**SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ**

**GÜLHANE SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA KULLANIMININ SOSYAL BEĞENİRLİK VE BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİ

**Zeynep SÜNBÜL**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Gamze SARIKOÇ**

**Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı**
**Psikiyatri Hemşireliği Programı**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ARALIK/2022**

**TEZ KABUL ONAYI**

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane/Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalında/Programında Zeynep SÜNBÜL
Tarafından hazırlanan "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımının Sosyal Beğenirlik ve Benlik Saygısı İlişkisi" Başlıklı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ ile
YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

**Danışman/Başkan** Dr. Öğr. Üyesi Gamze SARIKOÇ İMZA

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü ……
Psikiyatri Hemşireliği ABD
Bu tezin Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

Üye: Doç. Dr. Emine ÖKSÜZ İMZA

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü ....……..
Psikiyatri Hemşireliği ABD
Bu tezin Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

Üye: Doç. Dr. Mehtap SÖNMEZ İMZA

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, …….
Hemşirelik Bölümü, Halk Sağlığı Hemşireliği ABD
Bu tezin Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/onaylamıyorum.

Tez Savunma Sınavı Tarihi: ...../……/……

Jüri üyeleri tarafından YÜKSEK LİSANS tezi olarak uygun görülmüş olan bu tez Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane/Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.

Gülhane/Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Tezin Teslim Edildiği Tarih / /

# BEYAN

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında;

- Mevcut tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu,
- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Mevcut tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Zeynep SÜNBÜL

29/12/2022

# ÖZET

**SÜNBÜL Zeynep, Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımının Sosyal Beğenirlik ve Benlik Saygısı İlişkisi, Gülhane Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Programı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2022.**

**AMAÇ:** Bu araştırma üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımının sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirme amacıyla yapılmıştır.

**GEREÇ VE YÖNTEM:** Araştırmanın örneklemini, 1 Ekim 2021-1 Ocak 2022 tarih aralığında Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören ve araştırmaya dâhil olma kriterlerini karşılayan 298 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri toplanırken 'Tanıtıcı Bilgi Formu', 'Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)', 'Sosyal Beğenirlik Ölçeği (SBÖ)' ve 'Rosenberg Öz Saygı Ölçeği (RÖSÖ)' kullanılmıştır.

**BULGULAR:** Araştırmada öğrencilerin "RÖSÖ" toplam puan ortalamaları 1,75±1,55, "SBÖ" toplam puan ortalamaları 28,08±9,90, "SMBÖ-YF" toplam puan ortalaması 49,91±14,22 bulunmuştur. Öğrencilerin gün içerisinde sosyal medyada geçirdikleri süreye göre "RÖSÖ", "SMBÖ-YF" ve "SBÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Ayrıca öğrencilerin sosyal medya kullanma durumlarına göre "SBÖ" puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). "RÖSÖ" ile "SMBÖ-YF" ($r=0,254$, $p=0,01$) ve "SBÖ" ($r=0,138$, $p=0,01$) arasında; "SMBÖ-YF" ile "SBÖ" ($r=0,525$, $p=0,01$) arasında pozitif yönde korelasyon olduğu belirlenmiştir.

**SONUÇ:** Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Sosyal medyanın üniversite öğrencileri üzerindeki olumsuz etkileri düşünüldüğünde bu konuya ilişkin farkındalık eğitimlerinin yapılarak öğrencilerin bilinçlendirilmesi önerilmektedir.

***Anahtar Kelimeler:*** *Sosyal medya bağımlılığı, Sosyal beğenirlik, Benlik saygısı*

# ABSTRACT

**SUNBÜL Zeynep, The Relationship Between Social Media Use and Self-Esteem Among University Students, Gulhane Health Sciences Institute, Psychiatric Nursing Program, Master Thesis, Ankara, 2022.**

**PURPOSE:** This research was carried out to evaluate the relationship between likability and self-esteem used by social media in university students.

**MATERIALS AND METHODS:** The sample of the research consists of 298 students studying at Kahramanmaraş Sütçü İmam University Faculty of Health Sciences between October 1, 2021 and January 1, 2022 and meeting the criteria for inclusion in the research. Research data were collected using the 'Descriptive Information Form', 'Social Media Addiction Scale-Adult Form (SMAS-AF)', 'Social Likelihood Scale (SDS)' and 'Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)'.

**RESULTS:** In the study, the students' mean total score of "RSES" was found to be 1.75±1.55, mean of "SDS" total score was 28.08±9.90, and total mean score of "SMAS-YF" was 49.91±14.22. It was determined that there was a statistically significant difference between the mean scores of “RSES”, “SMAS-AF” and “SDS” according to the time spent by the students on social media during the day ($p<0.05$). In addition, it was observed that there was a statistically significant difference between the "SDS" scores according to the social media usage status of the students ($p<0.05$). Between “RSES” and “SMAS-AF” ($r=0.254$, $p=0.01$) and “SDS” ($r=0.138$, $p=0.01$); It was determined that there was a positive correlation between “SMAS-AF” and “SDS” ($r=0.525$, $p=0.01$).

**CONCLUSION:** According to the results of the research, it was determined that there is a relationship between social media addiction and social desirability and self-esteem in university students. Considering the negative effects of social media on university students, it is recommended to raise awareness of students by conducting awareness training on this issue.

***Keywords:*** *Social media addiction, Social desirability, Self-esteem*

# TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim ve tez çalışmam boyunca bilgi ve deneyimlerini esirgemeyen, pozitif yaklaşımları ve sabrıyla bana yol gösteren, değerli hocam ve danışmanım Sayın Dr. Gamze SARIKOÇ'a,

Lisans ve yüksek lisans eğitim ve öğrenimim boyunca öğretici ve yönlendirici yaklaşımıyla desteğini hissettiğim Gülhane Hemşirelik Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'nın çok değerli öğretim üyeleri Sayın Doç. Dr. Emine ÖKSÜZ ve Doç. Dr. Çiğdem YÜKSEL'e,

Bilgi ve deneyimlerini esirgemeyen hem akademik hem de manevi anlamda rol model aldığım çok değerli hocam Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölüm Başkanı Doç. Dr. Mehtap SÖNMEZ'e,

Tez jürimde yer alan ve desteğini esirmeyen saygı değer tüm hocalarıma,

Hayatım boyunca her zaman yanımda olan, maddi ve manevi desteğini esirgemeyen, her türlü fedakarlıkla bugünlere başarıyla gelmemi sağlayan canım annem Hatice SÜNBÜL, canım babam Züfer SÜNBÜL, kız kardeşlerim Tuba SÜNBÜL ve Elif SÜNBÜL'e,

En içten sevgi, saygı ve sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Zeynep SÜNBÜL

ANKARA 2022

# İÇİNDEKİLER

**ÖZET** ..... **iv**

**ABSTRACT** ..... **v**

**TEŞEKKÜR** ..... **vi**

**İÇİNDEKİLER** ..... **vii**

**TABLO LİSTESİ** ..... **xi**

**SİMGELERVE KISALTMALAR** ..... **xii**

**1. GİRİŞ VE AMAÇ** ..... **1**

1.1. Problemin Tanımı ve Önemi ..... 1

1.2. Araştırmanın Amacı ..... 3

1.3. Araştırmanın Hipotezleri ..... 3

**2. GENEL BİLGİLER** ..... **4**

**2.1. BENLİK** ..... **4**

2.1.1. Benlik Kavramı ..... 4

2.1.2. Benlik Saygısı ..... 4

2.1.3. Benlik Saygısı ve Sosyal Medya ..... 5

**2.2. SOSYAL BEĞENİRLİK** ..... **6**

2.2.1. Sosyal Beğenirlik Kavramı ..... 6

2.2.2. Sosyal Beğenirlik ve Sosyal Medya ..... 7

**2.3. SOSYAL MEDYA** ..... **7**

2.3.1. Sosyal Medya Kavramı ..... 7

2.3.2. Sosyal Medya Türleri ..... 8

2.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ..... 12
2.3.4. Sosyal Medya ve Ruh Sağlığı Hemşireliği ..... 14

**3. GEREÇ VE YÖNTEMLER ..... 16**

3.1. Araştırmanın Amacı ve Yöntemi ..... 16

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Genel Özellikleri ..... 16

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi ..... 16
3.3.1. Araştırmaya Dâhil Olma Kriterleri; ..... 17
3.3.2. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri; ..... 17

3.4. Araştırmanın Etik Yönü ..... 17

3.5. Verilerin Toplanması ..... 18

3.6. Veri Toplama Araçları ..... 18
3.6.1. Tanıtıcı Bilgi Formu (Bkz. EK-4) ..... 18
3.6.2. Rosenberg Öz Saygı Ölçeği (RÖSÖ) (Bkz. EK-5) ..... 18
3.6.3. Sosyal Beğenirlik Ölçeği (SBÖ) (Bkz. EK-6) ..... 19
3.6.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF) (Bkz. EK-7) ..... 19

3.7. Verilerin Değerlendirilmesi ..... 20

3.8. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Genellenebilirliği ..... 20

**4. BULGULAR ..... 21**

4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgileri ..... 21

4.2. Öğrencilerin Rosenberg Öz Saygı Ölçek Puanı Ortalamaları ve Sınıflandırılması ..... 23
4.2.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Sınıflandırması ..... 23

4.2.2. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Puan Ortalamaları ..... 25

4.3. Öğrencilerin Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 26

4.3.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 26

4.4. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 30

4.4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 30

4.5. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek Puan Ortalamaları ile Rosenberg Öz Saygı Ölçeği ve Sosyal Beğenirlik Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki . 33

**5. TARTIŞMA ..... 34**

5.1. Öğrencilerin Benlik Saygısı Düzeyleri ..... 34

5.2. Öğrencilerin Sosyal Beğenirlik Düzeyleri ve Tanıtıcı Bilgilerine göre Sosyal Beğenirlik Düzeylerinin Karşılaştırılması ..... 35

5.3. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyleri ve Tanıtıcı Özelliklerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyleri ile Karşılaştırılması ..... 36

5.4. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı, Benlik Saygısı ve Sosyal Beğenirlikleri Arasındaki İlişki ..... 37

**6. SONUÇLAR ..... 39**

6.1. Sonuç ..... 39

6.2. Öneriler ..... 40

**7. KAYNAKLAR ..... 41**

**8. EKLER DİZİNİ ..... 50**

**9. EKLER..... 51**

**ÖZGEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ ..... 63**

# TABLO LİSTESİ

Tablo 4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgileri ..... 22
Tablo 4.2. Rosenberg Öz Saygı Ölçek Sınıflandırılması Puanları ..... 23
Tablo 4.2.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Puanları ..... 23
Tablo 4.2.2. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Puan Ortalamaları ..... 25
Tablo 4.3. Öğrencilerin Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 26
Tablo 4.3.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 27
Tablo 4.4. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 30
Tablo 4.4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları ..... 30
Tablo 4.5. Ölçekler ve Alt Boyutları İlişkisi ..... 33

# SİMGELERVE KISALTMALAR

**ANA** : Amerikan Hemşireler Birliği (American Nursing Assosiation)

**APA** : Amerikan Psikoloji Birliği

**Bkz**. : Bakınız

**DSM** : Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)

**ICD** : Uluslararası Hastalık Sınıflaması (International Classification of Diseases)

**Min.** : Minimum

**Max.** : Maximum

**Ort**. : Ortalama

**p** : Anlamlılık Düzeyi

**RÖSÖ** : Rosenberg Öz Saygı Ölçeği

**SBÖ** : Sosyal Beğenirlik Ölçeği

**SMBÖ-YF** : Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği- Yetişkin Formu

**SPSS** : Statistical Package for Social Sciences

**ss.** : Standart Sapma

**TÜİK** : Türkiye İstatistik Kurumu

**Z** : Mann-Whitney U test istatistiği değeri

**WHO** : Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization)

$\boldsymbol{X^2}$ : Kruskal Wallis test istatistiği değeri

# 1. GİRİŞ VE AMAÇ

## 1.1. PROBLEMİN TANIMI VE ÖNEMİ

Bilginin ve teknolojinin hızla ilerlemesi ile hayatımızda gereklilik haline gelen internet, bilgisayar, akıllı telefonlar gibi teknoloji ürünlerinin birçok faydası bulunsa da bazı problemleri de beraberlerinde getirdikleri bilinmektedir (1-3). Bu teknoloji ürünlerinin kullanımı günümüzde oldukça yaygındır ve bu teknolojilere erişebilme yaşı da her geçen gün düşmektedir (4-7).

Teknoloji ürünlerinin gelişmesiyle hayatımıza giren sosyal medyanın kontrolsüz ve problemli kullanımında ortaya çıkan sosyal medya bağımlılığı çağımızın önemli sorunlarındandır (8-12). Sosyal medya bağımlılığı resmi olarak tanı kriterleri içerisinde bulunmasa da davranışsal bağımlılıklar tanısı yer almaktadır (13, 14).

Davranışsal Bağımlılıklar; madde ile ilişkili olmayan, fiziksel bir sebebe dayandırılamayan, davranış temelli bağımlılıklar olarak açıklanmaktadır (13, 14). Davranış temelli bağımlılıklar; oyun, bilgisayar, televizyon, kumar, telefon vb. bağımlılıklar gibi insan-malzeme/teknolojik ürün etkileşimini kapsayan bağımlılıklardır (13, 14). Bu tür bağımlıklarda bağımlılık ürününe bağlı bir fiziksel hastalık riski oluşmamakta, genellikle psikolojik veya sosyolojik sorunlar gözlemlenmektedir. Bağımlı olunan davranıştan alınan hazzın yeterli olmamasından dolayı kullanım süresinin artması, davranışın kontrol edilememesi veya bırakılamamasına neden olabilmektedir (14). Bu durum da bağımlılığa yol açmaktadır. Bireyler bağımlılık yapan davranışı nedeniyle günlük yaşamda olumsuz sonuçlar ve işlevsel bozulmalar yaşamaktadır (9-15). Bununla birlikte davranışsal bağımlılık; ailesel ve toplumsal sorunların oluşmasına, sorumlulukların yerine getirilememesine ya da yerine getirilmesinde güçlük yaşanmasına, bağımlı olunan davranışın gerçekleştirilememesi ile stres, huzursuzluk, endişe gibi problemler yaşanabilmesine neden olabilmektedir (13, 14, 16). Diğer yandan sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin benliklerinin ve benlik saygılarının da olumsuz yönde etkilendiği bilinmektedir (16-18).

Sosyal medya, kişilerin herhangi bir ayrım olmadan özgürce, kendilerini ifade etmelerine, istedikleri türde ve şekilde paylaşım yapmalarına, bilgiye kolay

ulaşmalarına olanak sağlamaktadır (8). Sosyal medya sayesinde bireyler kendi benliklerini ifade etme şansı bulmaktadır (19-21). Bireyin benliğinin değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan benlik saygısı kavramı ise bireyin kendisine ilişkin algılarını, tutumlarını, benliğini algılayışını kapsamaktadır (16, 17, 22). Bu tutumların, algılamaların oluşması yaşam boyunca devam etmektedir (22). Benlik saygısı bireyin bulunduğu toplum, kültür ve sosyal çevreden etkilenmektedir (22-24).

Bireyler, benliklerini ve benlik saygılarını ifade etmek için kendi öz bildirimlerini kullanmaktadırlar. Öz bildirimler karşıdaki bireye, bireyin benliği hakkında bilgi sunmaktadır (25, 26). Bireyler görüşme, test veya karşılıklı iletişim anında kendi öz bildirimlerine dayanan soruları cevaplarken başkaları tarafından beğenilen özellik ve davranışlara sahip olma etkisinde kalabilmektedirler. Bu sebeple birey davranışı için toplumda beğenilir ve arzu edilir olmasını isteyerek cevap verebilmektedir (27). Bu durum benlik saygısının değerlendirildiği araştırma verilerinin geçerliğini tehdit edebilmektedir. Benlik saygısının değerlendirilmesine yönelik öz bildirimlerde birey kendini sosyal normlarla uyumlu göstermek için bu normlara uygun maddeleri seçerek yanıtlayabilmektedir (28). Sosyal olarak onaylanmaya ihtiyaç duyan birey, başkalarının görüşlerine önem vermekte ve toplumun / grubun beğenisini alacağını düşündüğü şekilde davranabilmektedir (29). Bu davranışların bireyin bir topluma / gruba ait olma isteği ve o toplum / grup tarafından beğenilme, sevilme isteğinden kaynaklandığı düşünülmektedir (27). Sosyal onay ihtiyacı düşük seviyede olan birey ise, başkaları tarafından kabul görmekle ilgilenmemekte ve bu nedenle de kendi davranışlarına daha fazla güvenme eğiliminde olmaktadır (28). Bu durum sosyal beğenirlik etkisi olarak kavramlaştırılmaktadır (25, 26). Sosyal beğenirlik etkisi günümüz teknolojisinde de ortaya çıkmakta olup, dijital medyanın evrimi, ergenler arasında kullanım kalıplarını ve güdülerini değiştirmiş, aileleri ve sosyal ağları içindeki iletişim tercihlerini etkilemiştir (30). Sosyal medya uygulamaları üzerinden yapılan paylaşımların beğeniye sunulması sosyal beğenirlik kavramının etkisi olarak görülmektedir (28, 29).

