte aralarında istatistiksel bir farklılık belirlenmemiştir. Bunun yanında meşguliyet ve duygu düzenleme alt boyutları ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu durumda kadınların sosyal medyada olup bitenleri oldukça düşündüğü, sosyal medyanın olmadığı hayatı zevksiz bulduğu, sosyal medyayı kontrol etme isteği içerisinde olduğunu, sosyal medyayla sürekli bağlantıda kalmak istediklerini ve belirli bir süre sosyal medyaya girmediğinde sosyal medyaya girme düşüncesinin bu kişileri meşgul ettiği söylenebilir. Duygu durum düzenleme, bireylerin sosyal medyayı kullanırken kişisel problemlerini unuttuğu, yalnızlıklarını giderdiği ve problem yaşadıklarında sığındıkları en iyi yerin sosyal medya olduğunu düşünmeleri olarak tanımlanmaktadır (Tutgun Ünal, 2015). Polonyalı öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmanın sonuçları, kadın öğrencilerin Facebook'u erkek öğrencilere göre daha fazla kullandığını (Biernatowska vd., 2017), Andreassen vd. (2017), kadın olmanın sosyal ağ bağımlılığı ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi olan faktörlerden biri olduğunu göstermiştir. Bundan dolayı çalışmamızda kadınların erkelere göre problem çözme ve baş etmede yetersizlik yaşadığı ve sosyal medyayı kendilerine duygusal destek olarak gördükleri söylenebilir. Hawi ve Samaha (2017), üniversite öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ve yaşam

doyumu ile ilgili yaptığı çalışmada, kadınların erkeklere oranla daha fazla sosyal medya bağımlısı olduğunu belirtmiştir. Ayrıca, sosyal medya bağımlılığı ile yaşam doyumunun negatif etkilendiğini de belirtmiştir. Balcı ve Tiryaki (2014), 494 lise öğrencisinin Facebook bağımlılık düzeylerini ölçtüğü bir çalışmada, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre dikkat, tolerans, geri çekilme, duygu durum düzenleme ve çatışma konusunda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bu çalışmaya ek olarak Tutgun Ünal ve Deniz (2016)'in çalışmalarında da kadınların erkeklere göre meşguliyet ve duygu durum düzenleme puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür.

Çalışmamızda, sınıf ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu, meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma alt boyutlarında da anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın 1. ve 4. sınıf öğrencilerinden kaynaklandığı gözlemlenmiştir. 1. ve 4. Sınıf öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düşük iken 2. ve 3. Sınıf öğrencilerin bağımlılığı fazladır. Literatürde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda bizim çalışmamıza paralel olarak sosyal medya bağımlılığının sınıf düzeyi ile azaldığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Yıldırım, 2019; Azizi vd., 2019). Bunun yanında, Çam ve İşbulan (2012) çalışmalarında üniversite 4. Sınıf öğrencilerinin bağımlılık puan ortalamasının diğer sınıflara göre daha fazla olduğunu belirlemiştir. Bizim çalışmamızda, 1. Sınıf öğrencilerinin yeni çevreye sahip olması nedeniyle daha sosyalleşmeye açık olmaları ve 4. Sınıf öğrencilerinin ise akademik eğitimle birlikte yaş alıp sorumluluklarının artmasıyla bağımlılık oranlarının düşük olduğu düşünülebilir.

Öğrencilerinin SMBÖ toplam puan ve tüm alt boyut ölçek puan ortalamalarının bekar öğrencilerde evli öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiş; medeni durum ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Çalışmamızda evli olanların bağımlılık düzeylerinin düşük olduğu değerlendirildiğinde, evli öğrencilerin ilişkideki paylaşım, sorumluluk, iletişim ve duygusal bağın sosyal medya bağımlılığı azaltan bir unsur olduğundan söz edebiliriz. Schou Andreassen vd., (2016) yapmış olduğu araştırmada bekarların evli olanlara göre daha fazla sosyal medya bağımlılığı gösterdiği sonucuna varılmıştır. Buna ek olarak Sağar (2018), Çay ilçesindeki 200 kişilik 30-70 yaş aralığındaki yetişkin kişilerin sosyal medya bağımlılığı çalışmasında boşanmış kişilerin evli kişilere göre daha fazla

sosyal medya bağımlılığı gösterdiği sonucuna varmıştır. Ayrıca Tiryaki (2015), tarafından yapılan araştırmada kişilerin medeni durumları ile sosyal medya aracı olan Facebook bağımlılığını incelenmiş ve bekarların evlilere nazaran daha fazla Facebook bağımlılığının olduğu sonucuna varmıştır.

Partnerle birliktelik süresi ile sosyal medya bağımlılık ölçeği puan ortalamaları arasındaki farkın istatiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın 109 ay ve üzeri birliktelik süresine sahip olma puan ortalamalarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Meşguliyet ile anlamlı farklılık görünmez iken; duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma boyutlarında da anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Birliktelik süresi arttıkça sosyal medya bağımlığı duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma boyutlarında da azalmaktadır. Bülbül (2022), romantik ilişkisi olan bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini incelediği çalışmasında, ilişki süresinin artmasıyla sosyal medya bağımlılığının azaldığı, bunun nedeninin de uzun süreli ilişkiye sahip kişilerin daha fazla sosyal destek gördüklerini, sosyal medyada vakit geçirmek yerine partnerleriyle vakit geçirmekten doyum aldıklarını belirtmişlerdir. Bu bilgilere paralel olarak Kurt (2019), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrencilerin ilişki sürelerindeki artışla sosyal medyada iletişimi başlatma düzeylerinin azaldığı ve ilişki süresinin artmasıyla sosyal medyada iletişime geçme düzeylerinin de azaldığını belirtmiştir. İlişkideki süre artışı bağlılığın ve paylaşımın arttırdığını düşündürdüğünden, kişilerin sosyal medyaya olan bağlılığını azaltmada etken olduğu düşünülebilir. Bu bulguya paralel olarak çalışmamızda partnerle birlikte yaşayanların bağımlılık düzeylerinin toplam, tekrarlama ve çatışma alt boyutunda düşük düzeyde ve anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı alt boyutu olan "Çatışma", sosyal medya aktivitelerinin kişinin ilişkilerinde, iş/eğitim ve diğer aktivitelerini ve yaşamını olumsuz etkilemesi olarak tanımlanmıştır. Bu bağlamda, çalışmaya katılan öğrencilerden partnerle birlikte yaşayanların bağımlılık seviyelerinin ilişkilerini olumsuz etkileyecek düzeyde olmaması önemli bir bulgudur. Ayrıca sosyal medya kullanıcılarının sanal ortamda zaman geçirme istekleri ile yakınlarıyla zaman geçirme alışkanlıkları arasında negatif yönde ilişki olduğu bulunmuştur (Akçay, 2011).

Sosyal medya erişim aracı ve sosyal medya bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemekle birlikte

meşguliyet ve duygu durum düzenleme alt boyut puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Meşguliyet alt boyutundaki anlamlı farkın mobil cihazlardan kaynaklı olduğu tespit edilmiştir. Sutherland vd. (2018), Amerika Birleşik Devletinde yaptıkları araştırmada, sosyal medya kullanımındaki artışın akıllı telefonların hayatımıza girmesiyle beraber 10 yıl içerisinde %12 den %90'a çıktığını belirtmiştir. Mobil cihazların sesli görüntülü arama, tüm internet uygulamalarına erişimi sağlamada, anında paylaşım, etkileşimde bulunma ve kolay taşınabilirliği açısından hayatımızın bir parçası haline gelmiştir (Al-Menayes, 2015). Bu bilgiler doğrultusunda kişilerde meydana gelen telefondan kopamama, telefonla meşgul olma ve bu meşguliyet ve sosyal medya kullanımının kişinin ruh halini değiştirebileceği düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım sıklığı ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Bu anlamlı farklılığın her gün sosyal medya kullanımından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Bunun yanında sosyal medya bağımlılık düzeyi ve günlük sosyal medyada geçirilen süre arasında da anlamlı farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Özdemir (2019), üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerini incelediği çalışmasında; sosyal medya kullanım süresiyle meşguliyet arasında pozitif yönde ve orta düzeyde; duygu durum düzenleme, çatışma ve sosyal medya bağımlılıkları toplam puanları ile sosyal medya kullanma süresi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bulgularımızı destekleyen çalışmalar incelendiğinde, Ekşi vd. 2019'da yapmış oldukları çalışmada sosyal medya bağımlılığına ait meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma alt boyutlarıyla sosyal medyada geçirilen süre arasında anlamlı farklılaşma olduğu, günde 4-7 saat ve üzeri sürelerde vakit geçiren kullanıcıların 1 saatten az vakit geçiren kullanıcılara göre daha yüksek sosyal medya bağımlılığı gösterdiği tespit edilmiştir. Balcı ve Gölcü (2013), 903 üniversite öğrencisiyle yapmış olduğu çalışmada, Facebook kullanım süresi ve bağımlılık arasında doğrusal bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Literatürde sosyal medya bağımlılığının günlük kullanım süresi ve kullanım sıklığı arasındaki anlamlı farklılığı gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Ağırtaş ve Güler, 2020; Çiftçi, 2018; Gazi ve Çetin, 2017; Özmen, 2019). Öğrencilerin her gün kullanımı ve kullanım saatlerinin az ya da fazla olması bağımlılık üzerinde belirleyici bir unsurdur. Çalışma bulgularımıza

göre, sosyal medyada geçirilen süre ve sıklığın fazla olmasının bağımlılığı arttıran bir unsur olduğu düşünülmektedir.

5.2. Öğrencilerin Genel Sosyotelist Olma Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması

Sosyotelizm, kişinin yemek yerken, arkadaşlarıyla vakit geçirirken, toplantı vs. gibi sosyal ortamlarda odağını telefona vererek kendini ortamdan soyutlaması durumudur (Nazir ve Pişkin, 2016). Bu çalışmada öğrencilerin genel sosyotelist olma toplam puanları min. 15 ve max. 105 puan olup ortalaması 43,91±22,62'dir. GSOÖ alt boyutlarında; nomofobi 16,48±6,46 puan ortalaması ile en fazla puana sahip iken, "problem farkındalığı" alt boyutunun puan ortalaması 8,26±4,38 ile en düşük alt boyutunun puan ortalamasına sahip olduğu saptanmıştır. Bu bilgiler doğrultusunda çalışmamıza katılan öğrencilerin sosyotelizm düzeylerinin "orta düzeyde" olduğunu söyleyebiliriz. Benzer şekilde Alver (2023), hemşirelik öğrencilerin sosyotelist düzeylerini belirlediği çalışmasında; GSOÖ toplam puan ortalamasının 44,06±5,03 olduğunu ve öğrencilerin sosyotelizm düzeylerinin orta düzeyde olduğunu belirlemiştir. Buna ek olarak bir diğer çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyotelist olma düzeylerinin 43,77±14,20 puan ortalaması ile orta düzeyde olduğu "nomofobi" alt boyut puan ortalaması en yüksek puana sahip iken "kişilerarası çatışma" puan ortalamasının düşük olduğu sonucuna varmıştır (Ballı, 2020). Çalışmamızda öğrencilerin nomofobi puanlarının yüksek olması, öğrencilerin akıllı telefonlarına verdikleri öneme ve telefonsuz kendilerini huzursuz hissettiklerine işaret etmektedir. Bunun yanında öğrencilerin problem farkındalıklarının düşük olmasının ise durumun tehlikeli olduğunun yeterince farkında olmadıklarını düşündürmektedir.

