



Sosyal Bilimler  
Enstitüsü

T.C.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**GENÇ YETİŞKİNLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI  
OLARAK KIRILGAN NARSİZM, BÜYÜKLENMECİ NARSİZM, SOSYAL  
KAYGI VE YALNIZLIK DÜZEYLERİ**

Yüksek Lisans Tezi

ÖZGE BEDİR

İSTANBUL, 2023

T.C.  
MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**GENÇ YETİŞKİNLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI  
OLARAK KIRILGAN NARSİSİZM, BÜYÜKLENMECİ NARSİSİZM, SOSYAL  
KAYGI VE YALNIZLIK DÜZEYLERİ**

Yüksek Lisans Tezi

ÖZGE BEDİR

Danışman: DOÇ. DR. ELİF GÜNERİ YÖYEN

İSTANBUL, 2023

## ÖZET

### GENÇ YETİŞKİNLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI OLARAK KIRILGAN NARSİSİZM, BÜYÜKLENMECİ NARSİSİZM, SOSYAL KAYGI VE YALNIZLIK DÜZEYLERİ

Bu çalışmanın amacı kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı, yalnızlığın genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemektir. Araştırmanın örneklemini 18 yaşından 35 yaşına kadarki genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırma analizleri, 342 kadın, 119 erkek olmak üzere toplam 461 katılımcının verileri ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama işlemi, sosyal medya platformları aracılığıyla çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir. Elde edilen araştırma verileri, Demografik Bilgi Formu (DBF), Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) kullanılarak toplanmıştır. Veriler, IBM SPSS-25 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığının katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini anlayabilmek için Bağımsız Gruplar T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ana değişkenler ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm ( $r=.50$ ), sosyal kaygı ( $r=.36$ ) ve yalnızlık ( $r=.30$ ) arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunmuştur. Bunlara ek olarak; sosyal medya bağımlılığı ile büyüklenmeci narsisizm arasındaki ilişki ( $r=-.27$ ) anlamlı ve negatif ilişki olarak bulunmuştur. Kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlığın sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemek için çok değişkenli doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Bu analiz sonucunda; katılımcıların kırılğan narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamış ve varyansın %28.8'ini ( $aR^2 = 0.288$ ) açıklamıştır. Çalışmanın bulguları ilgili literatür incelemeleri çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılğan Narsisizm, Büyüklenmeci Narsisizm, Sosyal Kaygı, Yalnızlık

## **ABSTRACT**

### **LEVELS OF VULNERABLE NARCISSISM, GRANDIOSE NARCISSISM, SOCIAL ANXIETY, AND LONELINESS AS PREDICTORS OF SOCIAL MEDIA ADDICTION IN YOUNG ADULTS**

The purpose of this study is to examine the predictive effects of vulnerable narcissism, grandiose narcissism, social anxiety, and loneliness on the social media addiction of young adults. The study's sample consists of young adult individuals aged 18 to 35. Research analyses were conducted using data from a total of 461 participants, including 342 females and 119 males. Data collection was carried out online through social media platforms. Research data were collected using the Demographic Information Form (DIF), Pathological Narcissism Inventory (PNI), Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), UCLA Loneliness Scale, and Social Media Addiction Scale (SMAS). The data were analyzed using IBM SPSS-25 software. Independent Samples T-Test and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) were used to determine whether social media addiction differed according to participants' socio-demographic characteristics. Pearson Correlation Analysis was conducted to examine the relationship between the main variables and social media addiction. Significant and positive relationships were found between social media addiction and vulnerable narcissism ( $r=.50$ ), social anxiety ( $r=.36$ ), and loneliness ( $r=.30$ ). Additionally, a significant and negative relationship was found between social media addiction and grandiose narcissism ( $r=-.27$ ). Multivariate linear regression analysis was used to examine the predictive effects of vulnerable narcissism, grandiose narcissism, social anxiety, and loneliness on social media addiction. As a result of this analysis, participants' levels of vulnerable narcissism, social anxiety, and loneliness significantly predicted social media addiction, explaining 28.8% of the variance ( $aR^2 = 0.288$ ). These findings are discussed within the relevant literature framework.

Keywords: Social Media Addiction, Vulnerable Narcissism, Grandiose Narcissism, Social Anxiety, Loneliness

## ÖNSÖZ

Öncelikle; bilgi ve deneyimleri ile bu sürecimde bana yol gösteren, tüm iş yüküne rağmen bana vakit ayıran kıymetli tez danışmanım Doç. Dr. Elif Güneri Yöyen'e emekleri, anlayışı ve rehberliği için; çok teşekkür ederim.

Ailem... Uzun ve emek gerektiren bu süreçte, koşulsuz yanımda oldukları, hayatımın her anında benimle oldukları için çok şanslı olduğum canım aileme ömür boyu teşekkür ederim. Annem, babam, canım kardeşim, benim tüm zorlu süreçlerimde sabrettiniz. İyi ki varsınız, sizi çok seviyorum.