Psikiyatri hemşireleri; davranışsal bağımlılıklar konusunda bireylere verdikleri eğitimler ile farkındalık oluşturmaktadırlar. Sosyal medya bağımlılığının benlik saygısı ve sosyal beğenirlik üzerine etkisinin tespit edilmesi ile bu konuda farkındalığının artırılmasına katkı sağlanabilir. Bireyin benliğini tanıyıp kendisini

kabul etmesi, benlik saygısının arttırılmasına yardımcı olmaktadır. Sosyal çevrenin bireyin benliği üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulduğunda özellikle gençlerin ve ailelerin bu konuda bilinçlenmesine yardımcı olunabilir. Psikiyatri hemşirelerinin, sosyal medya kullanımında sağlıklı davranışlar geliştirilmesi konusunda birey, aile ve toplumun bilgilendirilmesini sağlayarak bireylerin benlik saygısı düzeyinin yükseltilmesini ve ruh sağlığının daha iyi sürdürülmesini sağlayabileceği öngörülmektedir.

### 1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

### 1.3. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

**1. $H^0$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik arasında ilişki yoktur.

**$H^1$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik arasında ilişki vardır.

**2. $H^0$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile benlik saygısı arasında ilişki yoktur.

**$H^1$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile benlik saygısı arasında ilişki vardır.

**3. $H^0$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımı düzeyi düşüktür.

**$H^1$:** Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımı düzeyi yüksektir.

**4. $H^0$:** Üniversite öğrencilerinin sosyal beğenirlik düzeyi yüksektir.

**$H^1$:** Üniversite öğrencilerinin sosyal beğenirlik düzeyi düşüktür.

**5. $H^0$:** Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı yüksektir.

**$H^1$:** Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı düşüktür.

# 2. GENEL BİLGİLER

## 2.1. BENLİK

### 2.1.1. Benlik Kavramı

Bireyin kendisiyle ilgili değerlendirmeleri, algıları ve diğer insanların bireye yönelik algıları benlik kavramını oluşturur. Super (1963), diğer insanların bireye yönelik algılarını da kapsadığından bahsetmektedir (31).

Benlik, organizmanın çevreye uyumu ve korunmasından sorumludur. Altbenlik, benlik ve üstbenlik arasında kesin çizgiler çizilememektedir. Düzenleyici dizge olarak da adlandırdığımız benlik (ego) kavramını Freud, ruhsal yapıyı dış uyaranlara karşı koruyan, altbenlikle dış dünya arasında köprü görevi yapan ve gelişebilen yapı olarak açıklanmış olup temel görevi uyumdur (32, 33).

### 2.1.2. Benlik Saygısı

Benlik saygısı; bireyin kendisini ifade edişi, değerlendirmesi ve kendisinden memnuniyeti olup, kendisine karşı pozitif veya negatif tutumunu ifade etmektedir (33, 34). Bireyin yaşantısı yoluyla oluşturduğu şema olarak ifade edilebilmektedir. Benlik saygısı ergenlik döneminde gelişmeye başlamakta olup olumlu ya da olumsuz olabilir. Öznel bir olgudur, statik bir kavram değildir ve zaman içerisinde değişebilmektedir (34).

Benlik saygısının olumlu ya da olumsuz olma durumuna göre yüksek veya düşük benlik saygısı oluşmaktadır. Bu durum bireyin davranışlarını etkilemekte olup kişilik gelişiminde önemlidir. Benlik saygısının gelişimde temel kabul edilen üç kavram; kendini sevme (self-love), kendini kabul etme (self-acceptence) ve yeterlilik (competence) olarak belirtilmektedir (33). Benlik saygısı kişinin kendini yeterli görmesi ve hissetmesidir (34). Dilmaç ve Ekşi'nin (2008) belirttiğine göre benlik saygısı Rosenberg tarafından 1965'te bireyin kendisini değerlendirmesinin sonucunda kendisine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu; Coopersmith tarafından 1967'de bireyin kendi saygınlığını değerlendirmesinin sonucu olarak kendini onaylama ya da onaylamama tutumu şeklinde tanımlamıştır (35).

Benlik saygısı birçok öğeden oluşmaktadır ve benlik saygısının seviyesi; başarı, arkadaşlık dostluk, stresle baş etme, gruplara dâhil olma gibi tüm yaşamı etkilemektedir (23). İki boyutlu benlik saygısından bahseden Rosenberg (1965), yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendilerini daha özgüvenli ve saygıdeğer hissettikleri ve düşük benlik saygısına sahip bireylerin de kendilerinden memnun olmadıklarını ifade etmektedir (36). Benlik saygısının yüksekliği kişilerin kendilerini daha önemli, yararlı ve saygıya değer algılamalarını, düşüklüğü ise kapasitesinin altında hedefleme yapmasına, kendisini göstermekten çekinmesine ve reddedilmekten korkmasına neden olur (33). Benlik saygısının yetersiz hissedilmesi saldırgan davranışlara, psikosomatik hastalıklara, pasif davranışlara sebep olabilmektedir (34).

### 2.1.3. Benlik Saygısı ve Sosyal Medya

Tüm sosyal medya uygulamalarının temel kullanıcı etkinliği kendini sunmaktan geçmektedir (37). Benlik saygısı, ergenlikten genç yetişkinliğe doğru artmaktadır ve çevresel uyaranlardan etkilenebilmektedir. Kişinin özgüven düzeyi önemli olmakla birlikte, başarı veya başarısızlık deneyiminin bir sonucu olarak dalgalanma derecesi de benlik saygısını etkilemektedir. Bireyler bu tür değişimleri günlük hayatta yaşayabilecekleri gibi sosyal medya da dâhil olmak üzere çevrimiçi ortamlarda da başarı ve başarısızlık yaşayabilmektedirler (18). Yapılan çalışmalarda, sosyal medya kullanımının, kullanıcıların kendilerinden daha iyi durumda görünen diğer kullanıcılarla karşılaştırdıklarında kendilerini kötü durumda hissetmelerine sebep olabileceği belirtilmiştir. Bu süreçlere genellikle olumsuz kendilik ve beden değerlendirmeleri eşlik etmekte ve bu nedenle benlik saygısını ve beden imajı göstergeleri olumsuz yönde etkilenebilmektedir (38). Araştırmacılar, kullanıcıların kendilerini ve yaşamlarını kendi ağlarındaki diğer kullanıcıların paylaşımları ile karşılaştırma potansiyeli göz önüne alındığında, sosyal medyanın özellikle de kullanıcıların benlik saygısı üzerindeki rolüne vurgu yapmışlardır (18). Literatürde genel sosyal medya kullanımı gençlerde düşük benlik saygısı ilişkili bulunmuştur (39, 40). Blachnio ve ark.nın (2016) Facebook ile yaptığı çalışmanın sonucunda; standart Facebook kullanıcılarının benlik saygısı ve yaşam doyumu değerlendirildiğinde hem yoğun hem de bağımlı kullanıcılardan istatistiksel olarak farklı olduğu ve Facebook bağımlılığı ile düşük benlik saygısı arasında ilişki olduğu belirtilmiştir (41). Errasti ve ark.nın (2017) yürüttükleri çalışmada da Facebook ve Twitter'ın fazla kullanılmasının

daha düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (40). Instagram kullanımı ile ilgili bir sistematik derlemede, mevcut çalışmaların çoğunun Instagram kullanımı ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki bulduğunu (38), başka bir çalışmada ise bu ilişkinin kadınlar arasında daha güçlü olabileceği aktarılmıştır (42). Instagram kullanım yoğunluğu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalardan bazıları bu iki kavram arasında anlamlı ilişki bulamazken (43-45), bazı araştırmalar ise negatif ilişki olduğunu bulmuştur (42, 46-48).

Gerçekçi olmayan güzellik ideallerinin popülerleştirildiği ve bu güzellik algısının tüm dünyaya ulaştığı yer sosyal medyadır. Her yaştan insanın aktif kullandığı sosyal medyada verilen bu mesajlar beden imajını, bireyin algılarını ve dolayısıyla benlik saygısını etkilemektedir (37, 49, 50). Benlik saygısı, ruh sağlığının ve genel yaşam kalitesinin geliştirilmesinde ve sürdürülmesinde önemli bir faktördür (32, 51, 52). Benlik saygısı, fiziksel dünya ve diğer insanlarla ilişkilerde başarı ve başarısızlık deneyimlerinden etkilendiği bilinmekte olup (53) düşük benlik saygısının depresyon, yeme bozuklukları ve bağımlılık gibi çok sayıda ruh sağlığı bozukluğu ile ilişkili olduğu bilinmektedir (54-57).

## 2.2. SOSYAL BEĞENİRLİK

### 2.2.1. Sosyal Beğenirlik Kavramı

Sosyal beğenirlikten etkilenen insanlar, kültürel olarak istenen davranışları fazla bildirme ve istenmeyen davranışları eksik bildirme eğilimindedir. Yani sosyal beğenirlik sosyal olarak kabullenilme isteğini ifade etmektedir (58). Sosyal beğenirlik yanlılığının etkisi veya bir bireyin sosyal onay ihtiyacının ölçüsü ve bunun bir değerlendirmenin doğruluğu üzerindeki etkisi iyi anlaşılmamıştır. Sosyal beğenirlik, ilk olarak bireyin sosyal onay ihtiyacının bir ölçüsü olarak belirtilmiş ve anket yanıtlarının geçerliliğini etkileyebilecek bir kişilik özelliği olarak tanımlanmıştır (59). Araştırma katılımcılarının daha olumlu bir ışık altında görünmek için anketler ve deneylerdeki yanıtlarını önyargılı tutma eğilimi olarak düşünülebilmektedir (60). Bu tür önyargılı yanıtların altında yatan nedenler, öncelikle, onaylanmama ve dışlanma gibi olumsuz sosyal yaptırımlardan kaçınma ile onay ve daha yüksek sosyal statü gibi sosyal ödüllerin aranmasını içermektedir (60).

Sosyal beğenirlik kavramı ile ilgili yürütülen çalışmalar genellikle öz bildirimlerle dayanmaktadır. Aynı şekilde benlik saygısı da bireyin öz bildirimleriyle ölçülmekte ve sosyal olarak arzu edilen yanıtlarla şişirilmiş veriler elde edildiği de düşünülmektedir (61). Benlik saygılarının büyük ölçüde başkalarından onay almaya bağlı olduğunu bildiren katılımcılar, Instagram kullanım yoğunluğu ile sosyal karşılaştırma arasında daha güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (62).

### 2.2.2. Sosyal Beğenirlik ve Sosyal Medya

Dijitalleşmenin ilerlemesi, bireylerin sosyal kimliğini sürekli artarak büyüyen bir dijital ortama maruz bırakmaktadır. Beden imajı ve içselleştirme süreçleri üzerine yapılan araştırmalar, yer ve mekân sınırı olmaksızın idealize edilmiş modellerin takip edilmesine olanak sağladığı için, yeni iletişim araçlarının aracılık ettiği büyük bir sosyal karşılaştırmaya işaret etmektedir (63). Bireyler kendilerini her zamankinden fazla yargılamaya ve başkalarıyla, idealize edilmiş modellerle karşılaştırmaya maruz bırakan bir sosyal çevrede bulunmaktadır. Sosyal ağlar ve diğer dijital medya aracılığı ile sosyal karşılaştırmalara maruz kalmaları, yüksek düzeyde sosyal beğenirlik göstermelerine neden olabilmektedir (30). Özellikle ergenlik döneminde olan gençlerin akranları tarafından takdir edilmek ve tanınmak istedikleri bilinmektedir. Bununla birlikte, bu isteklerin sosyal ağlar gibi sosyal bir vitrin bağlamında aşırı derecede vurgulanması, bir şekilde beğenilir görünme ihtiyacı doğurmaktadır (30). Bu maruz kalma ve beğenilirlik ihtiyacı, beden imajı yönetimi sorunlarının yanı sıra sosyal ağlara bağımlılık ile ilgili de olabilmektedir (64, 65). Tremolada ve ark. (2022) tarafından yapılan bir çalışmada, sosyal beğenirliğin özellikle ergenleri etkilediği, ancak büyümeyle birlikte olgunluğa yaklaştıkça bu değerlerin normalleştiği bildirilmiştir (30).

## 2.3. SOSYAL MEDYA

### 2.3.1. Sosyal Medya Kavramı

İnsanlar yaşamları boyunca diğer insanlarla etkileşimde olurlar. Bu etkileşim farklı yollarla gerçekleşebilmektedir (66). Sosyal medya, Web 2.0 sayesinde hayatımıza giren, kullanıcıların programlama dili bilmeden, rahatça video, fotoğraf, metin, müzik veya başka şekillerde içerik oluşturup, diğer kullanıcılara bu içeriği

aktarabildiği, içeriklerin değerlendirilip yorumlanabildiği internet tabanlı uygulamalardır. Sosyal medya sayesinde farklı fikirler, paylaşımlar hayatımızda yer bulmaktadır (67). Bu uygulamalar sayesinde kullanıcılar kişisel içerik oluşturabilmekte, diğer kullanıcılarla iletişime geçebilmekte, düşündüklerini, yaşadıklarını farklı yöntemlerle, farklı uygulamalarla, farklı şekillerde aktarabilmektedirler. Kullanıcılar bilgi edinme, farklı kültürleri tanıma, gündemi takip etme, vakit geçirme, oyun oynama, sosyal gruplara dâhil olma ve benzeri ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler. Sosyal medyada zaman ve mekân sınırlaması bulunmaktadır (67). Ayrıca sosyal medya uygulamalarının çoğu ücretsiz veya ucuz olduğu için ulaşımı kolay ve kullanımı basittir (68).

Sosyal medya kişiler için farklı kullanım amaçlarına hizmet edebilmektedir. Bazı bireyler gruplara dâhil olmak, aynı düşüncelere sahip olan insanlarla sosyalleşmek ve kendini ifade etmek için kullanırken, bazı bireyler yalnız kalmak, gözlem yapmak amacıyla kullanabilmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda birey sosyal medyada profil oluşturmakta ve kendisini bu şekilde ifade etmektedir (69).

Sosyal medyanın etki alanını önceden tam olarak kestirememekle birlikte, birden çoğa ya da çoktan çoğa olabilmektedir. Bireylerin her konuda kendi görüş ve düşüncelerini yayımlayabilmesi sosyal medya içeriğinin demokratikleşmesini ve içeriğin sürekli sirkülasyonunu ve güncellenmesini sağlamaktadır (67).

Kristina Lerman sosyal medya sitelerinin dört karakteristik özelliği olduğunu söylemiştir. Ona göre kullanıcılar;

1. Çeşitli medya türlerinde içerik üretebilir ya da içeriğe katkıda bulunabilir.
2. Etiketleri kullanarak içerikle bağlantı kurabilirler.
3. İçeriği oylayarak aktif şekilde ya da pasif kullanımla değerlendirirler.
4. Kişiler veya arkadaşlar olarak benzer ilgi alanlarına sahip diğer kullanıcıları belirleyerek sosyal ağlar oluştururlar (70).

### 2.3.2. Sosyal Medya Türleri

Mayfield (2008), sosyal medya araçlarını kategorize etmiştir. Bunlar; bloglar, mikrobloglar wikiler, forumlar, podcast, sosyal ağlar, içerik topluluklarıdır (71).

**Bloglar:** Web tabanlı dergiler ya da günlükler olarak tanımlanabilen web siteleridir (72). Üreticinin paylaşmak istediği şeyi, istediği şekilde paylaşmasına olanak tanımaktadır. Blogları oluşturmak ya da güncellemek için programlama dili veya üstün teknik bilgiye ihtiyaç duyulmamaktadır. Asıl adı İngilizce "weblog" olan kelime zaman içinde kısalmış ve blog olarak yaygınlaşmıştır. Türk dilinde, weblog/blog kavramının "ağ günlüğü", "e-günlük" gibi önerileri olmasına rağmen henüz Türk Dil Kurumu tarafından kesinleştirilen bir karşılığı bulunmaktadır (73).

Bloglar genellikle bir konu üzerine oluşturulan, sık güncellenen ve paylaşımların en günceli en üstte olacak şekilde sıralandığı kişisel web sayfalarıdır. Bloglarda iletişim çift yönlü olarak gerçekleşmektedir. Bloglarda üretici paylaştığı içeriklerin değerlendirilmesi için yorum yapılmasına izin verebilmektedir. Bloglar ile aynı anda birçok kişiye ulaşabildiği düşünüldüğünde blogların bir tür kitle iletişim ortamı olduğu kabul edilmektedir. Ancak kitle iletişim araçlarından farklı olarak bloglar geri bildirime açık olduğu için iletişim karşılıklı gerçekleşmektedir (74). Bloglar içeriklerine göre dörde ayrılmaktadır; temasal bloglar, kişisel bloglar, yayıncıların sponsor olduğu bloglar ve kurumsal bloglar (72-74).

Kişisel bloglar: En yaygın türüdür. Kişilerin bir hobi, ilgi alanı ve benzeri bir konu hakkında bilgi, deneyim ya da günlük hayatta karşılaştıkları, yaşadıkları olayları aktardıkları bloglardır ve deneyim gerekmez (72, 74).

Temasal Bloglar: Konu, tema belliyse veya blog bir alana özelse bu bloglar temasal blog olarak adlandırılmaktadır. Kullanımı yaygın olmakla birlikte konusu pazarlama, tanıtım, eğlence, bilgilendirme ya da sektöre özgü herhangi bir konu olabilmektedir. Bu türün blog yazarları genellikle, konuyu iyi bilen, temanın uzmanı olan kişilerdir (72, 74).

Yayıncıların Sponsor Olduğu Bloglar/ Topluluk Blogları: Gazete, dergi, televizyon veya geleneksel medyanın alt kuruluşu gibi faaliyet göstermektedirler. Çoğunlukla ait oldukları yayın kuruluşunun editörü tarafından yönetilmekte ve yayıncılar tarafından içerik yönetilmektedir (72, 74).