Öğrencilerinin GSOÖ puan ortalamaları ile yaş arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın 30 yaş ve üzeri gruptaki kişilerin puan ortalamalarından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Yaş arttıkça sosyotelist olma puanındaki azalma görülmektedir. Yaşın artmasıyla kişilerde meydana gelen farkındalık, telefon kullanım isteğinin azalması, teknoloji bilgisinin yetersizliği gibi konulardan bahsetmek mümkündür. Karaş (2019), 17-77 yaş aralığındaki 1024 kişiyle yaptığı çalışmada, 41 yaş ve üzeri kişilerin sosyotelistizm düzeylerinin yaşla birlikte azaldığı sonucuna varmıştır. Yaşın sosyotelizm ile etkilenmediğini gösteren literatür

çalışmaları da bulunmaktadır (Parmaksız, 2021; Çizmeci, 2017; Rand vd., 2016; AlSaggaf vd., 2019).

Çalışmamızda cinsiyet ile GSOÖ toplam puan ortalaması arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmemekle birlikte "kişiler arası çatışma" alt boyutunda erkeklerin kadınlara göre daha fazla puan ortalamasına sahip olduğu ve anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Alver (2023), hemşirelik öğrencilerinin sosyotelizm ve iletişim becerilerini incelediği çalışmada, erkeklerin kadınlara göre "kişiler arası çatışma" ve "nomofobi" alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Literatürde cinsiyetin sosyotelizm ile ilgili yapılan çalışmalarda farklı sonuçlar görülmektedir. Chotpitayasunondh ve Douglas (2016); Babadağ Savaş ve Alpaslan (2021)'ın yapmış oldukları çalışmalarda, kadınların erkeklere oranla sosyotelizm düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulguların tam tersi şekilde kadın ve erkeklerin sosyotelizm puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığın olmadığı sonuçlar da bulunmaktadır (Polat ve Karasu, 2022; Aykaç ve Yıldırım, 2021). Literatürde bu tarz farklılıkların olması, çalışmaların farklı meslek grubu, kültür ve farklı sosyoekonomik düzeylerinden kaynaklandığı söylenebilir. Erkeklerin kişiler arası çatışmada kadınlara göre daha fazla puan ortalamasına sahip olması, erkeklerin genel olarak problem çözme davranışlarının çatışma üzerine odaklanması nedeniyle olabileceği değerlendirilmiştir.

Öğrencilerin sınıf puan ortalamaları ile GSOÖ puan ortalamaları arasında nomofobi alt boyut puanı dışında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Sarı vd. (2023), üniversite öğrencilerinin sosyotelizme maruz kalma ve sosyotelist olmayla ilgili yaptıkları çalışmada genel sosyotelist olma durumunun ikinci sınıf öğrencilerin birinci sınıflara göre daha fazla anlamlılık düzeyi içerinde olduklarına saptamışlardır. Literatürde sosyotelist davranışların sınıf düzeyi bakımından değerlendirildiği çalışmalarda farklı sonuçlar olduğu saptanmıştır. Han, Park ve Kim (2022), yaptıkları çalışmada 1. sınıf öğrencilerinin üst sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek düzeyde sosyotelist olma davranışında bulunduklarını belirtmişlerdir. Chi vd. (2022), üniversite öğrencilerinin sosyotelist olma durumu ile sınıf arasında anlamlı bir farklılık bulamadıklarını belirtmişlerdir. Literatürde sınıf ve sosyotelizm arasındaki ilişkiye dair farklı kaynakların oluşu sınıf değişkeninin

sosyotelizm davranışını etkileyip etkilemediği konusunda tereddüt doğurduğu değerlendirilmiştir.

Öğrencilerin medeni durum ve GSOÖ puan ortalamaları arasında nomofobi alt boyut puanı dışında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmış olup; bekarların puan ortalamasının evlilere göre yüksek olduğu saptanmıştır. Bekar kişilerin sosyotelist olma durumu evlilere göre daha fazladır. Coyne vd. (2011)'nin partnerlerin aralarında bir şeyler paylaşmak istemeleri ve ilişkilerinin samimiyetini geliştirmeye ihtiyaç duymaları sebebiyle sosyotelist davranışlardan kaçındıkları sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada bekar gençlerin akıllı telefonlarıyla aşırı etkileşim içerisinde olmalarının anlamlı düzeyde iletişim kalitelerini etkiledikleri ve bu durumun da partnerleriyle birlikte yaptıkları bildirilmiştir. Karaş (2019), medeni durum ile sosyotelizm toplam puanı ile birlikte alt boyutlarında da anlamlı farklılık olduğu sonucuna varmıştır. Çalışmamızın sonuçlarının bekarların evlilere göre yüz yüze iletişim kurma ortamlarının evlilere göre az olması dolayısıyla telefonda fazla vakit geçirmeleri (Aydoğdu ve Çevik, 2020) ve yalnızlığın sosyotelizmi pozitif yönde etkilemesinden (Afdal vd., 2019) kaynaklı olduğunu söyleyebiliriz.

Partnerle birliktelik süresi ile GSOÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiş olup bu anlamlı farklılığın 109 ay ve üzeri birliktelik süresine sahip olma puan ortalamalarından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ölçek alt boyutlarından nomofobi ve kişilerarası çatışmada anlamlı farklılık bulunmaz iken; kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Problem farkındalığı ve kendini yalnızlaştırma puan ortalamalarının ilişki süresinin artmasıyla azaldığı belirlenmiştir. GSOÖ toplam ve nomofobi dışındaki tüm alt boyut puan ortalamaları ve partnerle birlikte yaşama durumu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Partnerleriyle birlikte yaşamayanların puan ortalarının birlikte yaşayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yani partnerle birlikte yaşamayanların daha fazla sosyotelist olma, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Coyne vd., (2011)'nin yaptıkları araştırmada birlikte yaşayan partnerlerin birbirleriyle paylaşımda bulunması ve samimiyetlerini geliştirmeye olan ihtiyaç ile sosyotelizm davranışından kaçındıklarını belirtmiştir. Bir diğer çalışmada, aynı evde yaşamayan ve romantik ilişki içerisinde bulunan gençlerin mobil cihazlarla

aşırı iletişim halinde olmalarının, karşılıklı iletişimini azalttığını ve bu durumunla çok fazla karşı karşıya kaldıklarını belirtmiştir (Karataş, 2019). Yine aynı çalışmada evli olmayan gençlerin mobil cihazlarla yoğun iletişim kurmalarının partnerleriyle iletişimlerini azalttığı ve bunu sıklıkla yaşadıkları belirlenmiştir. Alanyazın çalışmalarında evlilerin sosyotelist olma düzeylerinin az olduğunu gösteren çalışmalar bulgularımızı destekler niteliktedir (Karataş, 2019; Coyne vd., 2011; Roberts ve David, 2016; Polat ve Karasu, 2022; Parmaksız, 2022). Aynı evde yaşamayan ve ilişki süresi az olan bireylerde sosyotelizmin fazla olması yeni bir soruna ortam hazırlamaktadır. Kişilerin iletişimini sekteye uğratan sosyotelizm, kişilerde hayal kırıklığına neden olabilmektedir. Bu olumsuz etkilerin bir sonucu olarak sosyotelizm, ikili ilişkileri olumsuz etkileyebilmekte (Guazzini vd., 2019 ; Vanden Abeele vd., 2019) ve algılanan iletişim kalitesini ve ilişki memnuniyetini azaltabilmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018).

Öğrencilerin sosyal medya erişim aracı ile GSOÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte genel sosyotelist olma ölçeğinin alt boyutu olan nomofobide anlamlı farklılık görülmüştür. Bu anlamlı farkın ise mobil cihazlar kullanımı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Aykaç ve Yıldırım (2021), nomofobi ve sosyotelist olma düzeylerini incelediği çalışmada, telefondan uzak kalma korkusu olan nomofobi ile akıllı telefonlar arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Göktaş ve Demirer (2023), yapmış olduğu çalışmada nomofobi ve akıllı telefonlar arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Literatürde sosyal medya erişim aracı ve nomofobi arasında çalışmalar bulunmamaktadır. Günümüzde sosyal medya erişim aracı olan akıllı telefonların her alanda yanımızda olması (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016) nomofobi riskini arttırdığı düşünülebilir.

Öğrencilerin sosyal medya kullanım sıklığı ile GSOÖ toplam ve tüm alt boyut puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın "her gün" sosyal medya kullanan kişilerden kaynaklandığı sonucuna varılmıştır. Gençlerin akıllı telefon kullanım süresine bağlı olarak internet kullanımı, sosyal medya kullanımı ve mobil oyunların oynanmasının artması nedeniyle sosyotelizm insidansının arttığı da görülmektedir (Keyvan ve İmamoğlu, 2022). Literatürde sosyal medya kullanım süresi ile sosyotelizm arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar sınırlı olmasına rağmen akıllı telefon kullanım sıklığı ile

sosyotelizm arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu sonucuna varılan çalışmalar bulunmaktadır (Akın, 2016; Gömleksiz ve Fidan, 2017; Aykaç ve Yıldırım, 2021; Arslan ve Tutgun Ünal, 2013).

Çalışmamızda, sosyal medyada geçirilen süre ile GSOÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılık günlük 4-5 saat ve 6 saat üzeri sosyal medyada zaman geçiren kişiler arasında olduğu görülmüştür. Günlük sosyal medyada dört saat ve fazlası zaman geçirmek sosyotelizm olma riskini arttırmaktadır. Bununla birlikte nomofobi, kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma ve problem farkındalığı GSOÖ alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Griffiths ve Kuss (2017) ergenlerin sosyal medya bağımlılıklarını incelediği çalışmada, sosyal medya kullanım süresinin artmasıyla birlikte sosyotelizm alt boyutu olan nomofobinin de pozitif yönde etkilendiğini belirtmiştir. Araştırmaya katılan ergenlerin çoğunun, sosyal medya kullanımının sıklığının artmasıyla birlikte telefonlarını sık sık kontrol etmesi, sosyal medya ağlarına girememe korkusu yaşadıklarını ve çevrimiçi sosyal etkileşimleri tercih ettiklerini belirtmiştir. Sürenin sıklığı ve her gün kullanımı kişilerde problemli sosyal medya kullanımına neden olabilecek bir faktördür (Avşaroğlu ve Akbulut, 2020). McDaniel ve Coyne (2016) tarafından yapılan araştırmada, problemli sosyal medya kullanımı düzeylerinin yüksek olduğu kişilerin sosyotelist olma düzeylerinin de fazla olduğu belirtilmiştir. Karaş (2021), boş zaman aktivitesi olan sosyal medya kullanımı ve sosyotelizm düzeylerini incelediği çalışmasında, günlük sosyal medya kullanımı ile sosyotelizm arasında anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Günlük sosyal medyada geçirilen sürenin artmasıyla sosyotelizm düzeylerinin de arttığı sonuçlanmıştır. Sosyal medyada geçirilen sürenin fazlalığıyla beraber uygulamaların aktif kullanılması, bildirimlerin kişinin dikkatini çekmesi, etkileşimde bulunmanın kolaylığı nedeniyle sosyotelizmin artışına neden olduğu düşünülebilir.

5.3. Öğrencilerin İlişki Doyum Ölçeği Puan Ortalaması ile Tanıtıcı ve Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Özelliklerinin Tartışılması

Çalışmamızda öğrencilerin ilişki doyumu ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 30,03 olup, İDÖ'nden alınabilecek puanlar min 12, max 49'dur. Bu sonuç, öğrencilerin ortalamanın üzerinde ilişki doyumuna sahip olduklarını göstermektedir. Dinçsoy (2021), üniversite öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumlarını

incelediği çalışmasında, öğrencilerin ilişki doyumu puan ortalaması 35,36 iken Aksoy (2021)'un çalışmasında ilişki doyum puanını 33,88 olarak belirlenmiştir. Yapılan çalışmalar doğrultusunda elde ettiğimiz ilişki doyum puanlarının üniversite öğrencilerinde orta-iyi düzeyde olduğu söylenebilir. Çalışmamıza katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeyinin düşük ve sosyotelist olma düzeyinin de orta seviyede belirlendiği göz önüne alındığında; öğrencilerin ilişki doyumu puanının iyi seviyede olması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilmiştir.

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaşı ile İDÖ puan ortalaması arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Bu anlamlı farklılığın öğrencilerin 30 yaş ve üzeri kişilerde olduğu tespit edilmiştir. Yani kişilerdeki yaşın artması ile birlikte ilişkideki doyumlarında da artış görülmektedir. Yaşın ilerlemesiyle romantik ilişki doyumunun da yükseldiği yani romantik ilişki doyumu ile yaş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (Atıcı ve Özbiçer, 2018). Literatürde bu bilgilere ters düşen çalışmalar da bulunmaktadır (Çakır, 2008; Güler, 2015; Özbiçer, 2013). Bülbül (2022), çalışmasında İDÖ puan ortalaması ve yaş faktörü arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. 45 yaş üzeri katılımcılarının 18-33 yaş grubundaki katılımcılarından daha az ilişki doyumuna sahip olduğu sonucuna varmıştır.

Öğrencilerin İDÖ puan ortalamaları ve cinsiyet puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet faktörü açısından anlamlı farklılığın erkeklerin puan ortalamasının kadınların puan ortalamasından fazla olduğu görülmektedir. Yani erkeklerin ilişkiden aldıkları doyum kadınların aldığı ilişki doyumundan fazla olduğunu göstermektedir. İlişki doyumu ve cinsiyet arasındaki ilişkiye odaklanan bir meta analiz çalışmasında kadınların erkeklere göre ilişkilerinden daha az memnun oldukları belirlenmiştir. (Jackson vd., 2014).

Öğrencilerin sınıf düzeyleri ve İDÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiki olarak anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Sınıflar arası puan ortalaması açısından, 3. ve 4. sınıfa giden üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu 1. ve 2. sınıf öğrencilere kıyasla daha fazla olduğu görülmüştür. Kuru (2022), üniversite öğrencilerin ilişki doyumu düzeylerini ölçme çalışmasında; lisans 4. sınıf öğrencilerinin ilişki doyumunun daha fazla olduğu sonucuna varmıştır. Buna ek olarak Feeney (2002), yaptığı çalışmada, ilişki doyumu ile kişilerin eğitim düzeylerini karşılaştırıldığında

sonuç olarak doğrusal bir ilişki tespit etmiştir. Ayrıca Eken (2019), yaptığı çalışmada eğitim düzeyinin artmasıyla ilişki doyumunun da paralel olarak arttığına dair sonuçlar elde etmiştir. Yani sınıflar arasındaki bu farklılık, öğrencilerin eğitim düzeylerinin artması, yaş faktörünün de göz önünde bulundurulmasıyla ilişki doyumunu arttırdığı söylenebilir.

İlişki doyum ölçeği ile öğrencilerin medeni durumu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiş ve evlilerin bekarlara oranla daha fazla puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. Yani, evlilerin bekarlara oranla daha fazla ilişki doyumuna sahip olduğu sonuçlanmıştır. Bunun yanında çalışmamızda ilişki doyum ölçeği ile partnerle birlikte yaşama durumu puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bir önceki bulgu ile paralel olarak partnerle birlikte yaşayan kişilerin partnerle birlikte yaşamayanlara oranla daha fazla ilişki doyumuna sahip olduğu belirlenmiştir. Partnerle birlikte yaşama durumu ilişki doyumunu arttıran bir faktör olduğundan bahsedebiliriz. Üncü (2007), yapmış olduğu nicel çalışmada, çiftlerin birlikte vakit geçirme sürelerinin artmasıyla ilişkideki doyumun da arttığı sonucuna varmıştır. Evlilik, aynı evde yaşama, birlikte geçirilen zamanın artışı ilişki doyumunu pozitif yönde etkileyen bir faktör olduğu söylenebilir. Bülbül (2022), yaptığı çalışmasında sevgili, nişanlı ve evli olan kişilerin ilişki doyumunda evlilerin, sevgili ve nişanlılara; nişanlıların da sevgilisi olanlara göre daha fazla ilişki doyumuna sahip olduklarını tespit etmiştir. Yiğit ve Çelik (2016), evli çiftlerin ilişki doyumlarının bekar çiftlerden daha fazla doyuma sahip olduklarını belirtmiştir. Bulgular değerlendirildiğinde, bekarların aidiyet duygusunun gelişmiş olmaması, ilişkiye dair problemleri çözme konusunda netleşmiş olmamaları ve ilişkinin devamlılığına dair belirsizliğin varlığı ile açıklanabilir.

Öğrencilerin İDÖ puan ortalamaları ile partnerle birliktelik süresi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılık 1-12 ay ve 109 ay ve üzeri ilişki süresine sahip kişi gruplarından kaynaklandığı sonuçlanmıştır. 1-12 ay süreli birliktelik puan ortalaması düşük bununla paralel ilişki doyumunun da düşük olduğunu, 109 ay ve üzeri ilişkisi sahip kişi grubunda puan ortalamasının yüksekliği bizlerde ilişki doyumunun fazla olduğunu göstermektedir. Batman Kavak (2020)'ın yaptığı çalışmasında, ilişki doyumu ve ilişki süresi arasında doğru orantılı bir ilişki olduğundan bahsetmiştir. Ayrıca Eken (2019),

ilişki süresinin artmasıyla ilişki doyumunun yükseldiğini bununla beraber partnerlerin gerçekçi olmayan, şüpheci, takıntılı düşüncelerindeki azalmaların olduğundan da bahsetmiştir. Bakçepınar (2019), yapmış olduğu çalışmada partnerlerin ilişki doyumu üzerinde ilişkinin süresi önemli bir değişken olduğuna değinmiştir. Uzun süreli ilişkilerde çiftlerin birbirini daha rahatlıkla anlayabildiği, biriken ortak yaşantıların varlığı gibi faktörlerin ilişki doyumunu arttırdığı söylenebilir.

Öğrencilerin sosyal medya kullanım süresi (yıl) ile İDÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Son 1-3 yıl içerisinde sosyal medya hesabına sahip olan kişilerin, son 13 yıldır sosyal medyaya sahip olan öğrencilere göre daha fazla ilişki doyumlarının oldukları saptanmıştır. Sosyal medya hesabına yakın tarihte sahip olmak, sosyal medyada olup bitenleri merak etme, yönelme durumunun ilişki doyumunu azalttığı düşünülebilir.

Bu çalışmada, İDÖ puan ortalaması ile günlük sosyal medyada geçirilen süre puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Günlük sosyal medyada geçirilen sürenin 4-5 saat ve üzeri grup puan ortalamasından anlamlı farklılık olduğu sonuçlanmıştır. Günlük sosyal medyada 4-5 saat ve üzeri geçiren kişilerin ilişki doyumlarının da az olduğu görülmektedir. Literatürdeki çalışmalara baktığımızda; Kurt (2019), günlük sosyal medyada geçirilen sürenin artması ile ilişki doyumunda azalmanın olduğundan söz etmiştir. Buna ek olarak Akçay (2011), sosyal medyada geçirilen sürenin ilişkilerdeki yüz yüze iletişimi sekteye uğratarak ilişkilerini zedelediklerini buna rağmen sosyal medyada vakit geçirdiklerini belirtmiştir. Yapılan alanyazın çalışmaları ve bulguları sonucunda sosyal medyada geçirilen zamanın artması ilişkideki iletişimi sekteye uğrattığı, partnerlerin birlikte geçirilen zamandan alınan verimi azalttığı, odağın partnerden sosyal medyaya yönelmesinden kaynaklı kıskançlık ve duygusal tatminsizlik kişilerin ilişki doyumunun azalmasına neden olduğu düşünülmektedir.

5.4. SMBÖ, GSOÖ ve İDÖ Puan Ortalamalarının Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışılması

Tablo 4.8'de Öğrencilerin SMBÖ ile GSOÖ ve İDÖ puan ortalamaları arasındaki korelasyon analizi sonuçları görülmektedir. Tabloya göre, sosyal medya bağımlılığı ve genel sosyotelist olma arasında pozitif yönde anlamlı ve yüksek düzeyde ilişki olduğu anlaşılmıştır (r=0,742; p<0,001). Çünkü Büyüköztürk`e (2018) göre korelasyon kat sayısı 0,00-0,30 arasında ise düşük düzeyde ilişki, 0,30-0,70 arasında ise orta düzeyde ilişki ve 0,70-1,00 arasında ise yüksek düzeyde ilişki bulunmaktadır. Genel sosyotelist olma ve ilişki doyumu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir (r=-0,154; p<0,001). Yine bu sonuçlara göre, sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu ortalamaları arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir (r=-0,190; p<0,001).

Sosyal medya bağımlılığı ile genel sosyotelist olma ölçekleri arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir (r=0,742; p<0,001). Sosyal medya bağımlılığın artması ile birlikte genel sosyotelist olma düzeyi de artmaktadır. Tanhan vd. 2023, sosyal medya bağımlılığı ile sosyotelizmin arasındaki ilişkiyi incelediği 385 üniversite öğrencisiyle sosyal medya bağımlılığının sosyotelizm ile pozitif yönde etkilendiğini belirtmiştir. Franchina vd. (2018), ergenler üzerinde yaptığı bir araştırmada, sosyal medyadaki gelişimleri kaçırma korkusu (GKK) ile sosyotelist davranışları arasında da pozitif yönlü bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Sosyal medyanın ve internet bağımlılığının sosyotelizmin önde gelen nedenleri arasında görünmektedir (Işık, 2018). Çalışmamızın bulguları ışığında; sosyal medyanın sosyotelizm davranışının önemli yordayıcılarından biri olduğudur. Literatürde doğrudan sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığına dair çalışmaların olmaması, çalışmamızın literatüre bilişsel esneklikle katkı saylayacağından söz edebiliriz.

Genel sosyotelist olma ile ilişki doyumu ölçeği arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir (r=-0,154; p<0,001). Sosyotelizm düzeyindeki artış ilişki doyumunu azaltmaktadır. Wang vd. (2017), 243 evli çift ile yapmış olduğu ilişki doyumu ve sosyotelizm arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında; sosyotelizm ve ilişki doyumu arasında negatif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Chotpitayasunondh ve Douglas (2018), temel ihtiyaç olan aidiyet duygusunun ilişki doyumu ve sosyotelizm arasında aracı rolü olduğuna değinmiştir. Bir diğer

çalışmada akıllı telefonların çatışma aracı rolüyle ilişki doyumu ve sosyotelizmi negatif yönde etkilediği sonucuna varılmıştır (Roberts ve David, 2016). Ballı (2020), üniversite öğrencilerinin sosyotelizm düzeylerini incelediği çalışmada iletişim kalitesi ve sosyotelizmin negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı yordandığını belirtmiştir. Sosyotelizmin genellikle akıllı telefonla ilgili çatışmalara neden olduğu için (Halpern ve Katz, 2017 ; Roberts ve David, 2016 ; X. Wang vd., 2017) ilişki doyumu üzerinde negatif yönde etkisi olduğu bulunmuştur (Halpern ve Katz, 2017 ; Roberts ve David, 2016). Çalışmalar sonucu ve araştırmalara baktığımızda sosyotelizm ve ilişki doyumunun doğrudan bir ilişkisi yok iken farklı aracı rollerle birlikte negatif yönde etkilendikleri söylenebilir.

Sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-0,190$; $p<0,001$). Sosyal medya bağımlılığın artmasıyla ilişki doyumu da azalmaktadır. Griffiths vd. (2021), sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumunu incelediği çalışmasında depresyon, anksiyete ve stresin sosyal medya bağımlılığının ilişki doyumuna etkisinin anlamlı olduğunu saptamıştır. Sosyal medyanın sorunlu kullanımının psikolojik sorunlarla birlikte ve ilişki doyumunun üzerinde negatif etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bülbül (2022), romantik ilişki içerisindeki üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığını incelediği çalışmasında sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumu arasında negatif yönde bir anlamlılık olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca sosyal medyada geçirilen sürenin artması romantik ilişki doyumunu azalttığı belirtilmektedir (Öztürk, 2015). Literatürde sosyal medya bağımlılığı ve ilişki doyumunun anlamlı yönde etkilenmediğini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Norton ve Baptis, 2014; Dinçsoy, 2021; Ekinci, 2022; Kaya, 2022).

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı, sosyal medya bağımlılığı ile ilişki doyumu düzeylerinin incelendiği çalışmamızda aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin;

- %34,2'sinin 18-21 yaş aralığında ve 25,33 yaş ortalamalarına sahip olduğu, %48,9'unun kadın, %51,1'inin erkek, %39,2'sinin 1. sınıf ve %76,6'sının bekar olduğu,
- %68,9'unun lisans mezunu, %68,2'sinin ailesiyle evde yaşadığı ve %51,8'inin geliri giderden az olduğu, %52,4'ünün 1-12 ay aralığında aynı partnerle birlikte olduğu, %26,8'inin partneriyle birlikte yaşadığı,
- Tamamının akıllı telefon ve sosyal medya kullandığı, sosyal medyaya erişim aracı olarak %80,3'ünün sadece mobil cihazları tercih ettiği ve sosyal medya hesabına sahip olma yılının ortalama 8 yıl 4 ay olduğu,
- %85'inin sosyal medyayı her gün kullandıkları, %36,1'inin günlük 2-3 saatini sosyal medyada geçirdiği ve öğrencilerin sosyal medyada günlük 4 saat 14 dakika zaman harcadığı,
- SMBÖ puan ortalamasının 90,93±31,96 ve SMBÖ alt ölçek puan ortalamalarının meşguliyet 30,91 ±10,35, duygu durum düzenleme 12,31±5,03, tekrarlama 10,78±4,6, çatışma 36,92±15,91 olduğu,
- Öğrencilerin SMBÖ %33,7'sinde bağımlılık olmadığı, %36,1'inin az bağımlı, %23,2'sinin orta bağımlı, %6,6'sının yüksek bağımlı ve %,5'inin çok yüksek bağımlı olduğu,
- SMBÖ toplam ve tüm ölçek alt boyutları puan ortalamalarının yaş, sınıf, medeni durum, sosyal medya kullanım sıklığı, günlük sosyal medyada geçirilen süreye göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- SMBÖ alt boyutlarından meşguliyet ve duygu durum düzenleme alt boyut puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,

- SMBÖ puan ortalamalarının, eğitim durumu, yaşadığı ortam, gelir durumu, sosyal medya kullanım süresine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği,
- SMBÖ toplam puan ve duygu durum düzenleme, çatışma ve tekrarlama alt boyut puan ortalamalarının partnerle birliktelik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- SMBÖ toplam puan ve çatışma ve tekrarlama alt boyut puan ortalamalarının partnerle birlikte yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- SMBÖ toplam puan ve meşguliyet ve duygu durum düzenleme alt boyut puan ortalamalarının sosyal medya erişim aracına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- GSOÖ toplam puan ortalamasının 43,91±22,62, nomofobi alt boyutu puan ortalamasının 16,48±6,46, kişilerarası çatışma alt boyutu puan ortalamasının 9,20±5,59, kendini yalnızlaştırma alt boyutu puan ortalamasının 9,97±6,19 ve problem farkındalığı alt boyutu puan ortalamasının 8,26±4,38 olduğu,
- GSOÖ toplam ve tüm ölçek alt boyutları puan ortalamalarının yaş, sosyal medya kullanım sıklığı, günlük sosyal medyada geçirilen süreye göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- GSOÖ toplam ve tüm ölçek alt boyutları puan ortalamalarının eğitim durumu, yaşadığı ortam, gelir durumu, sosyal medya kullanım süresine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği,
- GSOÖ kişilerarası çatışma alt boyut puan ortalamasının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- GSOÖ toplam ve kişilerarası çatışma, kendini yalnızlaştırma, problem farkındalığı puan ortalamalarının sınıf, medeni durum ve partnerle birliktelik süresi, partnerle birlikte yaşama durumu göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- GSOÖ nomofobi alt boyut puan ortalamasının sosyal medya erişim aracına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- İDÖ toplam puanının 30,03±9,18 olduğu,

- İDÖ puan ortalamaları ile yaş, cinsiyet, sınıf, medeni durum, partnerle birliktelik süresi, partnerle birlikte yaşama durumu, sosyal medya kullanım süresi, sosyal medyada geçirilen süreye göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği,
- İDÖ puan ortalamaları ile eğitim durumu, yaşadığı ortam, gelir durumu, sosyal medya erişim aracı, sosyal medya kullanım sıklığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği,
- SMBÖ ile GSOÖ puan ortalamaları arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde, SMBÖ ile İDÖ puan ortalamaları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde, GSOÖ ile İDÖ puan ortalamaları arasında negatif yönde ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

Bu çalışmanın sonuçlarına göre;

- Öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin yaş, sınıf, medeni durum, sosyal medya kullanım sıklığı, günlük sosyal medyada geçirilen süre değişkenlerine göre farklılık gösterdiği değerlendirildiğinde, öğrencilerin sosyal medya bağımlılığından korunmasına yönelik farkındalık eğitimlerinin planlanmasında bu değişkenlere yönelik içerik hazırlanması,
- Öğrencilerin yaklaşık yarısından fazlasınınım henüz bağımlı olmadığı ya da az bağımlı olduğu değerlendirildiğinde; koruyucu ruh sağlığı kapsamında bağımlılığı önlemek amacıyla üniversite öğrencilerine yönelik seminer, çalıştay programlarının düzenlenmesi,
- Sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm konularının hemşirelik öğrencilerin lisans eğitim müfredatında ele alınması,
- Öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelist davranışları arasında pozitif yönde ilişki olduğu değerlendirildiğinde; öğrencilerin sosyal medya kullanımını azaltmaya ilişkin önleyici müdahale çalışmaların planlanması,
- Öğrencilerin ilişki doyum düzeylerinin yaş, cinsiyet, sınıf, medeni durum, partnerle birliktelik süresi, partnerle birlikte yaşama durumu, sosyal medya kullanım süresi, sosyal medyada geçirilen süreye göre farklılık gösterdiği, ilişki doyumu ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönde ilişki varlığı

değerlendirildiğinde; öğrencilerin riskli gruplar açısından değerlendirilmesine yönelik taramaların ve önleyici çalışmaların planlanması,

- Öğrencilerin sosyal medya kullanımı ve sosyotelist davranış özelliklerini derinlemesine incelemek amacıyla fenomenolojik çalışmaların yapılması önerilmektedir.

7. KAYNAKÇA

Aagaard, J. (2019). Digital akrasia: a qualitative study of phubbing. Ai & Society, 35, 237-244. https://doi.org/10.1007/s00146-019-00876-0

Abeele, M. V. (2020). The social consequences of phubbing. The Oxford handbook of mobile communication and society, 158-174.Vardar E. Egzersiz bağımlılığı. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi 2012; 21 (3): 163- 173.

Abeele, M., Antheunis, M., & Schouten, A. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. COMPUTERS IN HUMAN BEHAVIOR, 62, 562–569. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.005

Ač-Nikolić, E., Zarić, D., & Nićiforović-Šurković, O. (2015). Prevalence of Internet addiction among schoolchildren in Novi Sad. Srpski arhiv za celokupno lekarstvo, 143(11-12), 719-725. https://doi.org/10.2298/SARH1512719A

Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Zadrian, A., Sukmawati, I., Zikra, Z., ... & Syahputra, Y. (2019). An analysis of phubbing behaviour: Preliminary research from counseling perspective. Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 295, 270- 273.

Ağırtaş, A., & Güler, Ç. (2020). Sosyal medya kullanan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sosyal kaygı durumlarının değerlendirilmesi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *17*(1), 76-89.

Akar, E. (2010). Sosyal Medya Pazarlaması, Ankara: Efil Yayınevi.

Akbağ, M., & Sayıner, B. (2021). Dijital teknolojinin yansımaları: Ebeveyn teknoferansı ve sosyotelizmi. Humanistic Perspective, 3 (3), 753-778. https://doi.org/10.47793/hp.996220

Aksoy, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinde ilişki doyumu ile narsisistik kişilik özellikleri ilişkisinin incelenmesi (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Aktan, E. (2018). Sosyal medya ve sosyal kaygı: Sosyal medya kullanıcıları üzerine bir araştırma. Selçuk İletişim, 11(2), 35-53.

Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Erciyes İletişim Dergisi, 5(4), 405-421. https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.379886

Aljasir, S. (2022). Present but absent in the digital age: testing a conceptual model of phubbing and relationship satisfaction among married couples. Human Behavior and Emerging Technologies, 2022, 1-11. https://doi.org/10.1155/2022/1402751

Al-Menayes, J. J. (2015). Dimensions of social media addiction among university students in Kuwait, Psychology and Behavioral Sciences. 4 (1): 23− 28.

Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R., & Wiener, K. (2019). Trait boredom is a predictor of phubbing frequency. Journal of Technology in Behavioral Science, 4, 245-252.

Altınok, A. (2014). Genç yetişkinlerin romantik ilişki doyumları ile anne-baba çatışmasını algılamaları arasındaki ilişkide problem çözme tarzları ve ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançların aracı rolü. Document ID (Org No.): 2000070615

Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. Addictive behaviors, 64, 287-293. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006

Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. Psychological reports, 110(2), 501-517. https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517

APA, A. P. A. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. The American Psychiatric Association.

Arroyo, A., & Harwood, J. (2010). Communication competence mediates the link between shyness and relational quality. Personality and individual differences, 50(2), 264-267. https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.041

Aslan, A. ve Küçükvardar, M. (2020). Dijital hastalıkların tespitinde etik bir model önerisi. AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi, 10(39), 9-22

Atak, H. ve Çok, F. (2010). A new period in human life: Emerging adulthood. Journal of Childhood and Adolescence Mental Health, 17(1), 39-50.

Avcı, Ö. H. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Öncesi İlişkilerde Problem Yaşadıkları ve Eğitim Almak İstedikleri Konular*. Ege Eğitim Dergisi, 15(1), 279-299.

Avşaroğlu, S. ve Akbulut, Ö. F. (2020). Sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. International Social Sciences Studies Journal, 6(65), 2879–2902. http://dx.doi.org/10.26449/sssj.2456

Aydoğdu, F., & Çevik, Ö. (2020). Okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist davranışlarının, sosyotelizme maruz kalma ve yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. Humanistic Perspective, 2(3), 219-230. https://doi.org/10.47793/hp.810850

Aydoğdu, F., & Yaşar, S. (2022). Ergen Sosyotelist Davranışlarının (Phubbing) Yordayıcıları Olarak Ebeveyn Sosyotelizmine Maruz Kalma ve Empati. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (56), 401-425. https://doi.org/10.9779/pauefd.1042303

Aykaç S, Yıldırım Ş. (2021). Gelişen dünyada nomofobi ve sosyotelist olma sosyotelizme maruz kalmanın etkileri. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21 (1), 243-256. https://doi.org/10.17240/aibuefd.2021.21.60703-780598

Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. BMC psychology, 7(1), 1-8.

Babadağ Savaş B, Balcı Alparslan G. (2022). Yeni bir kavram dijital demans: Hemşirelik öğrencilerinin dijital demans durumu. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 30 (6), 415-420. https://doi.org/10.17942/sted.620527

Bagwell, C.L., Newcomb, A.F. & Bukowski, W.M. (1998). Preadolescent Friendship and Peer Rejection As Predictors of Adult Adjustment. Child Development, 69(1), 140-153. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1998.tb06139.x

Bai, Q., Bai, S., Dan, Q., Lei, L., & Wang, P. (2020). Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. Personality and Individual Differences, 155, 109622. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109622.