Kurumsal Bloglar: Kurumların hedef kitlelere kendisini tanıttığı bloglardır. Kurum adına yazılar yazılır, sunulur, hedef kitleden geri bildirim alınır (72, 74).

**Mikrobloglar:** Blogların sınırlandırılmış, kapsamı daraltılmış şeklidir. Anlık fotoğraf, video, kısa cümleler paylaşmak için kullanılır. Yazı karakteri genellikle 140-200 (bir sms için izin verilen uzunluk) olarak sınırlandırılmıştır (75). Mikrobloglar hızlı güncellenebilen ve cep telefonlarından, bilgisayarlardan kolayca ulaşılabilen sosyal platformlardır. Mikrobloglar anlık mesajlaşma ve blog özelliklerinin birleşmiş halidir (71). İlk mikroblog "twitter (www.twitter.com)" tarafından yapılmıştır (75).

**Wikiler:** Amerikan bilgisayar programcısı Howard G. Cunningham tarafından geliştirilen, WikiWikiWeb'in kısaltması olan wiki, erişimi olan herkesin düzenleyebileceği web sitesidir. Hawai dilinde wikiwiki hızlı anlamına gelmektedir. Wikiler birçok heterojen sistemlerin referanslarının birleşmesi için "tek durak" sağlar (76). Normal bir web sitesinden farklı olarak "düzenle" ve "kaydet" gibi düzenleme araçları bulunmaktadır (77). Kahn (2009), "*Bir wiki'nin tek bir sayfasına "wiki sayfası" denirken, genellikle köprüler aracılığıyla yüksek oranda birbirine bağlanan sayfaların tümüne "wiki" denir.*" şeklinde açıklamıştır. Düzenleme yetkisi herkese devredebildiği için tek bir merkezi editöre, düzenleyiciye göre daha güncel ve kaliteli bilgiler sunulmaktadır. Wikiler herkesin düzenlemesine açık olabildiği gibi özel, parola ile korumalı şekilde de olabilmektedir. İçerik, içeriğin düzenlenmesi ve kimler tarafından düzenleneceği kurucu tarafından da izlenebilmektedir (78).

**Çevrimiçi forumlar:** Mesaj panoları veya tartışma panoları olarak da bilinen internet forumları, çevrimiçi tartışmalar sağlayan web uygulamalarıdır. Forum kullanıcıları bir tartışma konusu başlatabilmektedir ya da olan bir konuya yanıt gönderebilmektedir. Wikiler gibi forum da herkese açık olabildiği gibi özel, parola ile korumalı şekilde de olabilmektedir. Ancak farklı olarak başlıklar ve gönderiler site yöneticisi dışındaki diğer kullanıcılar tarafından düzenlenememektedir (78). Asenkron etkileşimlere izin vermesi bakımından, öne çıkan eşzamanlı etkileşimler gerektiren diğer yöntemlerden (örneğin sohbet grupları) farklı olarak, katılımcıların tartışmalara istedikleri zaman katılabilmeleri imkânı tanımaktadır. Asenkron çevrimiçi forumların gözlemlenebilir, kullanımı kolay, erişilebilir ve güvenli olduğu bildirilmiştir (79). Online forumlar genellikle 6 ay, 1 yıl gibi uzun bir dönemde yönetilmekte bu, araştırmacılara forumun teknik yönlerini değiştirme esnekliği verir, katılım yükünü ve zaman baskısını azaltmaktadır (80).

**Podcast:** "Podcasting" kelimesi, 2005 yılında Oxford American Dictionary''de yılın kelimesi seçilmiştir. Podcastler radyo veya televizyon programlarına benzer, ancak İnternet üzerinden kullanıma sunulmaktadır. Geleneksel medyadan farklı olarak podcastler daha geniş bir içerik ve programlama çeşitliliğine sahiptir. Podcast üreticileri daha küçük izleyicileri gruplarını desteklemeye isteklidirler. Geleneksel medya izleyicileri milyonlarla ölçerken, podcast yapımcıları onları binlerle ölçmektedir. Biçim olarak bilgi içeriği, müzik, talk show, eğitim ve hikâye anlatımını içerebilmektedir. Bu programlama formatları, geniş bir kategori yelpazesini kapsamaktadır (hobiler, politika, teknoloji, sağlık, eğitim, komedi, kültür, iş ve tıp). Tüm ilgi alanları için podcastler mevcuttur (81, 82).

Podcastleri kullanmak için bir cihaz (akıllı telefon, tablet veya bilgisayar), ilgilendiğiniz bir konu olması yeterlidir. Podcastler, yalnızca ses veya ses/video podcastleri şeklinde olabilmektedir. Yalnızca ses olan podcastler daha yaygın kullanılmaktadır. Video tabanlı podcastler daha fazla görsel dikkat gerektirmektedir ve daha çok bu açıdan televizyon programlarına benzemektedir (81, 82). Podcastler, belirli bir konu hakkında tutkulu olan bir kişi tarafından yapılabilmekte olduğu gibi büyük prodüksiyon şirketleri veya geleneksel medya kuruluşlarıyla ilişkili kuruluşlar tarafından da üretilebilmektedir (81, 82). Podcastlerin avantajlarından biri, düşük maliyetli ve ücretsiz olmalarıdır. Bazı üniversiteler popüler kursların podcastlerini sunmaktadır. Podcastlerin süreleri 5 dakika kadar kısa olabildiği gibi 2 saat kadar uzun da olabilmektedir. İlgi alanına göre podcastlerin bulunması günümüzde oldukça kolay hale gelmiştir (81, 82).

**Sosyal ağlar:** Çevrimiçi sosyal ağlar, bir tür sosyal medyadır. Diğer kullanıcılarla bağlantı kurmak ve bilgi alışverişi yapmak için web sitesinde kendi genel veya yarı genel profilini oluşturabilen web tabanlı sosyal ilişkileri mümkün kılan uygulamalardır. Çevrimiçi sosyal ağ uygulamalarına bazı örnekler; Facebook, Myspace, Flicker ve Instagram'dır. Sosyal ağ siteleri, sosyal ağlar (Facebook, MySpace, Google Plus, Twitter gibi ortak ilgi alanlarına sahip kişileri birbirine bağlayan), profesyonel ve akademik ağlar (LinkedIn gibi işle ilgili bağlamları olan kişileri birbirine bağlayan), multimedya paylaşım ağları (YouTube, Flickr gibi videolar ve fotoğraflar paylaşım sağlayan), eğitim ve bilgi/bilgi toplama ağları (Wikipedia), içerik üretimi (bloglar [Tumblr, Blogger] ve mikrobloglar [Twitter]) ve

sanal gerçeklik ve oyun ortamları dâhil olmak üzere farklı amaçlar için kullanılmaktadır (83).

**İçerik toplulukları:** Fotoğraf, video paylaşım ağları, sosyal imlemeyi içeren yani etiketleme yolu ile paylaşılan içeriğin tanımlanmasına olanak veren sosyal medya türüdür. Fotoğraf paylaşım ağları ile istenilen fotoğrafın anında kullanıcılara ulaştırılmasını, video paylaşım ağları ile de videonun kullanıcılara ulaştırılmasını sağlar (84). Etiketleme özelliği kullanıcıya içeriği bulmasında kolaylık sağlamaktadır (85).

### 2.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı

Siber çağda insanlar sadece yüz yüze değil, sosyal medya platformları aracılığıyla da etkileşime girmektedir. 2020 Temmuz verilerine göre, dünya çapında yaklaşık dört milyar aktif sosyal medya kullanıcısı bulunmaktadır ve bunların yarısından fazlası Facebook kullanmaktadır. Sosyal medya, insanların yer veya zaman kısıtlaması olmaksızın yeni arkadaşlar edinmelerini ve mevcut sosyal ağ kullanıcılarıyla bağlantılarını sürdürmelerini sağlamaktadır. Ancak sorunlu kullanım, kullanıcıların psikososyal yönden iyi oluşunu ve refahını bozabilmektedir. Birey sosyal medya ile uzun süre geçirmekte ve kullanamadığında kendini sıkıntılı hissetmekte ise, bu durum kötüye sosyal medya bağımlılığı olarak adlandırılabilmektedir (10). Sosyal medya kullanımının artmasıyla birlikte bu yeni teknolojinin bağımlılık yapıcı kullanımı da artmıştır. Yapılan araştırmalar, bağımlılık yapan sosyal medya kullanımının, azalan üretkenlik, sağlıksız sosyal ilişkiler ve azalan yaşam memnuniyeti gibi olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu bulmuştur. Sosyal medyanın aşırı kullanımı, düşük iş performansı, sosyal ilişkiler de azalma, uyku sorunları, düşük yaşam doyumu, kıskançlık, endişe ve depresyon, ile ilişkilendirilmektedir (86).

Carbonell ve Panova'ya göre "bağımlılık" terimi ile madde kullanım bozuklukları arasındaki tarihsel bağlantı nedeniyle, "sosyal medya bağımlılığı" teriminin geleneksel psikiyatrik bozuklukların ciddiyetini zayıflatabileceğinden endişe edilmektedir (87). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından 1994 yılında yayımlanan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)-IV olarak adlandırılan "Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı" içinde internet,

sosyal medya bağımlılığı veya telefon bağımlılığından bahsedilmezken, 2013 yılında yayımlanan DSM-V'te "İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (Internet Gaming Disorders)" olarak tanı ölçütleri eklenmiştir. Ancak sosyal medya bağımlılığı ile ilgili tanı bulunmamaktadır (88, 89).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından yayımlanan "Uluslararası Hastalık Sınıflandırması (International Classification of Disease (ICD))" olarak adlandırılan sağlık sorunlarının uluslararası kodlama ve sınıflandırma standardı bulunmaktadır. 2018 yılında güncellenen ICD-11 olarak adlandırılan versiyonunda "Davranışsal Bağımlılıklardan Kaynaklanan Bozukluklar (Disorders due to Addictive Behaviours)" başlığı altında çevrimiçi kumar bozukluğu ve çevrimiçi oyun bozukluğundan bahsedilmiştir. ICD-11'de sosyal medya bağımlılığı ayrıca kodlanmamıştır (90).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) açıkladığı rakamlarla internet ve sosyal medya kullanımının yaygınlığını ve bağımlılık riskini ortaya koymuştur (5). TÜİK'in 2019 yılında yaptığı Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre 16-74 yaş aralığında bulunan bireylerde %75,3'ünün ve hanelerin %88,3'ünün evden internet erişimi imkanına sahip olduğu açıklanmıştır. 2020 yılında yapılan aynı araştırmaya göre 16-74 yaş aralığında bulunan bireylerde internete erişim imkânı %79,0 olarak açıklanmış ve önceki yıla göre %4,7 oranında artış gözlenmiştir. 2020 yılında hanelerin %90,7'sinin evden internet erişimi imkanına sahip olduğu açıklanmıştır. 2021 yılına bakıldığında TÜİK tarafından yapılan aynı çalışmanın sonucu, 16-74 yaş aralığındaki bireyler için %82,6, haneler için %92,0 olarak ve 2022 yılında 16-74 yaş grubundaki bireyler için %85,0, haneler için %94,1 olarak açıklanmıştır. 2022 yılında internet erişiminde bireylerin en fazla kullandıkları sosyal medya ve mesajlaşma uygulamaları %82,0 ile WhatsApp; %67,2 ile YouTube ve ardından %57,6 ile Instagram olarak açıklanmıştır (5).

TÜİK tarafından yapılan çalışmada internet kullanım oranı 6-15 yaş grubundaki çocuklar 2013 yılında %50,8 iken 2021 yılında %82,7 olarak tespit edilmiş ve internet kullanan çocuklardan %90,1'inin hemen hemen her gün interneti kullandığı açıklanmıştır. Düzenli internet kullanan çocukların %31,3'ü interneti sosyal medya için kullandığını belirtmiş, hafta içi günlerde ortalama iki saat elli dört dakika ve hafta sonu günlerde iki saat kırk dört dakika sosyal medya kullandığı belirlenmiştir (5).

Literatürde sosyal medya bağımlılığı, sorunlu sosyal medya kullanımı ve kompulsif sosyal medya kullanımı gibi terimler, bağımlılığa benzer semptomlar gösteren ve/veya azalmış öz-kontrol ile karakterize olan uyumsuz sosyal medya kullanımını anlatmak için birbirinin yerine kullanılmaktadır (87). Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili çalışmaların öncelikle Facebook'a odaklandığını görülmektedir (91-93).

### 2.3.4. Sosyal Medya ve Ruh Sağlığı Hemşireliği

Ruh sağlığı bozuklukları, 15 yaş üstü bireylerde son on yılda artmıştır (94). Bu artışın sebeplerinden biri de son yıllarda kullanımı artan internet ve sosyal medya olarak düşünülmektedir. (17). Bireyin temel öz değerlendirmelerinin uygun olmayan/sağlıksız sosyal medya kullanımında rol oynadığı görülmektedir. Bu tür değerlendirmeler temel inançları, atıfları, şemaları ve otomatik düşünceler ile şekillenebilmektedir (17). Sosyal medya, doğru veya yanlış ayrımı olmaksızın kişileri popüler olan davranışlara özendirmekte ve bağımlılık, narsisizm, düşük benlik saygısı gibi birçok ruh sağlığı bozukluklarına yol açabilmektedir (1, 2, 3, 95). Sosyal medya kavramı ile birlikte ruh sağlığı bozukluklarından en sık karşılaşılan kavram bağımlılıktır. Sosyal medya; bağımlılık yapıcı doğası nedeniyle aile ve toplum ile sosyal işlevleri zedeleyerek birçok kronik sosyal medya kullanıcısının zihnini meşgul etmektedir. Ayrıca, çevrimiçi sosyal ağların aniden kesilmesi (İnternet bağlantısının olmaması gibi), bazı kronik kullanıcılarda uyuşturucu/alkol/nikotin yoksunluğu sendromu sırasında görülebilen belirti ve semptomlara neden olabildiği de belirtilmektedir (37).

Amerikan Hemşireler Birliği (ANA)'nin tanımına göre; "*Ruh sağlığı ve psikiyatri hemşiresi; sanat olarak kendiliğin amaçlı kullanımı, bilim olarak ise psikososyal ve nörobiyolojik kuramların, araştırma bulgularının ve hemşireliğin çeşitli rollerinin kullanımı ile hizmet veren ruh sağlığı profesyonelidir*" (96). Hemşirelik kanununa göre ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin görevleri hemşirelik bakımı, tıbbi tanı ve tedavi planının uygulanmasına katılma, eğitim ve danışmanlık başlıkları altında ayrıntılandırılmıştır (97). Hemşireler genel görev yetki ve sorumluluklarının yanı sıra, hastayla bir bütünlük içerisinde kanıta dayalı değerlendirme yöntemleri ve terapötik iletişim tekniklerini kullanarak veri toplayarak hastanın riskli davranışlarını ve risk düzeyini belirlerler. Psikiyatri hemşireleri bireyin

holistik bakış açısıyla değerlendirilerek, problem alanlarını planlı görüşmelerle ele alır. Destek sistemlerini kullanarak bireyi/aileyi yönlendirir. Birey/aileye yönelik sağlık eğitimi ve hasta eğitimi planlar. Hastayı/aileyi desteklemede stresle baş etme, kişiler arası ilişkiler, stigmatizasyon, problem çözme becerisi, sosyal beceriler gibi konularda psiko-eğitim programları planlar ve uygular. Bağımlılık yapıcı maddenin tanımlamasını yapar, bu konuda eğitim programları planlar, eğitimin etkinliğini değerlendirir. Ruhsal sağlığın korunma ve geliştirilmesinde, toplumun bilgilendirilmesinde aktif rol alır, eğitim ve danışmanlık hizmeti verir (97).

Ruh sağlığı hemşiresi yeni bir bağımlılık türü olan internet ve sosyal medya bağımlılığı için riskli grupların belirlenmesi, bu gruplara eğitim ve danışmanlık verilmesinden sorumludur (97, 98). Ruh sağlığı hemşiresi, çocuk/ergen ve ailesinin eğitim ve danışmanlık gereksinimlerini belirlemekle sorumludur (98). Ruh sağlığı hemşiresi çocuk ve ergenlerin toplum içinde gelişimini desteklemeyi amaçlamaktadır (98). Hemşirelerin riskli grupta bulunan bireyler, eğitimciler ve aileler ile iletişim halinde bulunması, sosyal medya kullanımı konusunda danışmanlık yapması negatif etkilerin azalmasında katkı sağlayacaktır (98).

# 3. GEREÇ VE YÖNTEMLER

## 3.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Bu araştırma analitik ve kesitsel tipte yapılmıştır. Araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir.

## 3.2. ARAŞTIRMANIN YAPILDIĞI YER VE GENEL ÖZELLİKLERİ

Araştırma, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde yapılmıştır. Fakülte bünyesinde dört bölüm bulunmaktadır. Bu bölümler; Hemşirelik, Ebelik, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon ile Beslenme ve Diyetetiktir.

## 3.3. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırma evrenini 01 Ekim 2021-01 Ocak 2022 tarih aralığında Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'ne kayıtlı 1056 öğrenci oluşturmaktadır; hemşirelik bölümünde 504 öğrenci, ebelik bölümünde 388 öğrenci, fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümünde ise 123 öğrenci öğrenim görmektedir. Beslenme ve diyetetik bölümünde ise öğrenci bulunmamaktadır. Araştırmanın örneklemini ise araştırmaya dâhil olma kriterlerini karşılayan öğrenciler oluşturmuştur. Örneklem büyüklüğü bulunurken evreni bilinen örnekleme yöntemi ile hesaplanmıştır. Örneklem sayısı bulunurken 1. tip hata payı ($\alpha$) = 0,05 ve testin gücü ($1-\beta$) = 0,95 olarak kabul edilmiştir. Hesaplamalar sonucunda örneklem büyüklüğü minimum 282 kişi olarak hesaplanmış, bu araştırmaya 298 kişi katılmıştır. Örneklem seçimi Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrencisi bulunan üç bölümden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Tabakalı örnekleme yönteminde minimum örneklem büyüklüğü hesaplanırken bölümlere göre ağırlıklı oran kullanılmıştır. Minimum sayıya ulaşıldıktan sonra gönüllü öğrenciler de araştırmaya dâhil edilmiştir.