Balcı, Ş. & Tiryaki, S. (2014). Facebook addiction among high school students in Turkey. IISES- The International Institute of Social and Economic Sciences: Vienna 10th Academic Conference, Vienna, Austria, June 3-6, 2014, pp.120-134.

Baltaci, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. International Journal of Progressive Education, 15(4), 73-82.

Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. Journal of marital and family therapy, 33(4), 482-500. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2007.00033.x

Bat, M. (2012). Dijital platformda sosyal medyanın stratejik kurumsal iletişime etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi. (Tez No: 302862).

Bayer, J. B., Triệu, P., & Ellison, N. B. (2020). Social media elements, ecologies, and effects. Annual review of psychology, 71, 471-497. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050944

Bekiroğlu, H. A. (2011). Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı bağlamında sosyal medya kullanımı: Gümüşhane Üniversitesi üzerine bir araştırma. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi.

Bektaş, M. (2018). Davranışsal Bağımlılık: Tanımı, Türleri ve Sınıflandırılması. Bir Kamu Politikası Olarak Bağımlılıkla Mücadele. Ateş H. & Koçak A. (Editörler). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Ben-Yehuda, L., Greenberg, L., & Weinstein, A. (2016). Internet addiction by using the smartphone-relationships between internet addiction, frequency of smartphone use and the state of mind of male and female students. Journal of Reward Deficiency Syndrome & Addiction Science, 2(1), 22-27.

Biernatowska, A., Balcerowska, J. M., & Bereznowski, P. (2017). Gender differences in using Facebook—preliminary analysis. https://depot.ceon.pl/handle/123456789/13177

Bilge, Y., Baydili, K., & Gmktaş, S. (2020). Sosyal medya bağımlılığını yordamada anksiyete, stres ve günlük sosyal medya kullanımı: Meslek yüksekokulu örneği. Bağımlılık Dergisi, 21(3), 223-235.

Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. The Journal of International Scientific Researches, 3(3), 237-247. https://doi.org/10.23834/isrjournal.452045

Blackhart, G.C., Nelson, B.C., Knowles, M.L., & Baumeister, R.F. (2009). Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: A meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. Personality and Social Psychology Review, 13(4), 269-309. https://doi.org/10.1177/1088868309346065

Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C. and Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. Personality and ındividual differences, 116, 69-72. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039

Bouffard, S., Giglio, D., & Zheng, Z. (2022). Social media and romantic relationship: Excessive social media use leads to relationship conflicts, negative outcomes, and addiction via mediated pathways. Social Science Computer Review, 40(6), 1523-1541. https://doi.org/10.1177/08944393211013566

Bozkurt, H., Şahin, S., & Zoroğlu, S. (2016). İnternet bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. Çağdaş Tıp Dergisi, 6(3), 235-247. https://doi.org/10.16899/ctd.66303

Burgoon, J.K., & Jones, S.B. (1976). Toward a theory of personal space expectations and their violations. Human Communication Research, 2(2), 131-146.

Bülbül Ö. (2022), Romantik İlişkisi Olan Bireylerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyleri, İlişki Doyumu ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tez Çalışması, Marmara Üniversitesi).

Bülbül, Ö. (2022). Romantik ilişkisi olan bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri, ilişki doyumu ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Order No. 29443265)

Büyükgebiz Koca, & Tunca (2019). İnternet Ve Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrencilerin Performanslarına Etkileri Üzerine Bir Yazın Taraması. Suleyman Demirel University Journal of Faculty of Economics & Administrative Sciences, 24(1).https://orcid.org/0000-0001-6944- 8266

Büyüköztürk Ş. (2018). Veri analizi. ANKARA: Veri analiz el kitabı. Pegem Akademi.

Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. Journal of communication, 55(4), 721-736. https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x

Chen, Y., Li, R., Zhang, P., & Liu, X. (2020). Durumluk Bağlanma Kaygısı ve Kaçınmanın Sosyal Kaygı ile Sosyal Ağ Siteleri Bağımlılığı Arasındaki Düzenleyici Rolü. Psikolojik Raporlar , 123 (3), 633–647. https://doi.org/10.1177/0033294118823178

Chi, L. C., Tang, T. C., & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: A cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. Current Psychology, 41(2), 1112-1123.

Chotpitayasunondh V, Douglas KM. (2016). How "Phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. Computers in Human Behavior, 63, 9-18. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How "Phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. Computers in Human Behavior, 63, 9-18. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). Computers in Human Behavior, 88, 5-17. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020.

Christensen, A. & Shenk, J. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in non-distressed, clinic and divorcing couples. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 59, 458-463

Collins, W. A. (2003). More than mythThe developmental significance of romantic relationships during adolescence. Journal of research on adolescence, 13(1), 1-24. https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001

Correa, T., Hinsley, A. W., & De Zuniga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. Computers in human behavior, 26(2), 247-253. https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.09.003

Curun, F. (2001). The Effects of Sexism and Sex Role Orientation on Romantic Relationship Satisfaction (Unpublished master's thesis). Middle East Technical University, Ankara. https://hdl.handle.net/11511/12102

Cutrona, C. E. (1996). Social support as a determinant of marital quality. In Handbook of social support and the family (pp. 173-194). Springer, Boston, MA.

Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal, 4(39).

Çalışır, G. (2014). Sosyal Medyada Benlik İnşası, Sunumu ve Tüketimi. The Effect of Digital Communication (s. 176-186). İstanbul: International Academic Conference. https://hdl.handle.net/20.500.12440/2129

Çam, E., & Isbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, 11(3), 14-19.

Çiftçi, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 7 (4), 0-0. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/mjss/issue/43010/520789

Çizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Phubbing behavior and relationship satisfaction. The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication, 7(2), 364-375. DOI NO: 10.7456/10702100/018

Dalkıran, İ. (2016). Bir İletişim Aracı Olan Sosyal Medyanın Halkla İlişkiler Ekseninde Türk Markaları Tarafından Kullanımı: Ülker ve Eti Üzerinden Bir İnceleme. İletişim Çalışmaları Dergisi, 2 (2), 1-24. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/icd/issue/46149/580659

Davey, S., Davey, A., Raghav, S. K., Singh, J. V., Singh, N., Blachnio, A., & Przepiórkaa, A. (2018). Predictors and consequences of "Phubbing" among adolescents and youth in India: An impact evaluation study. Journal of family & community medicine, 25(1), 35. https://doi.org/10.4103%2Fjfcm.JFCM_71_17

David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. Journal of the Association for Consumer Research, 2(2), 155– 163.

Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Computers in human behavior, 17(2), 141–224. https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8

Demir, S., & Kocaman Yıldırım, N. (2014). Psikiyatri Hemşirelerinin Profesyonel Davranışlarının Belirlenmesi. Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemsireleri Dernegi, 5(1).

Demirci, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Madde Bağımlılığı ve İntihar İlişkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Dikmen, M. (2021). COVID-19 pandemisinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki rolünün incelenmesi: Bir yapısal eşitlik modeli. Bağımlılık Dergisi, 22(1), 20-30. https://doi.org/10.51982/bagimli.790750

Dobrean, A., & Păsărelu, C. R. (2016). Impact of Social Media on Social Anxiety: A Systematic. New developments in anxiety disorders, 129.

Doğan, T. (2021). İnternet ve sosyal medya kullanım sıklığının yeme bozuklukları, beden algısı ve yeme davranışı ile ilişkisinin değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

Durar, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının depresyon ve sosyal fobi ile ilişkisi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). ID: 2000162963

Düvenci, A. (2012). Ağ Neslinin Internet kullanımı üzerindeki Sosyal Medya Etkisinin Sosyal Sapma yaklaşımı Ile Incelenmesi (Order No. 28513821). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2564555771). https://www.proquest.com/dissertations-theses/ağ-neslinin-internet-kullanımı-üzerindeki-sosyal/docview/2564555771/se-

Ekşi, H., Turgut, T., & Sevim, E. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinde Genel Erteleme Davranışlarının Aracı Rolü. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 6(3). DOI 10.15805/addicta.2019.6.3.0069 σ 2019 σ 6(3) σ 717–745

Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. Cyberpsychology, behavior, and social networking, 14(11), 631-635.

Er, B., Yıldız, K., & Güzel, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Bir Etkinlik Alanı Olarak Sosyal Medya Kullanım Amaçlarının İncelenmesi. Gümüshane University Electronic Journal of the Institute of Social Science/Gümüshane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi, 10(1).

Erbaşlar, G. (2013). Sosyal Medya Mısınız? Asosyal Medya Mısınız?. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Erikson, E. H. (1968). Identity, Youth and Crisis. New York: W. W. Norton Company

Esen, E. (2010). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi (Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü). http://hdl.handle.net/20.500.12397/7092

Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). Ideals, perceptions, and evaluations in early relationship development. Journal of personality and social psychology, 79(6), 933. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.79.6.933

Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of Missing Out as a Predictor of Problematic Social Media Use and Phubbing Behavior among Flemish Adolescents. International journal of environmental research and public health, 15(10), 2319. https://doi.org/10.3390/ijerph15102319

Frangos, C. C. (2009). Internet dependence in college students from Greece. European Psychiatry, 24, S419.

Fu, X., Liu, J., Liu, R. D., Ding, Y., Hong, W., & Jiang, S. (2020). The impact of parental active mediation on adolescent mobile phone dependency: A moderated mediation model. Computers in Human Behavior, 107, 106280. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106280

Gazi, M. A. ve Çetin, M. (2017). The research of the level of social media addiction of university students. International journal of social sciences and education research, 3(2), 549-559. https://doi.org/10.24289/ijsser.279705

Göksün, D. O. (2019). Sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma ölçeklerinin Türkçe'ye uyarlanması. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21(3), 657-671

Göktaş, H., Demirer, V. (2023). Lise Öğrencilerinin Nomofobi, Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Akademik Başarı Düzeyleri Arasındaki İlişki. Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama. 13 (1), 209-232

Göktaş, M., Şendoğan, B. & Yüksel Gen, D. (2022). Romantik İlişki İçerisindeki Partnerlerin Vakit Geçirme Tercihlerinin Yordanmasında Sosyal İlgi, Algılanan İlişki Doyumu, Eğlencelilik ve Çatışma Çözüm Stillerinin Etkisi. Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 5 (1), 29-48. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/apdad/issue/71082/954486

Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. The American journal of drug and alcohol abuse, 36(5), 233-241. https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491884

Griffiths, M. (1995, February). Technological addictions. In Clinical psychology forum (pp. 14-14). Division of Clinical Psychology of the British Psychol Soc.

Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance use, 10(4), 191-197. https://doi.org/10.1080/14659890500114359

Griffiths, M. D., & Kuss, D. (2017). Adolescent social media addiction (revisited). Education and Health, 35(3), 49-52.

Griffiths, M. D., Pontes, H. M., & Kuss, D. J. (2016). Online addictions: conceptualizations, debates, and controversies. Addicta: the turkish journal on addictions, 3(2), 1-14. http://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0101

Güler, Ç., & Sevinç, S. (2022). Tele-Hiçleme (Phubbing) Davranışına Maruz Kalmanın Öğrenme-Öğretme Süreçlerine Etkilerine İlişkin Algılar. Ege Eğitim Teknolojileri Dergisi, 6(1), 77-89.

Gürcan, T, (2015), İlişkisel Belirsizlik: İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerde Gelecek Zaman Yönelimi ve Çatışma Çözme Tepkileri Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye

Haigh, A. (2015). Stop phubbing. Erişim Adresi: http://stopphubbing.com 22.01.2023 tarihinde erişildi.

Halpern, D., & Katz, J. E. (2017). Texting's consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. Computers in Human Behavior, 71, 386-394. https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.051

Han, J. H., Park, S. J., & Kim, Y. (2022). Phubbing as a millennials' new addiction and relating factors among nursing students. Psychiatry Investigation, 19(2), 135. https://doi.org/10.30773%2Fpi.2021.0163

Hand, M. M., Thomas, D., Buboltz, W.C., Deemer, E.D., & Buyanjargal M. (2013). Facebook and Romantic Relationships: Intimacy and Couple Satisfaction Associated with Online Social Network Use. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 16 (1). https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0038

Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. Social Science Computer Review, 35(5), 576-586. https://doi.org/10.1177/0894439316660340

Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. Journal of Marriage and the Family, 30(4), 647–650. https://doi.org/10.2307/349510

Hazar, Ç. M (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 32, 151-175.

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. Journal of Marriage and Family 93-98, https://www.jstor.org/stable/352430

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2006). Measuring respect in close relationships. Journal of Social and Personal Relationships, 23(6), 881-899. Doi: 10.1177/0265407506070471

Hollen, K. H. (2009). Encyclopedia of addictions. Greenwood Press

https://recrodigital.com/we-are-social-2022-turkiye-sosyal-medya-kullanimi-verileri/ (We are social 2023) Erişim Tarihi: 12.01.2023

https://www.uspsikiyatri.com.tr/Bagimlilik/Davranissal_Bagimliliklar/ (USPSİKİYATRİ-2023) (02.02.2023 Erişim tarihi)

Işık, M., & Kaptangil, İ. (2018). Akıllı telefon bağımlılığının sosyal medya kullanımı ve beş faktör kişilik özelliği ile ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinden bir araştırma. İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 7(2), 695-717. https://doi.org/10.15869/itobiad.361081

İliş, A. (2018). Eğitim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

İmamoğlu, G., & Keyvan, A. (2022). Investigation of the Relationships Between Phubbing, Attachment Styles and Social Anxiety Variables in Adults. http://www.ajhssr.com/

İnan Budak, M., Akarsu, Ö., Okanlı, A., & Adıgüzel, V. (2022). Üniversite öğrencilerinde travmatik yaşantılar, agresyon ve internet bağımlılığı. Bağımlılık Dergisi.

Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. Journal of Marriage and Family, 76(1), 105–129. https://doi.org/10.1111/jomf.12077

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., ... Babadağ, B. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). Addicta: The Turkish Journal on Addiction, 3, 223–269. http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013.

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

Karaş, B. (2021). Boş zaman aktivitesi olarak sosyal medya kullanımını tercih eden bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyotelizm, kişilik ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi (Doctoral dissertation, Anadolu University (Turkey)).

Karataş, Z. (2019). Romantik ilişki doyumu ile duygu düzenleme güçlüğü ve kişiler arası tarz arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kaya, Ö. (2022). Yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı ile romantik ilişki doyumu ilişkisi (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Kayaoğlu, K. (2021). İnternet Bağımlılığı ve Psikiyatri Hemşireliği Psiko-sosyal Boyutlarla Sağlık; Uluslararası Farklı Boyutlarıyla Sağlık Konferansı (ICDAH2020) 12-14 Kasım 2020 Seçme Bildiriler-3, 57.

Keser, G. (2017). Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim, duygusal zekâ ve akılcı olmayan inanç düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).

Kıran, S., Küçükbostancı, H., & Emre İ. E. (2020). Sosyal Medya Kullanımının Kişiler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. Bilişim Teknolojileri Dergisi, 13(4), 435-441.

Kızıltoprak, A. (2018). Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ile iletişimci biçimleri arasındaki ilişki (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).

Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., & Silvestre, B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. Business horizons, 54(3), 241-251. https://doi.org/10.1016/j.bushor.2011.01.005

Kim, J. H., Hyun, M. Y., Kim, Y. S., Kim, J. S., Nam, S. O., Song, M. S., ... & Lee, N. J. (2010). Psycho-social well-being, health perception and behavior among clinical nurses. Journal of Korean Academy of Nursing Administration, 16(1), 26-36. https://doi.org/10.11111/jkana.2010.16.1.26

Kirit, G. & Semerci (2018). Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerin ilişki doyumlarının bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzları açısından incelenmesi. Psikoloji Araştırmaları, 3(6): 14-25

Kneidinger-Müller, B. (2017). Mobile communication as invader in face-to-face interactions: An analysis of predictors for parallel communication habits. Computers in Human Behavior, 73, 328–335. https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.055

Koca, E. B., & TuncA, M. Z. (2019). İnternet Ve Sosyal Medya Bağimliliğinin Öğrencilerin Performanslarina Etkileri Üzerine Bir Yazin Taramasi. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 24(1), 33-53.

Koçak, D. Y., Hotun–Şahin, N., & Büyükkayacı–Duman, N. (2015). Alkol ve sigara bağımlılığı, kadın sağlığına etkileri ve hemşirelik girişimleri. Literatür Sempozyum Psikiyatri/Nöroloji/Davranış Bilimleri Dergisi, 1(5), 43-47.

Kovan, A., & Ormancı, N. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medyadaki Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişki: COVID-19 Pandemi Örneği. Erciyes İletişim Dergisi, (2), 125-145.

Krasnov H, Abramova O, Notter I, Baumann A (2016) Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among " generation y" users. Presented at 24th European Conference in Information Systems , Istanbul, Turkey,109

Kurt, L. (2019). Romantik İlişkisi Olan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımı ve Kişilik Özelliklerinin İlişki Doyumuna Etkisi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

LaRose, R., Lin, C. A. and Eastin, M. S. (2003). Unregulated ınternet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? Media psychology, 5(3), 225-253. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0503_01

Lim, J. S. Y., Agostinho, S., Harper, B., & Chicharo, J. F. (2013). Investigating the Use of Social Media by University Undergraduate Informatics Programs in Malaysia. International Association for the Development of the Information Society.

Lin, Y.-H. W., Rusbult, C. E. (1995). Commitment to dating relationships and crosssex friendships in America and China. Journal of Social and Personal Relationships, 12(1), 7–26 https://doi.org/10.1177/0265407595121002

Longstreet, P. & Brooks, S. (2017). Life Satisfaction: A key to managing internet and social Media Addiction. Technology in Society. 20(2017) 73-77 https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003

Mercan, N. ve Uysal, B. (2023). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının kişilerarası problem çözme ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. Psikiyatri Hemşireliği Arşivleri.

Meule, A. (2015). Focus: Addiction: Back by popular demand: A narrative review on the history of food addiction research. The Yale journal of biology and medicine, 88(3), 295.

Miller-Ott, A.E., & Kelly, L. (2017). A politeness theory analysis of cell-phone usage in the presence of friends. Communication Studies, 68(2), 190–207. https://doi.org/10.1080/10510974.2017.1299024

Mund, M., & Johnson, M. D. (2021). Lonely me, lonely you: Loneliness and the longitudinal course of relationship satisfaction. Journal of Happiness Studies, 22(2), 575-597. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00241-9

Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., & Özdinçler, A. R. (2018). Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 5(2), 1-21.

Myers, D. G. & Diener, E. (1995). Who is happy? Psychological Science, 6(1), 10–19

Nazir, T., & Pişkin, M. (2016). Pubbing: A technological invasion, which connected the word but disconnected humans. The International Journal of Indian Psychology, 3, 39-46.

Neto, F. and Pinto, M. (2015). Satisfaction with love life across the adult life span. Applied Research in Quality of Life, 10, 289-304 https://doi.org/10.1007/s11482-014-9314-6

Newberry, C., & Dawley, S. (2019). How to manage a social media crisis: A practical guide for brands. Hootsuite, viewed, 22, 2019.

Norton, A. M., & Baptist, J. (2014). Couple boundaries for social networking in middle adulthood: Associations of trust and satisfaction. Cyber psychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 8(4), 58-64. http://dx.doi.org/10.5817/CP2014-4-2

Nurmedov Serdar, ‘’Akıllı Telefon Bağımlılığında Tanı ve Tedavi’’, Psikiyatride Güncel:Davranışsal Bağımlılıklar, 2016, Cilt:6, Sayı:3, 252-260.

Onar, H. M. (2019). Doğu karadeniz bölgesinde sosyal medya bağımlılığı ile bağlanma ilişkisinin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul

Onarman, B. & Vardarlıer, P. (2021). Sosyal Medya Kullanım Nedenlerinin İletişim Becerilerine Etkisi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 23 (1), 191-212. DOI: 10.26468/trakyasobed.741894

Özbaş, D., & Buzlu, S. (2011). Geçmişten Günümüze Psikiyatri Hemşireliği. Florence Nightingale Journal of Nursing, 19 (3), 187-193. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/fnjn/issue/9005/112217

Özdemir, A. (2019). Development Of The Perception Scale For The Concept Of The Integral Croatıan Journal Of Educatıon-Hrvatskı Casopıs Za Odgoj I Obrazovanje, Cilt.21, Sa.4, Ss.1181-1211, 2019

Özdemir, N. G. (2006). Sanal topluluklarda izlenimi yönetme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı, Ankara.-

Özdemir, S. (2020). Yönetici sosyotelizmi (phubbing): Bir ölçek uyarlama çalıĢması. Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 10(19), 134-145

Özdemir, S., & Erdem, R. (2021). Yönetici nezaketsizliği sosyal dışlanmayı nasıl etkiler: Yönetici sosyotelizmi ve yöneticiye güvenin rolü. İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi, 6(14), 103-116.

Özdemir, Z. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. Beykoz Akademi Dergisi, 7(2), 91-105.

Özmen, B. (2019). Genç erişkinlerde bağlanma biçimi ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul

Öztürk, A. (2015), Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Davranışları ile İlişki Doyumu Düzeyi Arasındaki Bağlantıların Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Öztürk, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin sosyal paylaşım sitelerini kullanma amaçları ve eğitimde kullanımıyla ilgili görüşleri (Master's thesis, Sakarya Üniversitesi).

Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 17(10), 652-657. https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0070

Papp, L.M., Danielewicz, J., & Cayemberg, J. (2012). "Are we Facebook Official?" Implications of Dating Partners' Facebook Use and Profiles for Intimate Relationship Satisfaction. Cyberpyschoogy, Behavior & Social Networking. V.15, N.2 https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0291

Parlar, S. (2022). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve dindarlık ilişkisi üzerine bir inceleme (Batman ili örneği) (Master's thesis, Bursa Uludağ Üniversitesi).

Parmaksız, İ. (2020). İletişimde ve ilişkilerde phubbing. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 24(2), 359-372.

Parmaksız, İ. (2021). Relationships between phubbing and the five factor personality traits. Kastamonu Education Journal, 29(4), 32-42. doi: 10.24106/kefdergi.795620

Parmaksız, İ. (2021). Sosyotelizm (phubbing) ile bilinçli farkındalık arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracı rolü. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(2), 1387-1420. DOI: 10.17679/inuefd.904379

Parmaksız, İ. (2022). Romantik ilişkilerde modern engel: Partner sosyotelizmi (phubbing) üzerine bir derleme. Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 6(11), 59-76. ORCID: 0000-0003-2468- 6134

Paul, M. J., & Dredze, M. (2011). You are what you Tweet: Analyzing Twitter for public health. Icwsm, 20, 265- 272. https://doi.org/10.1609/icwsm.v5i1.14137

Petry, N. M. (2016). Gambling disorder: The first officially recognized behavioral addiction.

Polat F, Karasu F. (2022). Examining the correlation between phubbing and life satisfaction in adults during covid-19 pandemic. Bağımlılık Dergisi, 23 (2), 191- 198.