**Tablo 3.3.1. Bölümlerin Minimum Örneklem Büyüklüğü**

| **Bölümler** | **Sayı** | **Ağırlıklı % Oranı** | **Minimum Örneklem Büyüklüğü** | **Ulaşılan Öğrenci Sayısı** |
|---|---|---|---|---|
| Hemşirelik | 504 | 48 | 135 | 136 |
| Ebelik | 388 | 37 | 104 | 107 |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 123 | 12 | 34 | 55 |
| Ulaşılamayan | 41 | 3 | 9 | - |
| **Toplam** | 1056 | 100 | 282 | 298 |

### 3.3.1. Araştırmaya Dâhil Olma Kriterleri;

1. 01 Ekim 2021- 01 Ocak 2021 tarihleri arasında Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde öğrenci olmak,
2. Araştırmaya katılmayı kabul etmek
3. 18 yaş ve üzerinde olmak

### 3.3.2. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri;

Araştırmaya katılmayı kabul etmeme

## 3.4. ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Araştırmanın uygulanabilmesi için; Sağlık Bilimleri Üniversitesi (SBÜ) Gülhane Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 02.09.2021 tarihinde yapılan 2021/14 no'lu toplantısında 2021-331 proje/ karar no ile etik kurul izni alınmıştır (Bkz. EK-1). Ayrıca araştırmanın yapıldığı Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'ndan da yazılı izin (Bkz. EK-2) alınmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilere araştırma hakkında yazılı ve sözlü bilgi verilmiş ve gönüllü olarak katıldıklarına dair onay alınmıştır.

### 3.5. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırmanın verileri "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)", "Sosyal Beğenirlik Ölçeği" "Rosenberg Öz Saygı Ölçeği (RÖSÖ)" kullanılarak veri toplanmıştır. Veri toplama araçları öğrencilere "Google forms" üzerinden çevrim içi olarak uygulanmış olup, verilerin cevaplandırılması yaklaşık 7-12 dakika sürmüştür.

### 3.6. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

#### 3.6.1. Tanıtıcı Bilgi Formu (Bkz. EK-4)

Tanıtıcı Bilgi Formu altı sorudan oluşmaktadır. Formun ilk dört sorusu yaş, cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve sınıfı içermektedir. Sonraki iki soru ise öğrencilerin sosyal medya kullanma durumunu ve gün içinde sosyal medyada geçirilen zamanı içermektedir.

#### 3.6.2. Rosenberg Öz Saygı Ölçeği (RÖSÖ) (Bkz. EK-5)

Rosenberg tarafından 1965 yılında genel benlik saygısını öz bildirim yoluyla belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (99). Çuhadaroğlu tarafından 1986 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Çoktan seçmeli 12 alt ölçekten oluşan ölçekte 63 madde yer almaktadır. Bu çalışmada Benlik Saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. "RÖSÖ" nün dörtlü likert tipi, 10 maddeden oluşan bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin geçerlilik katsayısı .71 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısının .75 olduğu rapor edilmektedir. Analizler "RÖSÖ" nün geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçeğin puanlaması yapılırken her bir sorunun puan alacak cevapları ölçek üzerinde '*' işareti ile gösterilmiştir. Puanlama 1., 2. ve 3. sorular, 4. ve 5. soru, 9. ve 10. sorular birlikte değerlendirilerek yapılmaktadır. İlk üç soru arasında ikisinden puan alınıyorsa (2/3) bu gruptan bir puan gelmektedir. 4. ve 5. sorulardan birinde puan alan şıklardan biri işaretlenmişse bu gruptan da bir puan gelmektedir. 9. ve 10. sorular da 4. ve 5. sorulardaki gibi değerlendirilir. 6., 7. ve 8. soruların her biri tek başına puan getirmektedir. Sonuçta testi dolduran birey tüm sorulardan puan aldığında en yüksek 6, en düşük 0 puan alabilmektedir. Ölçekten alınan puanlar 0-1 puan yüksek benlik saygısı düzeyi, 2-4 puan orta benlik saygısı düzeyi ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi olarak değerlendirilmektedir (99, 100).

Çalışmamızda tüm ölçek maddeleri işleme alındığında Cronbach Alpha katsayısı 0,78 olarak hesaplanmıştır.

### 3.6.3. Sosyal Beğenirlik Ölçeği (SBÖ) (Bkz. EK-6)

Erzen ve ark.ı tarafından 2021 yılında bireylerin sosyal beğenirlik düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. "SBÖ" nün beşli likert tipi, iki alt boyut ("Kabul Görme" ve "Dikkat Çekme") ve 15 maddeden oluşan bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. "Kabul Görme" alt boyutu 1-10'uncu maddeler, "Dikkat Çekme" alt boyutu ise 11-15'inci maddelerden oluşmaktadır. "SBÖ" de ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 68, en düşük puan 15'tir. Puanın yüksek olması bireyin sosyal beğenirlik düzeyinin fazla olduğu şeklinde değerlendirilmektedir. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .84, "Kabul Görme" alt boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı .85 ve "Dikkat Çekme" alt boyutuna ait iç tutarlılık katsayısı .75 olarak bulunmuştur (26). Bu çalışmada "SBÖ" için Cronbach Alpha katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır.

### 3.6.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF) (Bkz. EK-7)

Şahin ve Yağcı (2017) tarafından 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Gerçekleştirilen geçerlik çalışmaları çerçevesinde açımlayıcı ve doğrulayıcı analizleri yapılmış ve "SMBÖ-YF"nun beşli likert tipi, iki alt boyut ("Sanal İletişim" ve "Sanal Tolerans") ve 20 maddeden oluşan bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. "Sanal Tolerans" alt boyutu 1-11'inci maddelerden, "Sanal İletişim" alt boyutu ise 12-20'nci maddelerden oluşmaktadır. 5. ve 11. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçeğin geneli için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .94, alt boyutlardan "Sanal Tolerans" için .92 ve "Sanal İletişim" için .91 bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20'dir. Puanın yüksek olması bireyin kendisini "sosyal medya bağımlısı" olarak algıladığı biçiminde değerlendirilmektedir (101). Bu çalışmada "SMBÖ-YF" için Cronbach Alpha katsayısı 0,87 olarak hesaplanmıştır.

### 3.7. VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmada toplanan verilerin analizi için Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (SPSS Inc. Chicago,IL,USA) 22.0 kullanılmıştır. Tanımlayıcı veriler için sayı ve yüzde ifadeleri ile aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler kullanılmıştır. Kategorik verilerin karşılaştırılmasında ki kare analizi yapılmıştır. Veri grubunun analizi öncesinde, kullanılacak istatistiksel yöntemin belirlenmesi için değişkenlerin normal dağılıma uyum sağlayıp sağlamadıkları test edilmiştir. Bu aşamada Kolmogorov-Simirnov Testi ve Shapiro Wilk testlerinden yararlanılmış ve test sonucu $p<0,05$ olarak bulunmuştur. Veri setinin normal dağılıma uyum göstermemesi nedeniyle gruplar arası karşılaştırmalarda parametrik olmayan yöntemler kullanılmıştır. Ölçek ortalamaları ile bağımsız değişkenler Kruskall Wallis Testi, Mann Whitney U Testi ile karşılaştırılmış, ölçekler arası korelasyon Spearman Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Veriler %95, güven aralığında 0,05 hata payı ile anlamlı kabul edilmiştir.

### 3.8. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE GENELLENEBİLİRLİĞİ

Araştırmanın tek merkezli olması, ölçeklere verilen yanıtların öz bildirime dayanması araştırmanın sınırlılıklarıdır. Araştırma sonuçları yalnızca bu örneklem grubuna genellenebilir.

# 4. BULGULAR

Araştırmaya dâhil olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ile sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendiren bu araştırmanın bulguları aşağıda sıralanmıştır.

## 4.1. ÖĞRENCİLERİN TANITICI BİLGİLERİ

Araştırmaya toplam 298 öğrenci katılmıştır. Katılan öğrencilerin özellikleri incelendiğinde; %87,6'sı kadındır. Erkek öğrencilerin oranı ise %12,4'tür. Öğrencilerin %45,6'sı hemşirelik bölümü, %35,9'u ebelik bölümü ve %18,5'i fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümünde öğrenim görmektedir. Öğrencilerin %39,3'ü 1.sınıfta, %26,2'si 2.sınıfta, %14,4'ü 3.sınıfta ve %20,1'i ise 4. sınıfta öğrenim görmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %93,3'ü sosyal medya kullanmaktadır. Sosyal medyada 1-3 saat geçiren öğrenciler, katılımcıların %49'unu oluşturmaktadır. Öğrencilerin %9,4'ü günde 5 saatten fazla sosyal medyada zaman geçirirken, 0-1 saat geçirenler katılımcıların %20,1'ini, 3-5 saat geçirenler ise %21,5'ini oluşturmaktadır (Bkz. Tablo 4.1)

## Tablo 4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgileri

| **Veriler** | **n** | **%** |
|---|---|---|
| **Cinsiyet** | | |
| Kadın | 261 | 87,6 |
| Erkek | 37 | 12,4 |
| **Öğrenim Görülen Bölümü** | | |
| Hemşirelik | 136 | 45,6 |
| Ebelik | 107 | 35,9 |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 55 | 18,5 |
| **Öğrenim Görülen Sınıf** | | |
| 1.sınıf | 117 | 39,3 |
| 2.sınıf | 78 | 26,2 |
| 3.sınıf | 43 | 14,4 |
| 4.sınıf | 60 | 20,1 |
| **Sosyal Medya Kullanma Durumu** | | |
| Evet | 278 | 93,3 |
| Hayır | 20 | 6,7 |
| **Gün İçerisinde Sosyal Medyada Geçirilen Zaman** | | |
| 0-1 saat | 60 | 20,1 |
| 1-3 saat | 146 | 49,0 |
| 3-5 saat | 64 | 21,5 |
| 5 saatten fazla | 28 | 9,4 |
| **Toplam** | **298** | **100,0** |

### 4.2. Öğrencilerin Rosenberg Öz Saygı Ölçek Puanı Ortalamaları ve Sınıflandırılması

Öğrencilerin "RÖSÖ" toplam puan ortalamaları 1,75±1,55 bulunmuştur. Ölçekten alınan minimum değer 0 puan, maksimum puan ise 6 olmak üzere değerlendirilmektedir. Ölçek puan değerlendirmesine göre öğrencilerin yarıdan fazlası (%54) yüksek benlik saygısına sahiptir. Orta düzey benlik saygısına sahip öğrencilerin oranı %38,6'dır. Öğrencilerin %7,4'ü ise düşük benlik saygısına sahiptir (Bkz. Tablo 4.2.).

**Tablo 4.2. Rosenberg Öz Saygı Ölçek Sınıflandırılması**

| **RÖSÖ Değerlendirmesi** | **n** | **%** |
|---|---|---|
| Yüksek benlik saygısı (0-1 puan) | 161 | 54,0 |
| Orta benlik saygısı (2-4 puan) | 115 | 38,6 |
| Düşük benlik Saygısı (5-6 puan) | 22 | 7,4 |

#### 4.2.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Sınıflandırması

Öğrencilerin cinsiyetlerine, öğrenim gördükleri bölüm ile sınıfa, sosyal medya kullanma durumlarına, gün içerisinde geçirdikleri zamana göre "RÖSÖ" puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$) (Bkz. Tablo 4.2.1.).

**Tablo 4.2.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Sınıflandırması Puanları**

| Tanıtıcı Bilgiler | RÖSÖ Sınıflandırılması | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Yüksek Benlik Saygısı Sayı (%) * | Orta Benlik Saygısı Sayı (%) * | Düşük Benlik Saygısı Sayı (%) * | Toplam Sayı (%)** | İstatistiksel Analiz |
| **Cinsiyet** | | | | | |
| Kadın | 140(53.6) | 101(38.7) | 20(7.7) | 261(87.6) | $X^2$=0.288 |
| Erkek | 21(56.8) | 14(37.8) | 2(5.4) | 37(12.4) | p=0.866 |
| **Öğrenim Görülen Bölüm** | | | | | |
| Hemşirelik | 68(50.0) | 59(43.4) | 9(6.6) | 136(45.6) | $X^2$=5.897 |
| Ebelik | 57(53.3) | 39(36.4) | 11(10.3) | 107(35.9) | |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 36(65.5) | 17(30.9) | 2(3.6) | 55(18.5) | p=0.207 |
| **Öğrenim Görülen Sınıf** | | | | | |
| 1.sınıf | 66(56.4) | 42(35.9) | 9(7.7) | 117(39.3) | $X^2$=3.801 |
| 2.sınıf | 37(47.4) | 35(44.9) | 6(7.7) | 78(26.7) | |
| 3.sınıf | 21(48.8) | 19(44.2) | 3(7.0) | 43(14.4) | p=0.704 |
| 4.sınıf | 37(61.7) | 19(31.7) | 4(6.7) | 60(20.1) | |
| **Sosyal Medya Kullanma Durumu** | | | | | |
| Evet | 148(53.2) | 110(39.6) | 20(7.2) | 278(93.3) | $X^2$=1.703 |
| Hayır | 13(65.0) | 5(25.0) | 2(10.0) | 20(6.7) | p=0.427 |
| **Gün içerisinde sosyal medyada geçirilen zaman** | | | | | |
| 0-1 saat | 37(61.7) | 18(30.0) | 5(8.3) | 60(20.1) | $X^2$=5.515 |
| 1-3 saat | 82(56.2) | 54(37.0) | 10(6.8) | 146(49.0) | |
| 3-5 saat | 30(46.9) | 30(46.9) | 4(6.3) | 64(21.5) | p=0.480 |
| 5 saatten fazla | 12(42.9) | 13(46.4) | 3(10.7) | 28(9.4) | |

*Satır yüzdesi, **Kolon yüzdesi, $X^2$: Kikare testi p<0,05

### 4.2.2. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Puan Ortalamaları

Öğrencilerin cinsiyetlerine, öğrenim gördükleri bölüm ile sınıfa, sosyal medya kullanma durumlarına, gün içerisinde geçirdikleri zamana göre "RÖSÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p≥0,05) (Bkz. Tablo 4.2.1.).

**Tablo 4.2.2. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Rosenberg Öz Saygı Ölçeği Puan Ortalamaları**

| **Tanıtıcı Bilgiler** | **RÖSÖ** | **İstatistiksel Analiz** |
|---|---|---|
| **Cinsiyet** | **Ort.±ss.** | |
| Kadın | 1.78±1.51 | Z= 0.804 p=0.422 |
| Erkek | 1.56±1.53 | |
| **Öğrenim Görülen Bölüm** | | |
| Hemşirelik | 1.79±1.52 | $X^2$=1.215 p=0.298 |
| Ebelik | 1.85±1.54 | |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 1.47±1.42 | |
| **Öğrenim Görülen Sınıf** | | $X^2$=0.588 p=0.624 |
| 1.sınıf | 1.72±1.54 | |
| 2.sınıf | 1.85±1.56 | |
| 3.sınıf | 1.90±1.34 | |
| 4.sınıf | 1.56±1.51 | |
| **Sosyal Medya Kullanma Durumu** | | |
| Evet | 1.77±1.50 | Z= 0.869 p=0.352 |
| Hayır | 1.45±1.63 | |
| **Gün İçerisinde Sosyal medyada geçirilen zaman** | | |
| 0-1 saat | 1.45±1.50 | $X^2$=2.614 p=0.051 |
| 1-3 saat | 1.67±1.50 | |
| 3-5 saat | 1.98±1.43 | |
| 5 saatten fazla | 2.28±1.65 | |

Z: Mann Whitney Test., $X^2$: Kruskall Wallis Test, p<0.05

## 4.3. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ VE ALT BOYUTLARI PUAN ORTALAMALARI

Öğrencilerin "Sosyal Beğenirlik Ölçeği (SBÖ)" toplam puan ortalamaları 28,08±9,90, "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları 15,72±6,30, "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalamaları 12,37±4,98'dir (Bkz. Tablo 4.3.).

**Tablo 4.3. Öğrencilerin Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları**

| Alt boyutlar | Ort.±ss. | Min.-Max. |
|---|---|---|
| Kabul Görme alt boyutu | 15,72±6,30 | 10-44 |
| Dikkat Çekme alt boyutu | 12,37±4,98 | 5-25 |
| SBÖ Toplam Puanı | 28,08±9,90 | 15-68 |

### 4.3.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları

Kadınların "SBÖ" toplam puan ortalamaları 27,95±9,97, erkeklerin toplam puan ortalamaları 29,10±9,46'dır. Kadınların ve erkeklerin "SBÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$). "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları karşılaştırıldığında kadınlarda 15,37±6,21, erkeklerde "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları 18,16±6,51'dir. Kadınların "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalaması 12,57±5,10, erkeklerin ise 10,94±3,79'dur. Kadınların ve erkeklerin "SBÖ" alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$).

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre "SBÖ" toplam puan ortalamaları incelendiğinde; hemşirelik bölümü öğrencilerinin 27,63±10,08, ebelik bölümü öğrencilerinin 28,51±9,81 ve fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümü öğrencilerinin 28,41±9,73 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüme göre "SBÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$). Öğrenim görülen bölüme göre "SBÖ" alt boyutları puan ortalamalarına bakıldığında hemşirelik bölümünde okuyan öğrencilerinin "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalaması 15,89±6,61, "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalaması 11,74±4,77; ebelik bölümünde okuyan öğrencilerin "Kabul Görme" alt

boyutu puan ortalaması 15,50±6,01, "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalaması 13,00±5,12; fizyoterapi rehabilitasyon bölümü öğrencileri "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalaması 15,70±6,17, "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalaması 12,70±5,10'dur. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre "SBÖ" alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$).

Üçüncü sınıfta okuyan öğrencilerin "SBÖ" toplam puan ortalaması 31,48±12,98, ikinci sınıf öğrencilerinin "SBÖ" toplam puan ortalaması 28,58±10,37, dördüncü sınıf öğrencilerinin "SBÖ" puan ortalaması 27,31±10,44, birinci sınıf öğrencilerinin "SBÖ" puan ortalaması ise 26,92±7,54'tür. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıfa göre "SBÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p \geq 0,05$). Üçüncü sınıf öğrencilerinin "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları 18,27±8,67, ikinci sınıf "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları 16,38±6,85'tir. Öğrenim görülen sınıfa göre "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları karşılaştırılması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur($p=0,005$). Bu farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını değerlendirme amacıyla yapılan Tukey HSD analizinde 3. Sınıf öğrencilerinin "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamalarının 1. Sınıf öğrencilerinkinden yüksek olduğu bulunmuştur (J:-3.800, $p=0.004$). Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıfa göre "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p \geq 0,05$).

Sosyal medya kullanma durumuna göre sosyal medya kullanan öğrencilerin "SBÖ" puan ortalaması 28,75±9,88, kullanmayanların "SBÖ" puan ortalaması ise 18,90±3,53'tür. Sosyal medya kullanma durumuna göre öğrencilerin "SBÖ" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Sosyal medya kullananların "Kabul Görme" alt boyutu puan ortalamaları kullanmayanlarınkinden yüksektir ve bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur($p=0,009$). Sosyal medya kullananların "Dikkat Çekme" alt boyutu puan ortalaması kullanmayanlarınkinden yüksektir ve bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$).

Öğrencilerin gün içerisinde sosyal medyada geçirdikleri zamana göre "SBÖ" puan ortalamaları ile "Dikkat Çekme" alt boyut puan ortalamaları arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bu farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD analizi sonrasında; gün içerisinde 0-1 saat sosyal medyada zaman geçiren öğrencilerin "Dikkat Çekme" alt boyut puan ortalamalarının (J:-5.121, p=0.007; J:-6.253, p=0.001; J:-5.800, p=0.046) ve "SBÖ" toplam puan ortalamalarının (J: -3.205, p=0.002; J:-3.836, p=0.001; J:-3.883, p=0.003) diğerlerinkinden düşük olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 4.3.1.).

**Tablo 4.3.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Beğenirlik Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları**

| **Tanıtıcı Bilgiler** | **SBÖ Kabul Görme Alt Boyutu** | **SBÖ Dikkat Çekme Alt Boyutu** | **SBÖ Toplam** |
|---|---|---|---|
| | **Ort±ss.** | **Ort±ss.** | **Ort±ss.** |
| **Cinsiyet** | | | |
| Kadın | 15,37±6,21 | 12,57±5,10 | 27,95±9,97 |
| Erkek | 18,16±6,51 | 10,94±3,79 | 29,10±9,46 |
| | Z= 1.121 p=0.291 | Z= 2.979 p=0.085 | Z=0.902 p=0.999 |
| **Öğrenim Görülen Bölümü** | | | |
| Hemşirelik | 15,89±6,61 | 11,74±4,77 | 27,63±10,08 |
| Ebelik | 15,50±6,01 | 13,00±5,12 | 28,51±9,81 |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 15,70±6,17 | 12,70±5,10 | 28,41±9,73 |
| | $X^2$= 0.115 p=0.891 | $X^2$= 0.201 p=0.124 | $X^2$= 0.268 p=0.765 |
| **Öğrenim Görülen Sınıf** | | | |
| 1.sınıf | 14,47±4,24 | 12,44±4,81 | 26,92±7,54 |
| 2.sınıf | 16,38±6,85 | 12,20±4,77 | 28,58±10,37 |
| 3.sınıf | 18,27±8,67 | 13,20±5,40 | 31,48±12,98 |
| 4.sınıf | 15,45±6,42 | 11,86±5,29 | 27,31±10,44 |
| | $X^2$= 4.338 **p=0.005** | $X^2$= 5.816 p=0.645 | $X^2$= 2.454 p=0.063 |
| **Sosyal Medya Kullanma Durumu** | | | |
| Evet | 15,97±6,43 | 12,78±4,88 | 28,75±9,88 |
| Hayır | 12,15±1,95 | 6,75±2,24 | 18,90±3,53 |
| | Z= 7.005 **p=0.009** | Z= 29.988 **p=0.001** | Z= 19.658 **p=0.000** |
| **Gün içerisinde Sosyal Medyada Geçirilen Zaman** | | | |
| 0-1 saat | 14,08±4,88 | 9,61±4,81 | 23,70±8,52 |
| 1-3 saat | 16,00±6,28 | 12,82±4,46 | 28,82±9,27 |
| 3-5 saat | 16,50±7,08 | 13,45±5,36 | 29,15±11,25 |
| 5 saatten fazla | 16,00±6,95 | 13,50±5,10 | 29,50±10,28 |
| | $X^2$= 1.802 p=0.147 | $X^2$= 8.607 **p=0.001** | $X^2$= 5,368 **p=0.001** |

Z: Mann Whitney Test. $X^2$: Kruskall Wallis Test, p<0.05

## 4.4. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ VE ALT BOYUTLARI PUAN ORTALAMALARI

"Sosyal Bağımlılık Ölçeği" toplam puan ortalaması 49,91±14,22, "Sanal Tolerans" alt boyutu puan ortalaması 29,59±8,71, "Sanal İletişim" alt boyutu ortalaması 20,32±6,77'dir (Bkz. Tablo 4.4.).

**Tablo 4.4. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları**

| **Alt boyutlar** | **Ort±ss.** | **Min.-Max.** |
|---|---|---|
| Sanal Tolerans | 29,59±8,71 | 11-55 |
| Sanal İletişim | 20,32±6,77 | 9-45 |
| SMBÖ-YF Toplam Puan | 49,91±14,22 | 20-95 |

### 4.4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları

Öğrencilerin cinsiyetlerine, öğrenim gördükleri bölüme, öğrenim gördükleri sınıfa göre "Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği-YF (SMBÖ-YF)" ve alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p \geq 0,05$).

Sosyal medya kullanan öğrencilerin "SMBÖ-YF" ve alt boyutları puan ortalaması kullanmayanlarınkinden yüksek olup, bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,05$).

Gün içerisinde sosyal medyada geçirilen zamana göre öğrencilerin "SMBÖ-YF" ve alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Bu farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD analizi sonrasında gün içerisinde 0-1 saat sosyal medyada zaman geçiren öğrencilerin "Sanal Tolerans" alt boyutu puan ortalamaları diğerlerinden düşük (J:-8.103, p=0.001; J:-13.616, p=0.001; J:-16.616, p=0.001); 1-3 saat geçiren öğrencilerin "Sanal Tolerans" alt boyutu puan ortalamaları 3-5 saat ve 5 saatten fazla geçirenlerinkinden düşük ( J:-8.103, p=0.001; J:-13.616, p=0.001) olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca gün içerisinde 0-1 saat sosyal medyada zaman geçiren

öğrencilerin “Sanal İletişim” alt boyutu puan ortalamaları diğerlerinden düşük (J:-3.772, p=0.001; J:-6.893, p=0.001; J:-8.514, p=0.001); 1-3 saat geçiren öğrencilerin “Sanal İletişim” alt boyutu puan ortalamaları 3-5 saat ve 5 saatten fazla geçirenlerinkinden düşük ( J:-3.121, p=0.006; J:-4.741, p=0.002) olduğu tespit edilmiştir. Gün içerisinde 0-1 saat sosyal medyada zaman geçiren öğrencilerin “SMBÖ-YF” toplam puan ortalamaları diğerlerinden düşük (J:-11.879, p=0.001; J:-20.510, p=0.001; J:-25.130, p=0.001); 1-3 saat geçiren öğrencilerin “SMBÖ-YF” toplam puan ortalamaları 3-5 saat ve 5 saatten fazla geçirenlerinkinden düşük ( J:-8.631, p=0.001; J:-13.251, p=0.001) olduğu tespit edilmiştir. (Bkz. Tablo 4.4.1.).

**Tablo 4.4.1. Öğrencilerin Tanıtıcı Bilgilerine Göre Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puan Ortalamaları**

| **Tanıtıcı Bilgiler** | **SMBÖ-YF Sanal Tolerans Alt Boyutu** | **SMBÖ-YF Sanal İletişim Alt Boyutu** | **SMBÖ-YF Toplam** |
|---|---|---|---|
| **Cinsiyet** | **Ort±ss.** | **Ort±ss.** | **Ort±ss.** |
| Kadın | 29,89±8,77 | 20,50±6,84 | 50,40±14,32 |
| Erkek | 27,45±8,09 | 19,05±6,16 | 46,51±13,11 |
| | Z=1,466 p=0,143 | Z=-1,055 p=0,291 | Z=0,696 p=0,120 |
| **Öğrenim Görülen Bölümü** | | | |
| Hemşirelik | 28,92±8,85 | 20,61±6,80 | 49,54±14,43 |
| Ebelik | 30,74±8,82 | 20,48±6,83 | 51,23±14,30 |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon | 28,98±8,02 | 19,30±6,60 | 48,29±13,53 |
| | $X^2$= 3,404 p=0,182 | $X^2$= 1,669 p=0,434 | $X^2$= 0,864 p=0,423 |
| **Öğrenim Görülen Sınıf** | | | |
| 1.sınıf | 28,62±8,15 | 19,55±6,19 | 48,17±13,06 |
| 2.sınıf | 30,07±8,31 | 19,36±6,45 | 50,89±13,68 |
| 3.sınıf | 30,46±9,23 | 21,72±8,56 | 52,18±16,22 |
| 4.sınıf | 30,21±9,87 | 20,20±6,77 | 50,41±15,47 |
| | $X^2$= 2,857 p=0,814 | $X^2$= 1,864 p=0,601 | $X^2$= 1,096 p=0,351 |
| **Sosyal Medya Kullanma Durumu** | | | |
| Evet | 51,39±13,38 | 20,87±6,61 | 51,39±13,38 |
| Hayır | 29,45±8,75 | 12,70±3,79 | 29,45±8,75 |
| | Z=-6,164 **p=0,000** | Z=-5,459 **p=0,000** | Z=-6,276 **p=0,000** |
| **Gün İçerisinde Sosyal Medyada Geçirilen Zaman** | | | |
| 0-1 saat | 21,33±7,14 | 16,20±5,79 | 37,33±11,93 |
| 1-3 saat | 29,23±6,95 | 19,97±5,62 | 49,21±11,01 |
| 3-5 saat | 34,75±7,29 | 23,09±7,89 | 57,84±14,04 |
| 5 saatten fazla | 37,75±6,93 | 24,71±6,28 | 57,96±11,59 |
| | $X^2$= 10,927 **p=0,000** | $X^2$= 10,927 **p=0,000** | $X^2$= 8,706 **p=0,000** |

Z: Mann Whitney Test. $X^2$: Kruskall Wallis Test, p<0.05

## 4.5. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEK PUAN ORTALAMALARI İLE ROSENBERG ÖZ SAYGI ÖLÇEĞİ VE SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ PUAN ORTALAMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Öğrencilerin "SBÖ" ve alt boyutları puan ortalaması ile "SMBÖ-YF" puan ortalamaları arasında orta derecede pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir (p<0,05). Öğrencilerin "RÖSÖ" toplam puan ortalamaları ile "SMBÖ-YF" toplam puan ortalamaları arasında zayıf derecede pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir (p<0,05) (Bkz. Tablo 4.5.)

**Tablo 4.5. Ölçekler ve Alt Boyutları İlişkisi**

| | **SMBÖ-YF** | | **Sanal İletişim Alt Boyutu** | | **Sanal Tolerans Alt Boyutu** | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | r | p | R | p | r | p |
| SBÖ Kabul Görme Alt boyutu | 0,431 | **0,000** | 0,459 | **0,000** | 0,347 | **0,000** |
| SBÖ Dikkat Çekme Alt Boyutu | 0,497 | **0,000** | 0,474 | **0,000** | 0,443 | **0,000** |
| **SBÖ Toplam** | 0,525 | **0,000** | 0,531 | **0,000** | 0,444 | **0,000** |
| **RÖSÖ Toplam puanı** | 0,254 | **0,000** | 0,183 | **0,000** | 0,225 | **0,000** |

r: Pearson correlation, p<0.05

# 5. TARTIŞMA

Bu bölümde bulgular doğrultusunda, üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, sosyal beğenirlik ve benlik saygısı düzeylerine ait veriler literatürde doğrultusunda tartışılmıştır.

## 5.1. ÖĞRENCİLERİN BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİ

Hemşireler, ebeler ve fizyoterapistler sağlık ekibinin önemli üyeleridir. Sağlık ekibi toplumda bireylerin sağlığını desteklemek amacıyla eğitimler vererek bilinçlenmelerini artırmakta, özgüveni desteklemekte, duygu ve düşüncelerini ifade etmelerini teşvik etmektedirler (102-104). Sağlık ekibi üyelerinin kendilerini tanımaları ve uygun şekilde ifade edebilmeleri, benlik saygılarının yüksek olması ile verdikleri hizmet sunumunun kalitesini artabilir. Benlik saygısı yüksek olan sağlık ekibi üyelerinin toplumun sağlığını korumada, geliştirmede ve nitelikli bakım verme sürecinde rol model olarak sağlıklı davranışların geliştirilmesine katkı sağlayabileceği bilinmektedir (105, 106).

Araştırmada Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin "RÖSÖ" puan ortalamaları 1,75±1,55 olarak tespit edilmiştir. Buna göre öğrencilerin yüksek düzey benlik saygısı düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Çıtak Tunç ve ark.nın (2020) 253 hemşirelik birinci sınıf öğrencisiyle yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin yüksek düzey benlik saygısına sahip oldukları belirtilmiştir (107). Tekir ve ark.nın (2018) sağlık yüksekokulu öğrencilerinde depresyon ve benlik saygısını incelediği çalışmada ebelik öğrencilerinin yüksek düzey benlik saygısı, hemşirelik öğrencilerinin orta düzey benlik saygısına sahip olduğunu tespit etmiştir. (108). Varol ve ark.nın (2021) hemşireler ve hemşirelik öğrencilerinde benlik saygısı ve mesleki benlik saygısını inceledikleri çalışmada öğrenci hemşirelerin ve öğrencilerin yüksek benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür (109). Araştırma sonuçlarına göre sağlık ekibi üyeleri ve bu eğitimi alan öğrencilerin benlik saygıları genel olarak yüksek bulunmuştur. Geleceğin sağlık profesyonelleri olan öğrencilerin yüksek benlik saygısına sahip olması beklenen

ve istenen bir özelliktir. Bu şekilde hasta/sağlıklı birey ve topluma rol model olunacağı ön görülmektedir.

## 5.2. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL BEĞENİRLİK DÜZEYLERİ VE TANITICI BİLGİLERİNE GÖRE SOSYAL BEĞENİRLİK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Son yıllarda kullanımı yaygınlaşan sosyal medya ile beraber bazı kavramlar da değer kazanmıştır (63). Çalışmaya katılan öğrencilerin "Sosyal Beğenirlik Ölçeği" puanları ile "Kabul Görme" ve "Dikkat Çekme" alt boyut puanlarının ortalama değerin altında olduğu tespit edilmiştir. Bu durum öğrencilerin sosyal beğenirlik isteğinin düşük olduğunu ifade etmektedir. Gedik ve Toker (2018) tarafından tıp üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin sosyal beğenirlik puan ortalamaları orta düzeyin üzerinde olduğu bulunmuştur (110). Bireyin kendi öz bildirimi ile sosyal beğenirlik düzeyini iyi düzeyde belirtmesi kendine ilişkin olumlu bir yorumun göstergesi olarak yorumlanabilir. Bu araştırmada öğrencilerin sosyal beğenirlik isteğinin yani sosyal onaylanma için kabul görme ve kendi özelliklerine dikkat çekme ihtiyaçlarının düşük olduğu görülmüştür. Bu bulgu geleceğin sağlık profesyonellerinin kendilerini olduğu gibi gösterebilmeleri ve kendilerini ifade edebilmeleri konusunda onları destekleyen bir özellik olduğunu düşündürmektedir.