Rand, D. G., Brescoll, V. L., Everett, J. A., Capraro, V., & Barcelo, H. (2016). Social heuristics and social roles: Intuition favors altruism for women but not for men. Journal of Experimental Psychology. 145(4), 389-396. https://doi.org/10.1037/xge0000154

Riaz, F., Ishaq, K., & Abbasi, A. (2018). Influence of social media in developing social anxiety: A study of university students in lahore. International Journal of Scientific and Research Publications, 8(2), 230-235. https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4205897

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

Roberts, J. A., & David, M. E. (2020). Boss phubbing, trust, job satisfaction and employee performance. Personality and Individual Differences, 155, 109702. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702

Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. Journal of social and personal relationships, 10(2), 175-204. https://doi.org/10.1177/026540759301000202

Rusbult, C. E., Martz, J. M. ve Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. Personal Relationships, 5(4), 357-391. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x

Sabatelli, R. M. (1988). Exploring relationship satisfaction: A social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. Family Relations, 217-222. https://doi.org/10.2307/584323

Sağar, M. E. (2019). Yetişkin bireylerde sosyal medya bağımlılığının irdelenmesi. Sağlık Bilimlerinde Eğitim Dergisi, 2(1), 29-42.

Sanal Özcan Y, Hamzaoğlu N, Türk B. Üniversite öğrencilerinin kimyasal ve davranışsal bağımlılıklara ilişkin bakış açıları ve bilgi düzeyleri. Bağımlılık Dergisi 2020; 21(1): 44-55.

Sanders, G.S., Baron, R.S., & Moore, D.L. (1978). Distraction and social comparison as mediators of social facilitation effects. Journal of Experimental Social Psychology, 14(3), 291-303. https://doi.org/10.1016/0022-1031(78)90017-3

Sarı, A. (2022). Sosyal medya kullanımının Z kuşağı üzerindeki bağımlılık yansımaları= Addictive effects of social media use on Generation Z.

Sarı, ES, Kırbaş, Z. Ö., Güneş, H., Akeren, Z. & Semerci, V. (2023). Üniversite öğrencilerinin sosyotelizme maruz kalma ve sosyotelist olma durumlarının incelenmesi. Mersin Üniversitesi sağlık Bilimleri Dergisi, 16 (2).

Sarı, T. & Korkut Owen, F. (2016). Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançların ve Bağlanma Boyutlarının İlişki Doyumu Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1 (37), 204-216. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19410/206447

Satıcı, B. (2018). Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zekâ ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi (Doctoral dissertation).

Satıcı, B., & Deniz, M. E. (2018). Cinsiyetin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi: bir meta-analiz çalışması. İlköğretim Online, 1077-1095.

Schou Andreassen, C., Billieux, J., Griffiths, M.D., Kuss, D.J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. Psychol Addict Behav., 30(2), 252-62. doi: 10.1037/adb0000160.

Shaffer, H. J., LaPlante, D. A., LaBrie, R. A., Kidman, R. C., Donato, A. N., & Stanton, M. V. (2004). Toward a syndrome model of addiction: Multiple expressions, common etiology. Harvard review of psychiatry, 12(6), 367-374.

Sharif, L., & Alzahrani, M. (2021). The association between social media use and the incidence of depression among undergraduate students: an integrative review. Current Pediatric Research.

Siah, P. C., Hue, J. Y., Wong, B. Z. R., & Goh, S. J. (2021). Dark Triad and Social Media Addiction among Undergraduates: Coping Strategy as a Mediator. Contemporary Educational Technology, 13(4), ep320. https://doi.org/10.30935/cedtech/11104

Sofiah, S. Z. S., Omar, S. Z., Bolong, J., & Osman, M. N. (2011). Facebook addiction among female university students. Revista De Administratie Publica Si Politici Sociale, 3(7), 95.

Soner, G. (2020). Eğitim Fakültesi Öğrencierinde Eş Seçme Stratejileri ve ilişki Doyumunun Çeşitli Değişkenlere Göre Incelenmesi (Order No. 29179761). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2707559056). https://www.proquest.com/dissertations-theses/eğitim-fakültesi-öğrencierinde-eş-seçme/docview/2707559056/se-2

Sternberg, R. J. (1997). The concept of intelligence and its role in lifelong learning and success. American Psychologist, 52(10), 1030–1037. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.52.10.1030

Sutherland, K., Davis, C., Terton, U., & Visser, I. (2018). University student social media use and its influence on offline engagement in higher educational communities. *Student Success*, *9*(2), 13-24.

Şentürk, E. (2017). Sosyal medya bağımlılığının, depresyon, anksiyete bozukluğu, karışık anksiyete ve depresif bozukluk hastaları ile kontrol grubu arasında karşılaştırılması ve kullanıcıların kişilik özellikleriyle ilişkisinin araştırılması. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Tanhan, F., Özok, H. İ., Kaya, A., & Yıldırım, M. (2023). Mediating and moderating effects of cognitive flexibility in the relationship between social media addiction and phubbing. Current Psychology, 1-12. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04242-8

Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı/ YEŞİLAY (Erişim Tarihi: 23.12.2022). Erişim adresi: https://uygulayici.tbm.org.tr/

Tekkam S. D., Bala S. ve Pandve H. (2020). Consequence of phubbing on psychological distress among the youth of Hyderabad. Medical Journal of Dr. D.Y. Patil Vidyapeeth,13(6), 643-647. https://doi.org/10.4103/mjdrdypu.mjdrdypu_315_19

Terzi, S. & Özbay, Y. (2016). Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmaları ölçeğinin geliştirilmesi. 21. Yüzyıl Eğitim ve Toplum Dergisi, 5(13).

Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1961). The Social Psychology of Groups (Cilt 2). New York: John Wiley&Son

Tiryaki, S. (2015). Toplumsal Yaşamda Facebook Bağımlılığı: Konya Örneğinde Bir Saha Araştırması. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Topal, K., Güngör, R., Çoban, H., Şahintürk, S., Kırmızıkaya, E., Şendil, T. G. (2021) "Üniversite Öğrencilerinde Partner Sosyotelizmi, Bağlanma ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". Ulakbilge, 58: s. 462–475. doi: 10.7816/ulakbilge-09-58-09

Toprak, A., A. Yıldırım, E. Aygül, M. Binark, S. Börekçi, T. Çomu (2009) Toplumsal Paylaşım Ağı facebook: "görülüyorum öyleyse varım", İstanbul: Kalkedon Yayınları.

Turel, O. ve Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. European Journal of Information Systems, 21(5), 512-528

Türk Dil Kurumu Resmi İnternet Sayfası, https://sozluk.gov.tr/ (Erişim Tarihi: 23.12.2022).

Türkiye'de Madde Kullanımı ve Tedavi Politikaları. Erişim Linki: https://www.psikiyatri.org.tr/basin/266/turkiye-de-maddekullanimi-ve-tedavi-politikalari [Erişim Tarihi: 03.08.2023].

Ulusal, I. U. V. (2012). PSİKİYATRİ HEMŞİRELİĞİ KONGRESİ, Herkes İçin Ruh Sağlığı Özet Kitabı.

Uzbay, İ. T. (2009). Madde Bağimliliğinin Tarihçesi, Tanimi, Genel Bilgiler Ve Bağimlilik Yapan Maddeler. Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi, 5-15.

Vanden Abeele, M. M., & Postma-Nilsenova, M. (2018). More than just gaze: An experimental vignette study examining how phone-gazing and newspaper-gazing and phubbing-while-speaking and phubbing-while-listening compare in their effect on affiliation. Communication research reports, 35(4), 303-313. https://doi.org/10.1080/08824096.2018.1492911

Wang, F. (2019). Ingredients of a happy marriage: Dyadic Trust, Relational Repair, Emotioal Intelligence, and Humility. Biola University. ProQuest Dissertations Publishing. 22583239

Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F., & Wang, P. (2020). Parental Phubbing and Adolescents' Depressive Symptoms: Self-Esteem and Perceived Social Support as Moderators (vol 49, pg 427, 2020). JOURNAL OF YOUTH AND ADOLESCENCE, 49(7), 1565-1565. https://doi.org/10.1007/s10964-019-01185-x

Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. Personality and Individual Differences, 100(110), 12-17. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014

Wang, X., Zhao, F., & Lei, L. (2021). Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators. Current Psychology, 40(7), 3365- 3375. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0

Xie, X., Chen, W., Zhu, X., & He, D. (2019). Parents' phubbing increases adolescents' Mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. Children and Youth Services Review, 105, 1-8. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104426

Yalçın, İ., ve Ersever, O. (2015). İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 30(2), 185-201.

Yam, F. C., & İlhan, T. (2020). Modern çağın bütünsel teknolojik bağımlılığı: phubbing. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 12(1),1-15.

Yanardağ, M. Z., & Yanardağ, U. (2020). Davranış bağımlılığı ve sosyal hizmet uygulamaları üzerine bir inceleme. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 7(4), 551-560. DOI: 10.34087/cbusbed.713866

Yanardağ, M. Z., Bilge, M., & Yanardağ, U. (2020). Davranış Bağımlılığına Sahip Müracaatçılara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamaları Üzerine Bir Tartışma. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 7(4), 551-560. DOI: 10.34087/cbusbed.713866

Yasin, R. M., Bashir, S., Abeele, M. V., & Bartels, J. (2020). Supervisor phubbing phenomenon in organizations: Determinants and impacts. International Journal of Business Communication, https://doi.org/10.1177/2329488420907120

Yıldırım, N. H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile evliliğe yükledikleri anlam ve eş seçme kriterleri arasındaki ilişki (Master's thesis, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı). Info:eu-repo/semantics/openAccess

Yılmaz G, Şar AH, Civan S (2015) Ergenlerde mobil telefon bağımlığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying, 2(2):20-37.

Yılmaz, M., & Özcan, A. (2016). Psikiyatri hemşireliğinin geleceği. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 9(1), 53-59. https://dergipark.org.tr/en/pub/mersinsbd/issue/19541/208026

Young, K. (1996). Internet addiction; the emergence of new clinical disorder. CyberPsychology & Behavior, 1, 237-24. https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237

Young, K. S. (2009). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Cyberpsychology & behavior, *1*(3). https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237

Yousaf, A., Adil, A., Hamza, A., Ghayas, S., Niazi, S., & Khan, A. (2021). Relationship between Attachment styles and Social Media addiction among young adults: Mediating role of Self-esteem. Isra Medical Journal, 13(1).