Kabul görme, bireylerin kendilerini bir topluluk içerisinde kabul ettirebilmelerine yönelik davranışlarını ifade etmektedir (26). Araştırma sonuçlarına göre 3. Sınıf öğrencilerinin kabul görme ihtiyaçlarının 1. Sınıf öğrencilerinkine göre daha düşük olduğu görülmüştür. Literatürde araştırmada kullanılan ölçek ile yapılan araştırma bulunmamaktadır. Sağlık profesyonellerinin aldıkları mesleki eğitim sürecinde mesleki eğitimin yanı sıra iletişim becerileri ve kişisel gelişimi artırmaya yönelik eğitimler de verilmektedir. Bu eğitimlerin bireyin kendini topluma kabul ettirebilmesinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Sosyal medya kullanmayan öğrencilerin sosyal beğenirlik isteğinin düşük olduğu görülmüştür. Yine benzer şekilde gün içerisinde sosyal medyada daha az zaman geçiren öğrencilerin sosyal beğenirlik isteği düzeyleri de daha düşük bulunmuştur. Yıldız Durak ve Seferoğlu (2019) tarafından yayınlanan "*Problemli*

*Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Değişkenlerin Modellenmesi: Sosyal Beğenirlik Eğilimi Örneği*" isimli çalışmada sosyal medya kullanım sıklığı ve gün içerisinde sosyal medyada geçirilen zaman arttıkça katılımcıların yalnızlık ve sosyal anksiyete düzeylerinin de arttığı belirtilmiştir (111). Tremolada ve ark. (2022) tarafından adölesanlarda (17-19 yaş) yürütülen başka bir çalışmada ise katılımcıların sosyal ağları akranlarıyla olan sosyal ilişkilerini sürdürmesi için kullandıkları belirtilmiştir. (30). Kişinin kendini sosyal olarak beğendirme isteği sosyal medyaya daha fazla yatırım yapmasını gerektirebilmektedir. Sosyal medyanın dikkat çekmek ve diğerleri tarafından beğenilmek amacıyla da kullanıldığı bilinmektedir (112). Sosyal olarak beğenilme isteğinin de sosyal medyada daha fazla zaman geçirilmesine neden olabileceği düşünülmektedir.

## 5.3. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ VE TANITICI ÖZELLİKLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI

Çalışmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri orta düzey olduğu bulunmuştur. Demir ve Kumcağız (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile yürüttükleri araştırmada sosyal medya bağımlılığı ortalamanın değerin altında bulunmuştur (113). Gül ve Diken (2018), öğretmen adaylarının sosyal medya bağımlılıklarını incelemiş ve ölçeğin genel toplam puan ortalamasının orta düzeyde olduğu görülmüştür (114). Demircan ve ark.nın (2022), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada ise sosyal medya bağımlılığının düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir (115). Teknoloji çağı olarak adlandırdığımız, bilgiye ve ihtiyaç duyulan birçok şeye teknoloji yolu ile ulaşılan bu dönemde üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin düşük ve orta düzey olması beklenen ve istenen bir bulgudur. Bu veri öğrencilerin sosyal medyayı yerinde ve ihtiyaç durumunda kullandıklarını düşündürmektedir.

Sanal tolerans, internet kullanımının istenen etkiyi sağlayabilmesi için artan miktarlarda sosyal ağ aktivitesine ihtiyaç duyulması ve bu etkinin sağlaması için kademeli olarak zaman artışı süreci olarak tanımlanmaktadır (116, 117). Araştırmaya katılan öğrencilerin sanal toleranslarının orta düzey olduğu görülmüştür. Sanal

iletişim ise kullanıcıların yüz yüze iletişim kurmaktansa sanal ortamda iletişim kurmasını ifade etmektedir (118). Öğrencilerin sanal iletişim düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Demircan ve arkadaşlarının (2019) araştırmasında "Sanal Tolerans" alt boyutu orta düzeyde, "Sanal İletişim" alt boyutunun düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir (115). Benzer şekilde Gül ve Diken'in (2018), çalışmasında "Sanal Tolerans" alt boyutu puan ortalaması orta düzeyde ve "Sanal İletişim" alt boyutu puan ortalaması düşük düzeyde olarak bulunmuştur (114). Bu veriler doğrultusunda öğrencilerin sanal iletişim kurmaya ve sosyal medyanın kullanımı konusunda zaman artışına fazla ihtiyaç duymadıklarını göstermektedir. Sanal iletişim alt boyutunun düşük düzey olması sosyal medya bağımlılığı riskini azaltacağı için olumlu olarak düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre sosyal medya kullanan ve gün içerisinde sosyal medyada daha fazla vakit geçiren öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Hjetland ve ark.nın (2021), Norveçli üniversite öğrencilerinde ekran süresi, sosyal medya bağımlılığı ve uyku arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada ekran süresinin bağımlılığı, uyku kalitesini ve uyku süresini etkilediğini, ayrıca akşam ekran süresinin azaltılmasının sosyal medya bağımlılığını azaltabileceği belirtilmiştir (119). Karaaslan Eşer ve Alkaya (2019), hemşirelik öğrencileriyle yaptığı çalışmada günlük sosyal medyada geçirilen süre ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişkili bulmuştur (120). Sosyal medyada geçirilen süre ve sosyal medyanın kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki olduğu söylenebilir. Öğrencilerin sosyal medya kullanma durumları ve sosyal medyada geçirdikleri zaman arttıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyleri de artmıştır.

## 5.4. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, BENLİK SAYGISI VE SOSYAL BEĞENİRLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı yükseldikçe sosyal medya bağımlılığı düzeyi azalmaktadır. Yüksel-Şahin ve Öztoprak (2019) tarafından ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelendiği araştırmada benlik saygısı düşük ergenlerin sosyal medya bağımlılığı riskinin, benlik

saygısı yüksek olanlara göre daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir (121). Mohamed ve Mostafa (2020), hemşirelik öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada öğrencilerin %95,8'i akıllı telefon bağımlılığı bildirirken bunlardan %28'i düşük benlik saygısına sahip bulunmuştur (122). Balcı ve ark.ın (2020), yaptığı çalışmada sağlık çalışanlarının benlik saygıları arttıkça sosyal medya bağımlılığının azaldığı tespit edilmiştir (123). Bu durum, benlik saygısı düşük olan bireylerin kendilerini daha iyi hissetmek için sosyal medyayı daha uzun süre kullandıklarını düşündürmektedir. Sosyal medya üzerinden oluşturulan sanal benlikler ile kişiler kendini daha iyi hissederek benlik saygılarındaki düşüklüğü azaltmaya çalıştıkları düşünülmektedir.

Çalışmamızda üniversite öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları arttıkça sosyal beğenirlik isteklerinin arttığı görülmüştür. Kahraman (2021), yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı arttıkça beğenilme arzusunun arttığı tespit edilmiştir (124). Sosyal medyada paylaşılan ve idealize olan güzellik algısına maruziyetin artmasıyla sosyal beğenirlik isteğinin arttığı düşünülmektedir.

# 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

## 6.1. SONUÇLAR

Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımının sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla yapılan araştırmada elde edilen sonuçlar şu şekildedir:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygıları yüksektir.
2. Araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygılarının cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve sınıf, sosyal medya kullanım durumu ve gün içinde sosyal medyada geçirilen zamana göre değişmemektedir.
3. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal beğenirlik istekleri düşüktür.
4. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal beğenirlik, kabul görme ve dikkat çekme istekleri sosyal medya kullananlarda daha yüksektir. Ayrıca sosyal medyada geçirilen zaman arttıkça sosyal beğenirlik ve dikkat çekme istekleri artmaktadır.
5. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal beğenirlik isteklerinin cinsiyet, öğrenim görülen bölüm, öğrenim görülen sınıfa göre değişmemektedir.
6. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları orta düzeydedir.
7. Sosyal medya kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları yüksektir ve sosyal medyada geçirdikleri süre arttıkça sosyal medya bağımlılıkları artmaktadır.
8. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının cinsiyete, öğrenim görülen bölüme ve sınıfa göre değişmemektedir.
9. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı arttıkça benlik saygısı düzeyi azalmaktadır.
10. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı arttıkça sosyal beğenirlik isteği artmaktadır.

## 6.2. ÖNERİLER

Araştırmamızdan elde ettiğimiz verilerden yola çıkarak öneriler aşağıda bulunmaktadır:

1. Üniversite öğrencilerinin benlik algısına yönelik değerlendirmeler yapılması, bu değerlendirmelerle yetenekleri doğrultusunda gerçekçi hedefler oluşturularak ve benlik saygısını geliştirmeye yönelik girişimlerde bulunulmalıdır.
2. Üniversite öğrencileri sosyal medya kullanımı, sosyal medya bağımlılığı konusunda bilgilendirilerek bu konudaki farkındalıklarının arttırılması ve sosyal medyayı doğru kullanabilmeleri için bilgilendirici etkinlikler sağlanmalıdır.
3. Sosyal medyada yer alan bilgilerin doğruluğunun araştırılması gerekliliği ile ilgili farkındalık oluşturulmalı ve öğrenciler benlik saygısını olumsuz etkileyecek sosyal medya içeriklerinden uzak tutulmalıdır.
4. Günlük sosyal medya kullanma süresi arttıkça bağımlılık riskinin arttığı ve benlik saygısı düzeyinin düştüğü tespit edilmiş olup bu öğrencilerin bilinçli sosyal medya kullanıcıları olmaları için gerekli farkındalığın oluşturulması gereklidir.

# 7. KAYNAKLAR


1. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet Addiction: A Systematic Review Of Epidemiological Research For The Last Decade. *Current Pharmaceutical Design*, *20*(25), 4026–4052. https://doi.org/10.2174/1381612811319999061 7

2. Marchant, A., Hawton, K., Stewart, A., Montgomery, P., Singaravelu, V., Lloyd, K., Purdy, N., Daine, K., & John, A. (2017). A Systematic Review Of The Relationship Between İnternet Use, Self-Harm And Suicidal Behaviour İn Young People: The Good, The Bad And The Unknown. *Plos One*, *12*(8), E0181722. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181722

3. Kokka, I., Mourikis, I., Nicolaides, N. C., Darviri, C., Chrousos, G. P., Kanaka-Gantenbein, C., & Bacopoulou, F. (2021). Exploring The Effects Of Problematic Internet Use On Adolescent Sleep: A Systematic Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *18*(2), 760. https://doi.org/10.3390/ijerph18020760

4. Bülbül, H., Tunç, T. (2018). Telefon ve Oyun Bağımlılığı: Ölçek İncelemesi, Başlama Yaşı ve Başarıyla İlişkisi. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 9 (21) , 1-13 . DOI: 10.21076/Vizyoner.431446

5. Türkiye İstatistik Kurumu. İstatistik Veri Portalı, T.C: Cumhurbaşkanlığı İletişim Merkezi, https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=bilgi-teknolojileri-ve-bilgi-toplumu-102&dil=1 Erişim tarihi, 26.10.2022.

6. Budak, L., Karaaslan, İ. A. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Cep Telefonu Özelliklerini Kullanımlarının ve Gündelik İletişimlerine Etkisinin Araştırılması. Yaşar Üniversitesi E-Dergisi, 7 (26), 4548-4571 . Retrieved From https://dergipark.org.tr/en/pub/jyasar/issue/19138/203097

7. Kabali, H. K., Irigoyen, M. M., Nunez-Davis, R., Budacki, J. G., Mohanty, S. H., Leister, K. P., & Bonner, R. L., Jr (2015). Exposure And Use Of Mobile Media Devices By Young Children. *Pediatrics*, *136*(6), 1044–1050. https://doi.org/10.1542/peds.2015-2151

8. Çiftçi, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, *7*(4). 417-434.

9. Baz, F. Ç. (2018). Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Çalışma. *OPUS International Journal Of Society Researches*, *9*(16), 276-295.

10. Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence Of Social Media Addiction Across 32 Nations: Meta-Analysis With Subgroup Analysis Of Classification Schemes And Cultural Values. *Addictive Behaviors*, *117*, 106845. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845

11. Rachubińska, K., Cybulska, A. M., & Grochans, E. (2021). The Relationship Between Loneliness, Depression, İnternet And Social Media Addiction Among Young Polish Women. *European Review For Medical And Pharmacological Sciences*, *25*(4), 1982–1989. https://doi.org/10.26355/eurrev_202102_25099

12. Nakayama, H., Ueno, F., Mihara, S., Kitayuguchi, T., & Higuchi, S. (2020). Relationship Between Problematic Internet Use And Age At İnitial Weekly Internet Use. *Journal Of Behavioral Addictions*, *9*(1), 129–139. https://doi.org/10.1556/2006.2020.00009

13. Doğan Keskin A., Aral N. Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme. Bağımlılık Dergisi. 2021; 22(3): 327-339.

14. Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (2018). Davranışsal Bağımlılıklar ile Mücadele Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı (2019-2023). T.C. Cumhurbaşkanlığı İletişim Bakanlığı. https://imyo.deu.edu.tr/wp-content/uploads/2021/12/davranissal-bagimliliklar-ile-mucadele-ulusal-strateji-belgesi-ve-eylem-plani-2018-2023pdf_compressed.pdf

15. Brand, M., Rumpf, H. J., Demetrovics, Z., Müller, A., Stark, R., King, D. L., Goudriaan, A. E., Mann, K., Trotzke, P., Fineberg, N. A., Chamberlain, S. R., Kraus, S. W., Wegmann, E., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Which Conditions Should Be Considered As Disorders İn The International Classification Of Diseases (ICD-11) Designation Of "Other Specified Disorders Due To Addictive Behaviors"?. *Journal Of Behavioral Addictions*, *11*(2), 150–159. Advance Online Publication. https://doi.org/10.1556/2006.2020.00035

16. Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social Media Use İn Adolescence İs Associated With Poor Sleep Quality, Anxiety, Depression And Low Self-Esteem. *Journal Of Adolescence*, *51*, 41–49. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008

17. 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

18. Cingel, D. P., Carter, M. C., & Krause, H. V. (2022). Social Media And Self-Esteem. *Current Opinion İn Psychology*, *45*, 101304. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101304

19. Hepekiz, İ., Gökaliler, E. (2019). Sosyal Medya Aracılığıyla Yaratılan Kişisel Markalar ve Benlik Sunumu. Erciyes İletişim Dergisi, 6 (1), 761-782. DOI: 10.17680/Erciyesiletisim.446869

20. Çalışır, G., Çakıcı, F. O. (2015). Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Sosyal Medyada Kurulan Benlik İnşasının Temsili. *Electronic Turkish Studies*, *10*(10).

21. Özkök, Ö. (2019). *Sosyal Medyada Sanal Kimlikler; Sosyal Medya Fenomenlerinin Benlik Sunumları Üzerine Bir Araştırma* (Doctoral Dissertation, İstanbul Kültür Üniversitesi/Lisansüstü Eğitim Enstitüsü/İletişim Sanatları Anabilim Dalı/İletişim Sanatları Bilim Dalı).

22. Tözün, M. (2010). Benlik Saygısı. Actual Medicine Journal, Geniş Açı, Temmuz 2010, 52-57.

23. Özkan, İ. (1994). Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler. *Düşünen Adam*, *7*(3), 4-9.

24. Sevim, K., Artan, T. (2021). Yüksek ve Düşük Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler. *Toplumsal Politika Dergisi*, *2*(2), 109-121.

25. Kozan K. (1984). Davranış Bilimleri Araştırmalarında Sosyal Beğenirlik Boyutu ve Türkiye İçin Bir Sosyal Beğenirlik Ölçeği. ODTÜ Gelişme Dergisi, 10, 447-477.

26. Erzen, E., Yurtçu, M., Ulu Kalın, Ö., Koçoğlu, E. (2021). Sosyal Beğenirlik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2021;20(78): 879-891.

27. Kalelioğlu, R. E., Yalçın, M., Arkar, H. (2022). Denetimli Serbestlik Örneklemindeki Suça Sürüklenen Ergenlerin Yıkıcı Davranışları Üzerinde Ebeveyn Reddi, Öz Yeterlilik ve Benlik Saygısının Rolünün İncelenmesi. *Turk J Child Adolesc Ment Health*, *29*(1), 15-21.

28. Dönmez, O., & Akbulut, Y. (2016). Siber Zorbalık Çalışmalarında Sosyal Beğenirlik Etmeni. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, *6*(2), 1-18.

29. Crowl, T. K. (1984). Gradıng Behavıor And Teachers'need For Socıal Approval. *Education*, *104*(3).

30. Tremolada, M., Silingardi, L., & Taverna, L. (2022). Social Networking İn Adolescents: Time, Type And Motives Of Using, Social Desirability, And Communication Choices. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *19*(4), 2418. https://doi.org/10.3390/ijerph19042418

31. Super, D.E., (1968). Self concepts in vocational development, NewYork. Rinehart&Winston.

32. Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2014). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Nobel Tıp Kitabevleri.

33. Efilti, E., Çıkılı, Y. (2017). Özel Eğitim Bölümü Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Mesleki Benlik Saygısının İncelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17 (1), 99-114.

34. Baybek, H., & Yavuz, S. (2005). Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14), 73-95.

35. Dilmaç, B., & Ekşi, H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Selcuk University Social Sciences Institute Journal*, *20*.

36. Güloğlu, B., Karaırmak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık. Ege Eğitim Dergisi, 2010 (11) 2: 73-88.

37. 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

38. Faelens, L., Hoorelbeke, K., Cambier, R., van Put, J., Van de Putte, E., De Raedt, R., & Koster, E. H. (2021). The relationship between Instagram use and indicators of mental health: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, *4*, 100121.

39. Tibber, M. S., Zhao, J., & Butler, S. (2020). The association between self-esteem and dimensions and classes of cross-platform social media use in a sample of emerging adults–Evidence from regression and latent class analyses. *Computers in Human Behavior*, *109*, 106371.

40. Errasti, J., Amigo, I., & Villadangos, M. (2017). Emotional uses of Facebook and Twitter: Its relation with empathy, narcissism, and self-esteem in adolescence. *Psychological Reports*, *120*(6), 997-1018.

41. Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*, *55*, 701-705.

42. Barthorpe, A., Winstone, L., Mars, B., & Moran, P. (2020). Is social media screen time really associated with poor adolescent mental health? A time use diary study. *Journal of affective disorders*, *274*, 864-870.

43. Li, P., Chang, L., Chua, T. H. H., & Loh, R. S. M. (2018). "Likes" as KPI: An examination of teenage girls' perspective on peer feedback on Instagram and its influence on coping response. *Telematics and Informatics*, *35*(7), 1994-2005.

44. Mackson, S. B., Brochu, P. M., & Schneider, B. A. (2019). Instagram: Friend or foe? The application's association with psychological well-being. *New Media & Society*, *21*(10), 2160-2182.

45. Stapleton, P., Luiz, G., & Chatwin, H. (2017). Generation validation: The role of social comparison in use of Instagram among emerging adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *20*(3), 142-149.

46. Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking, *Journal of Behavioral Addictions*, *7*(1), 158-170. doi: https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.15

47. Martinez-Pecino, R., & Garcia-Gavilán, M. (2019). Likes and problematic Instagram use: the moderating role of self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *22*(6), 412-416.

48. Schmuck, D., Karsay, K., Matthes, J., & Stevic, A. (2019). "Looking Up and Feeling Down". The influence of mobile social networking site use on upward social comparison, self-esteem, and well-being of adult smartphone users. *Telematics and informatics*, *42*, 101240.

49. Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction And Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *16*(21), 4177. https://doi.org/10.3390/ijerph16214177

50. Richards, D., Caldwell, P. H., & Go, H. (2015). Impact Of Social Media On The Health Of Children And Young People. *Journal Of Paediatrics And Child Health*, *51*(12), 1152–1157. https://doi.org/10.1111/jpc.13023

51. Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low Self-Esteem During Adolescence Predicts Poor Health, Criminal Behavior, And Limited Economic Prospects During Adulthood. *Developmental Psychology*, *42*(2), 381.

52. Griffiths, L. J., Parsons, T. J., & Hill, A. J. (2010). Self-Esteem And Quality Of Life İn Obese Children And Adolescents: A Systematic Review. *International Journal Of Pediatric Obesity*, *5*(4), 282-304.

53. Self-Esteem. (1988). *Lancet (London, England)*, *2*(8617), 943–944.

54. Mann, M. M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & De Vries, N. K. (2004). Self-Esteem İn A Broad-Spectrum Approach For Mental Health Promotion. *Health Education Research*, *19*(4), 357-372.

55. Obeid, N., Buchholz, A., Boerner, K. E., Henderson, K. A., & Norris, M. (2013). Self-Esteem And Social Anxiety İn An Adolescent Female Eating Disorder Population: Age And Diagnostic Effects. *Eating Disorders*, *21*(2), 140-153.

56. Zhang, Z. H., Yang, L. S., Hao, J. H., Huang, F., Zhang, X. J., & Sun, Y. H. (2012). Relationship Of Childhood Physical Abuse And İnternet Addiction Disorder İn Adolescence: The Mediating Role Of Self-Esteem. *Zhonghua Liu Xing Bing Xue Za Zhi= Zhonghua Liuxingbingxue Zazhi*, *33*(1), 50-53.

57. Nima, A. A., Rosenberg, P., Archer, T., & Garcia, D. (2013). Anxiety, Affect, Self-Esteem, And Stress: Mediation And Moderation Effects On Depression. *Plos One*, *8*(9), E73265.

58. King, M.B. (2019). The Influence Of Social Desirability On Sexual Behavior Surveys: A Review. Archives Of Sexual Behavior (2022) 51:1495–1501

59. Wanat, M. A., Varkey, D. A., Sulaica, E. M., Thornton, K. A., & Thornton, J. D. (2020). Does Social Desirability Influence Preceptors'Completion Of Student Experiential Evaluations? American Journal Of Pharmaceutical Education, 84(9).

60. Vesely, S., & Klöckner, C. A. (2020). Social desirability in environmental psychology research: Three meta-analyses. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1395.

61. Riketta, M. (2004). Does Social Desirability İnflate The Correlation Between Self-Esteem And Anxiety?. *Psychological Reports*, *94*(3_Suppl), 1232-1234.

62. Stapleton, P., Richardson, K., & Kalla, M. (2018). How aspects of self-compassion contribute to wellbeing and the effect of age. *International Journal of Healing and Caring*, *18*(3), 1-12.

63. Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, *82*, 63-69.

64. Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). The associations between problematic Facebook use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *226*, 274-281.

65. Dickins, M., Browning, C., Feldman, S., & Thomas, S. (2016). Social inclusion and the Fatosphere: the role of an online weblogging community in fostering social inclusion. *Sociology of health & illness*, *38*(5), 797-811.

66. Söner, O., & Yılmaz, D. Ergenlerde Benlik Tasarımı ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Sosyal Medya Beğenilmeme Korkuları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.

67. Koçak, G. (2013). Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Davranışlarının ve Motivasyonlarının Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı Bağlamında İncelenmesi: Eskişehir'de Bir Uygulama.

68. Çakmak, E. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkinin Farklı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi* (Master's Thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

69. Hazar, M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı-Bir Alan Çalışması. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 32, 151-176.

70. Lerman, K. (2007). Social İnformation Processing İn News Aggregation. *IEEE İnternet Computing*, *11*(6), 16-28.

71. Mayfield, A. (2008). What İs Social Media.

72. Hokanson, K., & Long, C. (2012). Blogs. *What School Leaders Need To Know About Digital Technologies And Social Media*, 3-11.

73. Dilmen, N. (2007). Yeni Medya Kavramı Çerçevesinde İnternet Günlükleri-Bloglar ve Gazeteciliğe Yansımaları. *Marmara İletişim Dergisi*, *12*(12), 113-122.

74. Alikılıç, Ö., & ONAT, F. (2007). Bir Halkla İlişkiler Araci Olarak Kurumsal Bloglar. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, *2*(8), 899-927.

75. Çetin O Sosyal Medya ve Uygulamarının On-Line Halkla İlişkiler, S 19

76. Kohli, M. D., & Bradshaw, J. K. (2011). What İs A Wiki, And How Can İt Be Used İn Resident Education?. *Journal Of Digital Imaging*, *24*(1), 170-175.

77. Rasmussen, A., Lewis, M., & White, J. (2013). The Application Of Wiki Technology İn Medical Education. *Medical Teacher*, *35*(2), 109-114.

78. Kahn, S. (2009). Wonderful Wikis And İnternet Forums. *Science And Children*, *46*(9), 27-31

79. Anderson & Kanuka, 1997; Hsiung, 2000 Akt. Im, E. O., & Chee, W. (2006)

80. Im, E. O., & Chee, W. (2006). An Online Forum As A Qualitative Research Method: Practical İssues. *Nursing Research*, *55*(4), 267.

81. Verdusco, L. M. (2016). What Are Podcasts?. *Home Healthcare Now*, *34*(4), 224-225.

82. Research Podcasts. (2016). Nursing Management (Harrow, London, England: 1994), 23(7), 10. https://doi.org/10.7748/nm.23.7.10.s13

83. Mohammadzadeh, Z., Davoodi, S., & Ghazisaeidi, M. (2016). Online Social Networks-Opportunities For Empowering Cancer Patients. *Asian Pacific Journal Of Cancer Prevention*, *17*(3), 933-936.

84. Ök, F. (2013). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları ve Motivasyonları/Secondary Education Students Attitudes And Motivations İn Using The Social Media.

85. Yiğit, H. B. (2011). *Sosyal Medyada Marka Farkındalığı Oluşturma* (Doctoral Dissertation, Marmara Universitesi (Turkey)).

86. Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A Review Of Theories And Models Applied İn Studies Of Social Media Addiction And İmplications For Future Research. *Addictive Behaviors*, *114*, 106699. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699

87. Xavier Carbonell & Tayana Panova (2017) A Critical Consideration Of Social Networking Sites'addiction Potential, Addiction Research & Theory, 25:1, 48-57, DOI: 10.1080/16066359.2016.1197915

88. Amerikan psikiyatri birliği (1994), Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El Kitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş 4. *Baskı (Dsm-Iv-Tr). (Köroğlu. E, Çev., 2001). Ankara: Hekimler*.

89. American Psikiyatri Birliği. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru elkitabı'ndan (çeviri ed. E Köroğlu) Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 2013

90. WHO (2022, February). International Classification of Disease 11, Mental, Behavioural Or Neurodevelopmental Disorders. https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/499894965 Erişim tarihi, 26.10.2022.

91. Rajesh, T., & Rangaiah, D. B. (2020). Facebook Addiction And Personality. *Heliyon*, *6*(1), E03184. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e03184

92. Panea-Pizarro, I., López-Espuela, F., Martos-Sánchez, A., Domínguez-Martín, A. T., Beato-Fernández, L., & Moran-García, J. M. (2020). Internet Addiction And Facebook Addiction İn Spanish Women With Eating Disorders. *Archives Of Psychiatric Nursing*, *34*(6), 442–448. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.07.023

93. Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The Uses And Abuses Of Facebook: A Review Of Facebook Addiction. *Journal Of Behavioral Addictions*, *3*(3), 133–148. https://doi.org/10.1556/jba.3.2014.016

94. Türkiye İstatistik Kurumu. İstatistik Veri Portalı, T.C: Cumhurbaşkanlığı İletişim Merkezi, https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=Saglik-ve-Sosyal-Koruma-101. Erişim Tarihi: 10.08.2022.

95. Dowds, J. (2010). What Do Young People Think About Eating Disorders And Prevention Programmes? Implications For Partnerships Between Health, Education And İnformal Youth Agencies. *Journal Of Public Mental Health*.

96. Özbaş D, Buzlu S. Geçmişten Günümüze Psikiyatri Hemşireliği İ.Ü.F.N. Hemşirelik Dergisi. 2011;19(3):187-193.

97. T.C. Cumhurbaşkanlığı Mevzuat Bilgi Sistemi (2010). Hemşirelik Yönetmeliği, Resmî Gazete 27515 (08.03.2010). https://www mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=13830&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5 Erişim Tarihi, 10.08.2022.

98. Kayaoğlu, K. (2021). İnternet Bağımlılığı ve Psikiyatri Hemşireliği. *Psiko-Sosyal Boyutuyla Sağlık: Uluslararası Farklı Boyutlarıyla Sağlık Konferansı (ICDAH2020) 12-14 Kasım 2020 Seçme Bildiriler-3*, 57.

99. Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. *Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara*.

100. Rosenberg M. (1965) Society And The Adolescent Self-Image. Princeton University Press, Princeton.

101. Şahin, C., & Yağcı, M. (2017). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *18*(1), 523-538.

102. Rafferty A.M., Ball J., Aiker L.H., Fagin C.M. (2001). "Are teamwork and professional autonomy compatible, and do they result in imroved hospital care?" International Journal for Quality in Health Care, 10:32-37,

103. Sabuncu N., Babadag K., Taçocak G., Atabek T. (1997). Hemşirelik Esaslan, Ed: Seçim H., Anadolu Üniversitesi Yayınları, No:225, 2.Baski, Web Ofset, Eskişehir.

104. Cebeci F. (2007). Kardiyovasküler hastalıklarda depresyonun önlenmesi, saptanması ve tedaviye yönlendirilmesinde hemşirenin rolü. Türkiye Klinikleri-Journal of Cardiovascular Sciences, 19:86-9.

105. Şirin A, Kavak O, Ertem G. (2003). Doğumhane stajına çıkan öğrencilerin durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 7:27-32.

106. Pektekin Ç. (1993). Geropsikiatrik Hastaların Bakımında Ekip Çalışmasının Önemi. Hemşirelik Bülteni, Cilt:6, Sayi:27.

107. Çıtak-tunç, G., Çıtak Bilgin, N. & Ak, B. (2020). Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Narsisizm ve Kişilik Özellikleri: Devlet ve Vakıf Üniversitesi İncelemesi. International Journal of Scholars in Education, 3 (1), 16-27. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/ueader/issue/55302/712307?publisher=http-egitim-kilis-edu-tr-cv-durmu-c5-9e-burak-pdf

108. Tekir, Ö., Yaşar, Ö., Çevik, C., Dikoğlu, M. & Özsezer Kaymak, G. (2018). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Depresyon ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8 (1), 15-21. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/duzcesbed/issue/34701/346725?publisher=duzce;

109. Varol, E., Bakan, A. B. & Karadağ Arlı, Ş. (2021). Hemşirelerde ve Hemşirelik Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Mesleki Benlik Saygısının İncelenmesi. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 29 (6), 407-413. DOI: 10.17942/sted.862520

110. Gedik, Z., & Toker, H. (2018). Üniversite öğrencilerinin engelli bireylere yönelik tutumları ve sosyal beğenirlik düzeyleri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (1), 111-116.

111. Yıldız Durak, H., & Seferoğlu, S. S. (2019). Modeling Of Variables Related To Problematic Social Media Usage: Social Desirability Tendency Example. *Scandinavian Journal Of Psychology*, *60*(3), 277–288. https://doi.org/10.1111/sjop.12530

112. Eldem, S. & Elibol, T. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Instagram Kullanma Davranışları. Yeni Medya Elektronik Dergisi, 4 (3), 157-164 . Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/ejnm/issue/56645/719704?publisher=aydin

113. Demir, Y. & Kumcağız, H. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 9 (52), 23-42 . Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/44557/550132

114. Gül, Ş. & Diken, E. H. (2018). Fen Bilimleri Öğretmen Adaylarının Sosyal Medya Bağımlılıklarının İncelenmesi. e-Kafkas Journal of Educational Research, 5 (1), 41-50 . DOI: 10.30900/kafkasegt.386531

115. Demircan, Ü., Işık, M. & Gürhan, N. (2022). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Siber Zorbalık. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 11 (2), 596-609. DOI: 10.37989/gumussagbil.889889

116. Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, *10*(4), 191-197.

117. Bozkurt, H., Şahin, S. & Zoroğlu, S. (2016). İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme. Çağdaş Tıp Dergisi, 6 (3), 235-247. DOI: 10.16899/ctd.66303

118. Hacıbayramoğlu, S. (2021). İnternet bağımlılığı, benlik saygısı ve sosyal onay ihtiyacı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

119. Hjetland, G. J., Skogen, J. C., Hysing, M., & Sivertsen, B. (2021). The Association Between Self-Reported Screen Time, Social Media Addiction, And Sleep Among Norwegian University Students. *Frontiers İn Public Health*, *9*, 794307. https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.794307

120. Karaaslan Eşer, A. & Ayaz Alkaya, S. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Durumu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi, 1 (1), 27-36. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/sbuhemsirelik/issue/44853/498122

121. Yüksel-Sahin, F., & Öztoprak, Ö. (2019). Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeylerinin Benlik Saygısına Göre İncelenmesi. *Ibad Sosyal Bilimler Dergisi*, 363-377.

122. Mohamed, S. M., & Mostafa, M. H. (2020). Impact Of Smartphone Addiction On Depression And Self-Esteem Among Nursing Students. Nursing Open, 7(5), 1346–1353. https://doi.org/10.1002/nop2.506

123. Balcı, Ş., Karakoç, E., & Öğüt, N. (2020). Sağlık çalışanları arasında sosyal medya bağımlılığı: İki boyutlu benlik saygısının rolü. Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi, (33), 296-317.

124. Kahraman, N. (2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının beğenilme arzusu ile ilişkisinin incelenmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

# 8. EKLER DİZİNİ

**EK-1:** T.C. SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ GÜLHANE BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL ONAYI ..... 51
**EK-2:** KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ İMAM ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İZİN YAZISI..... 52
**EK-3:** GÖNÜLLÜ ONAM FORMU ..... 53
**EK-4:** TANITICI BİLGİ FORMU ..... 54
**EK-5:** ROSENBERG ÖZ SAYGI ÖLÇEĞİ ..... 55
**EK-6:** SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ ..... 57
**EK-7:** SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ-YETİŞKİN FORMU (SMBÖ-YF) ..... 58
**EK-8:** ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ..... 60

# 9. EKLER

## EK-1: T.C. SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ GÜLHANE BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL ONAYI

T.C.
SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ
Gülhane Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu

Sayı : 46418926 02.09.2021

Konu : Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul Belirtilen Eksik ve/Veya Düzeltmeler Hk.

TOPLANTI TARİHİ : 02.09.2021
TOPLANTI SAATİ : 13:30
TOPLANTI NO : 2021/14
PROJE/ KARAR NO : 2021-331 (Değerlendirilme Tarihi: 02.09.2021)

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Hemşirelik Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalında görevli Dr. Öğr. Üyesi Gamze SARIKOÇ'un sorumlu araştırmacı, Görevlisi Zeynep SÜNBÜL'ün yardımcı araştırmacı olduğu, 2021/331 kayıt numaralı, **"Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı, Sosyal Beğenirlik ve Benlik Saygısı İlişkisi"** başlıklı yüksek lisans tezi başlıklı proje önerisi, araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş olup, aşağıda maddeler halinde belirtilen eksik ve/veya düzeltmeler saptanmıştır.

Bu kapsamda düzeltilmiş belgeleri ıslak imzalı olarak Kurulumuza gönderirken, yazımızın bir fotokopisini, yazımızda belirtilen hususlara karşılık yaptığınız düzeltmelerin açıkça ifade edildiği resmi yazıyı ve düzeltme yapılmış PDF formatında CD'yi dosyalayarak düzenli bir şekilde teslim etmenizi rica ederim.

Prof. Dr. Ahmet COŞAR
[redacted]

1.Araştırmacıların hem de onay vermesi gereken kurum amirlerinin imzaları eksiktir.

2. Kahramanmaraş Sütçü İmam izin onay yazısı eklenmelidir.

3. Çalışma Takviminde Etik Kurul onayı alınmadan başlamış gözükmektedir. Tarihi ileri atılması uygun olacaktır.