Yukay-Yüksel, M., Çini, A. ve Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumunun incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 40, 66-85. Doi: 10.33418/ataunikkefd.676402

Zhao, S., S. Grasmuck, and J. Martin, Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. Computers in human behavior, 2008. 24(5): p. 1816-1836. https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.012

8. EKLER

Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Öğrenim Gördüğünüz Fakülte/Meslek Yüksek Okulu:

……

2. Öğrenim Gördüğünüz Bölüm/Program:

……

3.Sınıfınız:

( ) 1.sınıf

( ) 2. Sınıf

( ) 3. Sınıf

( ) 4.sınıf

4. Cinsiyetiniz:

( ) Kadın ( ) Erkek

5. Yaşınız: ……

6. Medeni durumunuz:

( ) Evli

( ) Bekar

( ) Sözlü/ Nişanlı

( ) Ayrılmış (Boşanma ya da vefat sebebiyle)

7. Yaşadığınız ortamı belirtiniz?

( ) Aile ile evde

( ) Yurtta

( ) Yalnız evde

( ) Arkadaşlarla evde

8. Partnerinizle birlikteliğinizin süresini belirtiniz ……

9. Gelir durumunuz nedir?

( ) Gelir giderden az

( ) Gelir gidere eşit

( ) Gelir giderden fazla

10. Partnerinizle birlikte mi yaşıyorsunuz?

( ) Evet ( ) Hayır

11. Akıllı telefon kullanıyor musunuz?

( ) Evet ( ) Hayır

12. Sosyal medya kullanıyor musunuz?

( ) Evet ( ) Hayır

13. Sosyal medya uygulamalarına hangi cihaz türünden erişiyorsunuz?

( ) Sadece Masaüstü Bilgisayar

( ) Sadece Mobil Cihazlar (laptop, tablet, akıllı telefon)

( ) Masaüstü ve Mobil Cihazlar (laptop, tablet, akıllı telefon)

14. Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz? (yıl ya da ay olarak belirtebilirsiniz)

( ) … yıl ( ) …..ay

15. Hangi sıklıkta sosyal medya kullanırsınız?

( ) Her gün

( ) Haftada birkaç kez

( ) Ayda birkaç kez

( ) Hiç

16. Günde kaç saat sosyal medyada geçirirsiniz? ……..

Ek-2: Genel Sosyotelist Olma Ölçeği

Genel Sosyotelist Olma Ölçeği

	ASLA (1) A (1)	NADİREN (2)	ARA SIRA (3)	BAZEN (4)	SIK SIK (5)	GENELLİKLE (6)	DAİMA (7)
1. Telefonum yanımda olmadığında huzursuz olurum							
2. Telefonumu bırakıp çıkamam							
3. Telefonumu görebileceğim bir yere koyarım							
4. Telefonumu kontrol etmediğimde önemli şeyler kaçırmaktan korkarım							
5. Telefon kullanımım nedeniyle başkalarıyla tartışıyorum							
6. İnsanlar telefonumla çok uğraştığımı söylerler							
7. Başkaları bana telefonumu bırakmamı ve onlarla konuşmamı söylediğinde sinirlenirim							
8. Başkalarını rahatsız ettiğini bilsem bile telefonumu kullanırım							
9. Başkaları ile ilgilenmektense telefonumla ilgilenmeyi tercih ederim							
10. Başkalarındansa telefonumla ilgilendiğimde rahatlarım.							
11. Başkalarına odaklanmayı bırakıp telefonumla ilgilendiğimde iyi hissederim							
12. Başkalarını görmezden gelip telefonumla ilgilendiğimde stres atarım							
13. Telefonumla planladığım zamandan daha fazla ilgilenirim							
14. Telefon kullanımım nedeniyle başkalarıyla konuşma fırsatlarını kaçırdığımın farkındayım.							
15. Telefonumu kullanırken kendimi "sadece birkaç dakika daha" diye düşünürken bulurum.							

Ek-3: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1	Yakın zamanda sosyal medyada neler olup bittiği hakkında oldukça fazla düşünürüm.					
2	Yapmam gereken bir iş varsa öncesinde sosyal medyayı kontrol ederim.					
3	Belli süre sosyal medyaya girmediğimde sosyal medyaya girme düşüncesi zihnimi meşgul eder.					
4	Hayatımın sosyal medya olmadan sıkıcı, boş ve zevksiz olacağını düşünürüm.					
5	İnternete bağlı değilken yoğun bir şekilde sosyal medyaya girmeyi düşünürüm.					
6	Sosyal medyada neler olup bittiğini merak ederim.					
7	Sosyal medyada düşündüğümden daha fazla zaman geçirdiğim olur.					
8	Sosyal medya ile bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime "birkaç dakika daha" derim.					
9	Sosyal medyayı uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemem.					
10	Sosyal medyayı, planladığımdan daha fazla kullandığım olur.					
11	Sosyal medyayı kullanırken zamanın nasıl geçtiğini anlayamam.					
12	Sosyal medya ile ilgili eylemlere (oyun, sohbet, fotoğraflara bakmak, vs) uzun süreler ayırırım.					
13	Kişisel problemlerimi unutmak için sosyal medya kullanırım.					
14	Kendimi yalnız hissettiğim zamanlarda sosyal medyada vakit geçiririm.					
15	Yaşamımdaki olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal medyada gezinmeyi tercih ederim.					
16	Problemlerimden bunaldığımda sığındığım en iyi yer sosyal medyadır.					
17	Sosyal medya kullandığım süre boyunca her şeyi unuturum.					
18	Sosyal medya kullanımını durdurmaya çalışıp başaramadığım olur.					
19	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için yoğun bir istek duyarım.					
20	Sosyal medya kullanımını bırakmak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
21	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
22	Sosyal medyada harcadığım zamanı azaltmaya çalışır, başarısız olurum.					

Ek-3: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (Devamı)

23	Mesleğime/çalışmalarıma olumsuz bir etki yapmasına rağmen sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
24	Sosyal medyadan dolayı hobilerime, boş zaman ve dinlenme faaliyetlerime daha az öncelik veririm.					
25	Eş veya aile üyelerini sosyal medyadan dolayı ihmal ettiğim olur.					
26	Arkadaşlarımı sosyal medyadan dolayı ihmal ettiğim olur.					
27	Sosyal medya dolayısıyla başladığım aktiviteleri zamanında bitiremem.					
28	Sosyal medyada daha fazla zaman geçirmek için okulla veya işle ilgili çalışmaları ihmal ederim.					
29	Sosyal medyada zaman geçirmeyi, arkadaşlarımla zaman geçirmeye tercih ederim.					
30	Sosyal medyada geçirdiğim zaman yüzünden okul çalışmalarım ya da işlerim sekteye uğrar.					
31	Sosyal medya yüzünden üretkenliğim azalır.					
32	Sosyal medyada zaman geçirmeyi, arkadaşlarımla dışarı çıkmaya tercih ederim.					
33	İnsanlar sosyal medyada geçirdiğim zamanın miktarı konusunda beni eleştirirler.					
34	Kendimi sosyal medyada ne kadar süre gezindiğimi saklamaya çalışırken bulurum.					
35	Sosyal medya yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar olur.					
36	Sosyal medya kullanımı yüzünden kişisel bakımıma daha az vakit ayırdığım olur.					
37	Sosyal medya kullanımı yüzünden uyku düzenimde değişiklikler/bozukluklar olur.					
38	Sosyal medya kullanımı yüzünden fiziksel sorunlar (sırt, baş, göz ağrıları, vb) yaşadığım olur.					
39	Sosyal medya kullanımı benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden olur.					
40	Sosyal medya kullanımım yaşamımda sorunlar oluşturur.					
41	Yapmam gereken işler çoğaldıkça, sosyal medya kullanma isteğim de o ölçüde artar.					

Ek-4: İlişki Doyum Ölçeği

İLİŞKİ DOYUM ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip ifadenin yanındaki boşluğa uygun sayıyı yazınız.

1)- Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?

1 2 3 4 5 6 7

Hiç karşılamıyor — Çok iyi karşılıyor

2)- Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

1 2 3 4 5 6 7

Hiç memnun değilim — Çok memnunum

3)- Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?

1 2 3 4 5 6 7

Çok daha kötü — Çok daha iyi

4)- Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?

1 2 3 4 5 6 7

Hiçbir zaman — Her zaman

5)- İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?

1 2 3 4 5 6 7

Hiç karşılamıyor — Tamamen karşılıyor

6)- Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?

1 2 3 4 5 6 7

Hiç sevmiyorum — Çok seviyorum

7)- İlişkinizde ne kadar problem var?

1 2 3 4 5 6 7

Hiç yok — Çok fazla problem var

79

Ek-5: Etik Kurul Onayı

Ek-6: Kurum İzin Yazısı

Kurum İzin Yazısı

Ek-7: Anket Araştırmaları İçin Aydınlatılmış Onam Formu

Ek-8: Araştırma Amaçlı Çalışma İçin Aydınlatılmış Onam Formu

Ek-9: Ölçek İzinleri

Ölçek İzinleri

Ek- 10: Orjinallik Raporu

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYOTELİZM DAVRANIŞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİ DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yazar Hazal Atalay

Gönderim Tarihi: 20-Eyl-2023 01:19AM (UTC+0300)
Gönderim Numarası: 2171001062
Dosya adı: turnitin_HAZAL_ATALAY-YU_KSEK_LI_SANS_TEZI_-_19.09.23.docx (2M)
Kelime sayısı: 16830
Karakter sayısı: 121616

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYOTELİZM DAVRANIŞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİ DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ORİJİNALLİK RAPORU

%11	%10	%2	%4
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%2
2	www.researchgate.net İnternet Kaynağı	%1
3	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	%1
4	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
5	Submitted to Ege Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
6	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
7	adudspace.adu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
8	acikerisim.nevsehir.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1

9	Submitted to Istanbul Gelisim University Öğrenci Ödevi	<%1
10	Submitted to Anadolu University Öğrenci Ödevi	<%1
11	acikerisim.akdeniz.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
12	www.uplifers.com İnternet Kaynağı	<%1
13	paperity.org İnternet Kaynağı	<%1
14	prezi.com İnternet Kaynağı	<%1
15	Submitted to Beykent Universitesi Öğrenci Ödevi	<%1
16	acikerisim.gelisim.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
17	acikerisim.isikun.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
18	tez.sdu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
19	www.phdernegi.org İnternet Kaynağı	<%1
20	hdl.handle.net İnternet Kaynağı	<%1

21	www.ulusalhemsirelikkongresi2017.org İnternet Kaynağı	<%1
22	acikerisim.karatay.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
23	www.semanticscholar.org İnternet Kaynağı	<%1
24	ijhe.org İnternet Kaynağı	<%1
25	www.haberdata.com İnternet Kaynağı	<%1
26	Submitted to Mugla University Öğrenci Ödevi	<%1
27	journal.acibadem.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
28	libratez.cu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
29	openaccess.altinbas.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
30	www.batman.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
31	Submitted to Aksaray Aniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
32	Submitted to Eastern Mediterranean University	<%1

33	GÖKSEL, Aykut and TOMRUK, Zeynep. "AKADEMİSYENLERDE STRES KAYNAKLARI İLE STRESLE BAŞA ÇIKMADA VE STRES DURUMUNDA GÖSTERİLEN DAVRANIŞLARIN İLİŞKİSİ", Akademisyenler Birliği, 2016. Yayın	<%1
34	Submitted to Kocaeli Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
35	Submitted to TechKnowledge Turkey Öğrenci Ödevi	<%1
36	slideplayer.biz.tr İnternet Kaynağı	<%1
37	Submitted to Bahcesehir University Öğrenci Ödevi	<%1
38	www.egedeyedigun.com İnternet Kaynağı	<%1
39	9lib.net İnternet Kaynağı	<%1
40	earsiv.odu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
41	www.tjfmpc.gen.tr İnternet Kaynağı	<%1
42	60721248-bcd9-41a6-805e-2dd46ac2d863.filesusr.com	<%1

İnternet Kaynağı

43	docplayer.biz.tr İnternet Kaynağı	<%1
44	dspace.yildiz.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
45	onlinelibrary.wiley.com İnternet Kaynağı	<%1
46	sssjournal.com İnternet Kaynağı	<%1
47	www.eab.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
48	pure.manchester.ac.uk İnternet Kaynağı	<%1
49	sbf.ikcu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
50	www.scribd.com İnternet Kaynağı	<%1
51	Carli Ochs, Astride Jaunin, Nathalie Kosnowski, Juergen Sauer. "What the Phub? Consequences of phone snubbing behavior at work: a mixed-method experiment", Research Square Platform LLC, 2022 Yayın	<%1
52	mersinsempozyumu.mersinakademi.com.tr İnternet Kaynağı	<%1

Ek-11: Öz Geçmiş

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Hazal Atalay

ÖĞRENİM BİLGİLERİ

Lise : Batman Saadet Uçar Anadolu Lisesi
2010-2014

Lisans : Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
2016-2020 Hemşirelik Bölümü

Aile Danışmanlığı : Tecrübe Eğitim Kurumları
2022-2023

Yüksek Lisans : Lokman Hekim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
2021-2023 Psikiyatri Hemşireliği Tezli Yüksek Lisans Programı

YAYINLAR

Atalay, H. ve Meriç, M., (2021). Relaps Önlemede Psikiyatri Hemşireliğinin Rolü. 2. Uluslarası 3. Ulusal Sağlık Bakım Hizmetleri Kongresi El Kitabı (s.409-410).