[redacted]
Telefon: [redacted]

## EK-2: KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ İMAM ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İZİN YAZISI

Evrak Tarih ve Sayısı: 24.08.2021-52340

T.C.
KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ İMAM ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığı

Sayı : E-37919919-100-52340 24.08.2021
Konu : Tez Çalışması İzni

DAĞITIM YERLERİNE

Fakültemiz Hemşirelik Bölümü Araştırma Görevlisi Zeynep Sünbül'ün "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı, Sosyal Beğenirlik ve Benlik Saygısı İlişkisi" isimli projenin üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımı, sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirme amaçlı, Fakültemiz öğrencilerine yapacağı çalışma Dekanlığımızca uygun görülmüştür.
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Deniz TUNCEL BERKTAŞ
Dekan

Ek: Tez çalışması için gerekli kurum izni (17 sayfa)

Dağıtım:
Gereği:
Sayın Ar. Gör. Zeynep SÜNBÜL

Bilgi:
Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölüm Başkanlığına
Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölüm Başkanlığına

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu :BS9KCDTM7E Pin Kodu :98472 Belge Takip Adresi [redacted]
Bilgi için: Hatice DOKUR
Unvanı: Bilgisayar İşletmeni
[redacted]

Bu belge, güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.
Evrak sorgulaması {VALURL} adresinden yapılabilir.
11

**EK-3: GÖNÜLLÜ ONAM FORMU**

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi Gamze SARIKOÇ danışmanlığında yürütülen "**Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı, Sosyal Beğenirlik ve Benlik Saygısı İlişkisi**" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinde sosyal medya kullanımı, sosyal beğenirlik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir. Araştırmada sizden yaklaşık 7-12 dakika ayırarak anketi doldurmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir.

Araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya [redacted] e-posta adresinden ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Zeynep SÜNBÜL

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı açıklama yukarıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Söz konusu araştırmaya hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum.

Gönüllünün

Adı Soyadı

İmzası

**EK-4: TANITICI BİLGİ FORMU**

1. Doğum Tarihiniz:
2. Cinsiyetiniz:
    a. Kadın
    b. Erkek
3. Eğitim aldığınız bölüm:
4. Eğitim aldığınız sınıf:
5. Sosyal medya kullanıyor musunuz?
    a. Evet
    b. Hayır
6. **Sosyal medyada günlük ne kadar zaman geçirirsiniz?**
    **a. 0-1 saat**
    **b. 1-3 Saat**
    **c. 3-5 saat**
    **d. 5 saatten fazla**

**EK-5: ROSENBERG ÖZ SAYGI ÖLÇEĞİ**

1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
4) Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

7) Genel olarak kendimden memnunum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

## EK-6: SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ

| | *Kesinlikle Katılmıyorum* | *Katılmıyorum* | *Kısman Katılmıyorum* | *Katılıyorum* | *Kesinlikle Katılıyorum* |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Parlak renkli ve dikkat çekici kıyafetler giyince beğenileceğimi düşünüyorum. | | | | | |
| 2. Bir grupta yer alabilmek için pembe yalanlar söylediğim olmuştur. | | | | | |
| 3. Kaliteli bir telefonu olan insanların daha fazla itibar gördüğünü düşünüyorum. | | | | | |
| 4. Sosyal medyada daha fazla beğeni almak için her yolu denerim. | | | | | |
| 5. Takdir edilmek amacıyla iyilik yaparım | | | | | |
| 6. Bir grupta kabul görmek için istemediğim sorumluluklar alabilirim. | | | | | |
| 7. Kalabalık bir ortamda, insanların dikkatini çekebilmek için herhangi bir işle (kitap okumak, müzik dinlemek, resim yapmak vs.) uğraştığım olmuştur. | | | | | |
| 8. Övgü almadığımda bir işi yapmak bana zor gelir. | | | | | |
| 9. Bana övgüde bulunmayacak arkadaşlarımdan uzak dururum. | | | | | |
| 10. Bir topluluktan dışlanmamak için onların duygularını anlıyormuş gibi görünürüm. | | | | | |
| 11. İnsanların sosyal medya paylaşımımı beğenmesi benim için önemlidir | | | | | |
| 12. Görmesini istediğim biri sosyal medya paylaşımımı beğenince mutlu olurum. | | | | | |
| 13. Sosyal medyada paylaşım yaptıkça mutlu oluyorum. | | | | | |
| 14. Sosyal medyada anılarımı paylaşmak hoşuma gider. | | | | | |
| 15. Bendeki değişimlerle ilgili (saç modeli, enerjik görünüm vs.) bana övgüde bulunulmasını beklerim. | | | | | |

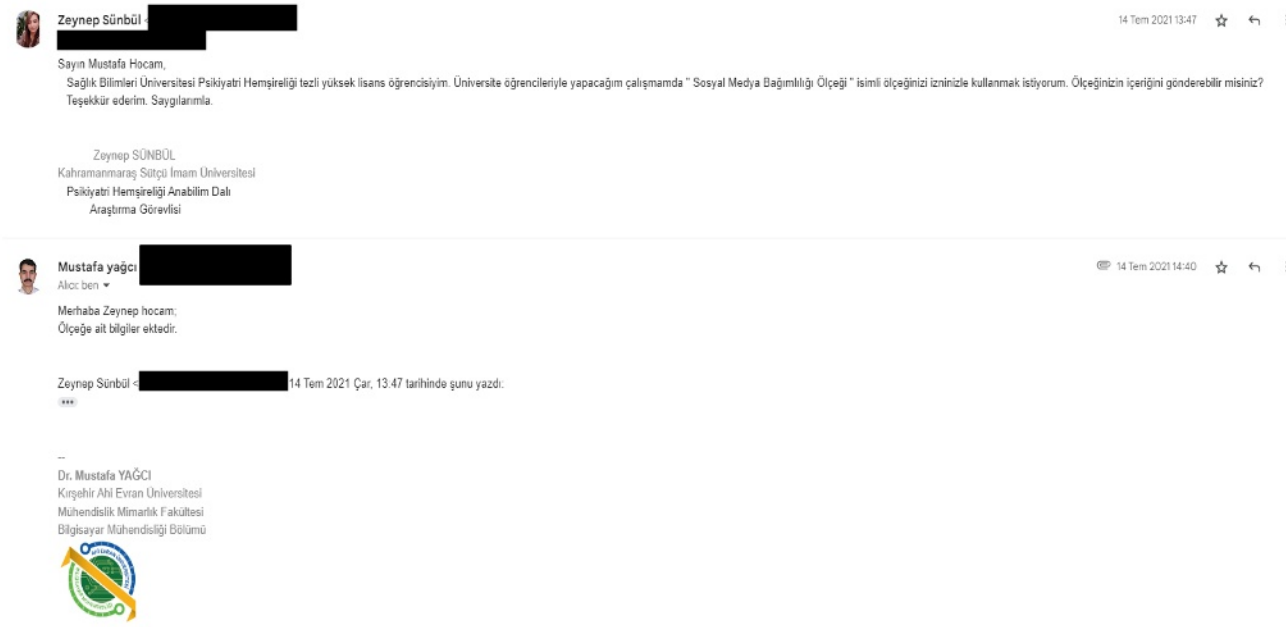
**EK-7: SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ-YETİŞKİN FORMU (SMBÖ-YF)**

| **AÇIKLAMA: Aşağıda internette sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine X işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız. ① Bana Hiç Uygun Değil ② Bana Uygun Değil ③ Kararsızım ④ Bana Uygun ⑤ Bana Çok Uygun** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.** | | | | | |
| **Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır.** | | | | | |
| **Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem.** | | | | | |
| **Sosyal medya yüzünden verimliliğimin azaldığını fark ediyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler.** | | | | | |
| **Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum.** | | | | | |
| **Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur.** | | | | | |
| **Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum.** | | | | | |
| **Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum.** | | | | | |
| **Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim.** | | | | | |
| **Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum.** | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur.** | | | | | |
| **İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.** | | | | | |
| **Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.** | | | | | |
| **Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım.** | | | | | |
| **Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor.** | | | | | |

# EK-8: ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

## SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ



**Zeynep Sünbül** [redacted] 14 Tem 2021 13:47

Sayın Mustafa Hocam,
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Üniversite öğrencileriyle yapacağım çalışmamda " Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği " isimli ölçeğinizi izninizle kullanmak istiyorum. Ölçeğinizin içeriğini gönderebilir misiniz?
Teşekkür ederim. Saygılarımla.

Zeynep SÜNBÜL
Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi
Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı
Araştırma Görevlisi

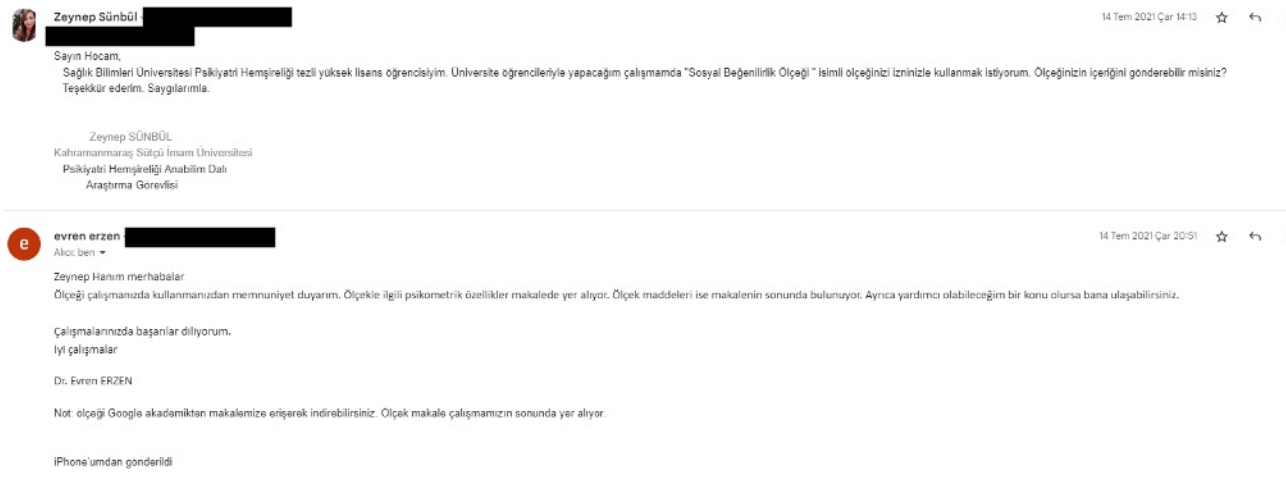
**Mustafa yağcı** [redacted] 14 Tem 2021 14:40
Alıcı: ben

Merhaba Zeynep hocam;
Ölçeğe ait bilgiler ektedir.

Zeynep Sünbül <[redacted] 14 Tem 2021 Çar, 13:47 tarihinde şunu yazdı:
...

--
Dr. Mustafa YAĞCI
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Mühendislik Mimarlık Fakültesi
Bilgisayar Mühendisliği Bölümü

## SOSYAL BEĞENİRLİK ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ



**Zeynep Sünbül** [redacted] 14 Tem 2021 Çar 14:13

Sayın Hocam,
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Üniversite öğrencileriyle yapacağım çalışmamda "Sosyal Beğenilirlik Ölçeği " isimli ölçeğinizi izninizle kullanmak istiyorum. Ölçeğinizin içeriğini gönderebilir misiniz?
Teşekkür ederim. Saygılarımla.

Zeynep SÜNBÜL
Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi
Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı
Araştırma Görevlisi

**evren erzen** [redacted] 14 Tem 2021 Çar 20:51
Alıcı: ben

Zeynep Hanım merhabalar
Ölçeği çalışmanızda kullanmanızdan memnuniyet duyarım. Ölçekle ilgili psikometrik özellikler makalede yer alıyor. Ölçek maddeleri ise makalenin sonunda bulunuyor. Ayrıca yardımcı olabileceğim bir konu olursa bana ulaşabilirsiniz.

Çalışmalarınızda başarılar dilliyorum.
Iyi çalışmalar

Dr. Evren ERZEN

Not: ölçeği Google akademikten makalemize erişerek indirebilirsiniz. Ölçek makale çalışmamızın sonunda yer alıyor.

iPhone'umdan gönderildi

# ROSENBERG ÖZSAYGI ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Gelen Kutusu ×

**Zeynep Sünbül** [redacted] 14 Tem 2021 Çar 14:04

Sayın Füsun Hocam,
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Üniversite öğrencileriyle yapacağım çalışmamda Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinizi izninizle kullanmak istiyorum. Ölçeğinizin içeriğini gönderebilir misiniz?
Teşekkür ederim. Saygılarımla.

Zeynep SÜNBÜL
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği Yüksek Lisans Öğrencisi

**Fusun CUHADAROGLU** [redacted] 21 Tem 2021 Çar 14:04
Alıcı: DERNEK, ben

Ölçeği, değerlendirme fprmunu ve izin yazısını cc'deki adrese yaarak alabilirsini. Çalışmanızda vaşarılar dilerim. sonoçları bana da bildirmenizi rica edeceğim. iyi bayramlar

**Zeynep Sünbül** [redacted] 21 Tem 2021 Çar 20:29
Alıcı: Fusun

Çok teşekkür ederim hocam, sonuçları bildirmekten mutluluk duyarım. İyi bayramlar.

Zeynep Sünbül

21 Tem 2021 Çar 14:04 tarihinde Fusun CUHADAROGLU [redacted] şunu yazdı:

Yanıtla Yönlendir

**Zeynep Sünbül** [redacted] 21 Tem 2021 Çar 20:37
Alıcı: cogepder

Merhaba,
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Üniversite öğrencileriyle yapacağım çalışmamda Füsun Çuhadaroğlu Hocam'ın Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğini kullanmak istiyorum. Füsun Hocam attığı cevap mailinde size yönlendirdi. Ölçeği içeriğini gönderebilir misiniz?
Teşekkür ederim. Saygılarımla.

Zeynep Sünbül
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Psikiyatri Hemşireliği Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

**Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği** [redacted] 26 Tem 2021 Pzt 09:09
Alıcı: ben

**Rosenberg Ölçeği'nin kullanım hakları Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği'ne verilmiştir. Ölçeği ve değerlendirme formunu Dernek'e 50 TL bağış karşılığında alabilirsiniz'. Hesap numarası ektedir.teşekkürler**

Zeynep Sünbül [redacted], 21 Tem 2021 Çar, 20:37 tarihinde şunu yazdı:

--
Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği
Cinnah Caddesi 35/12
Çankaya / Ankara
0 312 440 12 57
0 541 440 33 54

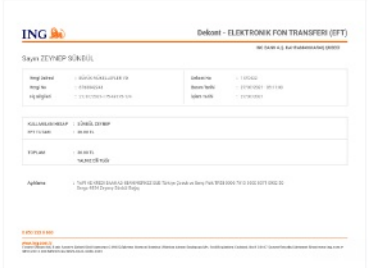
Bir ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



**Zeynep Sünbül** [redacted] 27 Tem 2021 09:24
Alıcı: Türkiye

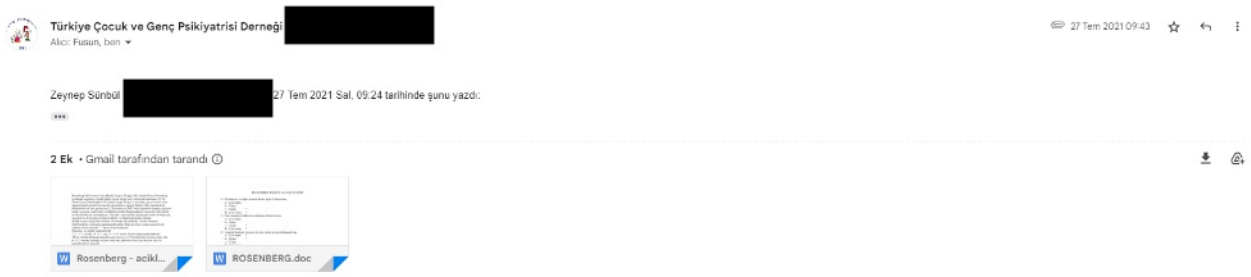
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin kullanım hakları için Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği'ne yaptığım 50 TL bağışın dekont bilgileri ektedir. Ölçeği ve değerlendirme formunu paylaşabilirseniz sevinirim. Teşekkürler.

EKLER:
1-


ING Dekont - ELEKTRONİK FON TRANSFERİ (EFT)

Sayın ZEYNEP SÜNBÜL

Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği [redacted], 26 Tem 2021 Pzt, 09:09 tarihinde şunu yazdı:


Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği [redacted]
Alıcı: Fusun, ben
27 Tem 2021 09:43
Zeynep Sünbül [redacted] 27 Tem 2021 Sal, 09:24 tarihinde şunu yazdı:
2 Ek • Gmail tarafından tarandı
Rosenberg - acikl...
ROSENBERG.doc

# ÖZGEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ

## I. Bireysel Bilgiler

| | |
|---|---|
| Adı Soyadı: | Zeynep Sünbül |
| Doğum Yeri, Tarihi: | [redacted] |
| Uyruğu: | T.C. |
| Medeni Durumu: | Bekar |
| Askerlik Durumu: | Muaf |

## II. Eğitimi

2003-2011 Orhangazi İlköğretim Okulu, Ankara.

2011-2015 Alparslan Anadolu Lisesi, Ankara.

2015-2019 Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik, Ankara.

2019-.... Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Tezli Yüksek Lisans Programı

## III. Mesleki Deneyimi:

Hemşire, T.C. Sağlık Bakanlığı Ankara Şehir Hastanesi, 13.11.2019-22.02.2021

**Araştırma Görevlisi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, 01/03/2021-devam ediyor**