Arkadaşım, dostum, çok değerli Elif Güldemir'e, tüm desteği için minnettarım.

Bu yolun tamamlanmasını benimle beraber bekleyen, beni her düştüğümde toparlamaya çalışan tüm arkadaşlarım, iyi ki varsınız. Şenay Dereli, Büşra Karadeveci, Sabit Dersuniyeli...

Yol uzun ve zordu. Tezimi okuyan olursa eğer, yapabileceğinize inanın, başta zor geliyor ama sonra yaptıkça kolaylaşacak. Pes etmeyin! Zorlandığınızda yardım almayı ve destek almayı ihmal etmeyin...

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT .....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
KISALTMALAR .....	vii
TABLolar DİZİNİ .....	viii
BÖLÜM 1 .....	10
1.GİRİŞ.....	10
1.1.Araştırmanın Amacı .....	10
1.2. Mevcut Araştırmanın Temel Problemi .....	10
1.3. Araştırmanın Alt Problemleri.....	10
1.4. Araştırmanın Önemi .....	11
1.4. Mevcut Araştırmada Hipotezler .....	13
1.5. Araştırmanın Sayıtları .....	14
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	14
BÖLÜM 2.....	15
2. KURAMSAL ARAŞTIRMALAR.....	15
2.1. İnternet Kavramı .....	15
2.1.1. Yeni Medyanın Doğuşu ve Sosyal Medya Kavramı .....	15
2.1.2. Sosyal Medya Kavramı.....	16
2.1.3. Sosyal Medya Yaygınlığı.....	17
2.1.4. Sosyal Medya Kullanımı .....	18
2.2. Bağımlılık .....	18
2.2.1.İnternet Bağımlılığı .....	21
2.2.2. İnternet Bağımlılığı Geliştirilmesi.....	22
2.2.3. Sosyal Medya Bağımlılığı.....	23

2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığının Nedenleri.....	24
2.3. Narsisizm.....	25
2.3.1. Normal ve Patolojik Narsisizm.....	26
2.3.2. Kırılgan Narsisizm.....	27
2.3.3. Büyüklenmeci Narsisizm.....	27
2.3.4. Kırılgan ve Büyüklenmeci Narsisizm.....	28
2.3.5. Narsisizm ve Sosyal Medya Kullanımı.....	28
2.4. Sosyal Kaygı.....	29
2.4.1. Sosyal Kaygı ve Sosyal Medya Bağımlılığı.....	31
2.5. Yalnızlık.....	31
<b>BÖLÜM III.....</b>	<b>33</b>
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>33</b>
3.1. Araştırma Modeli.....	33
3.2. Çalışma Grubu.....	33
3.3. Veri Toplama Süreci.....	37
3.4. Veri Analizi.....	37
3.5. Veri Toplama Araçları.....	39
3.5.1. Demografik Bilgi Formu (DBF).....	39
3.5.2. Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE).....	39
3.5.3. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ).....	40
3.5.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	41
3.5.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ).....	41
<b>BÖLÜM 4.....</b>	<b>43</b>
<b>BULGULAR VE YORUMLAR.....</b>	<b>43</b>
4.1. Betimleyici İstatistikler.....	43
4.2. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Demografik Özelliklere Yönelik Bulgular.....	45
4.3. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	69

4.4. Patolojik Narsisizm Envanteri, Sosyal Kaygı ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının SMBÖ Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	72
4.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Puanlarının Patolojik Narsisizm Envanteri puanları Tarafından Yordanmasına Yönelik Bulgular .....	76
4.6. SMBÖ Puanlarının LS Puanları Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulgular .....	81
Tablo 26. SMBÖ-Meşguliyet Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	82
4.7. Güvenirlik Analizi .....	87
<b>BÖLÜM V</b> .....	<b>89</b>
<b>5. TARTIŞMA</b> .....	<b>89</b>
5.1.Sosyo-Demografik Değişkenler ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki Farklılıkların Tartışılması .....	89
5.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ile Değişkenler Arasındaki Korelasyonuna Yönelik Bulguların Tartışılması .....	94
5.3. Sosyal Medya Bağımlılığı Yordayıcılarına Yönelik Doğrusal Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması .....	99
5.4. Sonuç .....	101
5.6. Araştırmanın Güçlü Yönleri ve Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler .....	103
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>105</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>117</b>
EK 1 .....	117
EK 2 .....	118
EK 3 .....	120
EK 4 .....	126
EK 5 .....	128
EK 6 .....	130
Ek 7 .....	132

## KISALTMALAR

APA	Amerikan Psikoloji Birliği
SMBÖ	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği
KN	Kırılgan Narsisizm
BN	Büyüklemece Narsisizm
LS	Liebowitz Skalası
LSKÖ	Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği
DSM 5	Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı 5
WWW	World Wide Web

## TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Temel İstatistikler .....	33
Tablo 2. Betimleyici İstatistikler .....	43
Tablo 3. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçekleri Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları .....	45
Tablo 4. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeğinde Puanların Katılımcıların Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Bulguları .....	47
Tablo 5. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Değerlendirilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları .....	48
Tablo 6. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Medeni Durum Değişkeni Açısından Değerlendirilebilmesine Yönelik Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları .....	51
Tablo 7. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Katılımcıların Kardeş Sayısı Açısından Değerlendirilebilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları .....	53
Tablo 8'te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Psikolojik Destek Alıyor Olmaları Değişkenince Karşılaştırılabilmesi için Yapılan Bağımsız Gruplar T- Testi Analizi Bulguları.....	55
Tablo 9. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik Tanı Değişkeni Açısından Değerlendirilmesine Yönelik Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Bulguları .....	57
Tablo 10. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Günlük İnternet Kullanım Süresi Değişkenince Değerlendirilebilmesi için Tek Yönlü ANOVA Bulguları.....	59
Tablo 11. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçek Puanlarında Günlük Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkeninince Değerlendirilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları .....	62
Tablo 12. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Sosyal Medyayı Kullanma Amaçları Değişkeni Açısından İncelenmesi Bulguları .....	64
Tablo 13. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaş Değişkeni Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik T Testi Analizi Sonuçları Verilmiştir. ....	67
Tablo 14. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeklerinin İlişkisel Olarak Değerlendirilmesi İçin Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Bulguları.....	69
Tablo 15. SMBÖ Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	72

Tablo 16. SMBÖ-Meşguliyet alt boyut puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	73
Tablo 17. SMBÖ-Duygu Durum Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	74
Tablo 18. SMBÖ-Tekrarlama Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	75
Tablo 19. SMBÖ-Çatışma Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	75
Tablo 20. SMBÖ-Toplam Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları .....	76
Tablo 21. SMBÖ-Meşguliyet Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	77
Tablo 22. SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları .....	78
Tablo 23. SMBÖ-Tekrarlama Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	79
Tablo 24. SMBÖ-Çatışma Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Sonuçları.....	80
Tablo 25. SMBÖ-Toplam Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	81
Tablo 27. SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları.....	82
Tablo 28. SMBÖ-Tekrarlama Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	83
Tablo 29. SMBÖ-Çatışma Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları .....	84
Tablo 30. SMBÖ Puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları.....	85
Tablo 31. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeklerinin Güvenilirlik Analizleri için Cronbach Alfa Değerleri.....	87

# BÖLÜM 1

## 1.GİRİŞ

Bu bölümde yapılan araştırmanın amacı, araştırmanın temel problemi, araştırmanın alt problemleri, araştırmanın önemi, araştırmanın sayıtları, araştırmanın sınırlılıkları ile ilgili bilgiler verilecektir.

### 1.1.Araştırmanın Amacı

Mevcut araştırmada amaç sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığıyla ilgili olabileceği düşünülen kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık değişkenlerini 18-35 yaş aralığındaki genç yetişkin bireylerden oluşan örnekleme incelemektir. Bir diğer amaç ise; genç yetişkinlerde bu değişkenlerin, sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcılıklarını araştırmaktır.

### 1.2. Mevcut Araştırmanın Temel Problemi

Mevcut araştırmada problem olarak genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığında kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık değişkenlerinin yordayıcı etkileri şeklinde belirlenmiştir.

### 1.3. Araştırmanın Alt Problemleri

Bu araştırmadaki alt problemler şunlardır:

- 1) Genç yetişkinlerin kırılğan narsisizm düzeyleri ve büyüklenmeci narsisizm düzeyleri ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiki olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunmakta mıdır?
- 2) Genç yetişkinlerin kırılğan ve büyüklenmeci narsisizm düzeyleri sosyal medya bağımlılık düzeylerini yordar mı?
- 3) Genç yetişkinlerde sosyal kaygı değişkeni ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiki açıdan anlamlı ilişki bulunmakta mıdır?
- 4) Genç yetişkinlerde sosyal kaygı değişkeni sosyal medya bağımlılık düzeylerini yordar mı?
- 5) Genç yetişkinlerde yalnızlık düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiki olarak anlamlı ilişki bulunmakta mıdır?
- 6) Genç yetişkinlerin yalnızlık değişkeni sosyal medyada bağımlılıkları düzeylerini yordamakta mıdır?

#### 1.4. Araştırmanın Önemi

Gelişen dünya ile insan hayatında önemli bir yer kaplamaya başlayan teknolojik gelişmelerden biri internettir. İnternet, çeşitli uzantıları ile yaşamı kaplayan bir noktadadır. Dünya genelinde, yaşanan Covid-19 Pandemisi sürecinden itibaren, internetin ve internet teknolojilerinin insan hayatındaki yeri artmaktadır. İnternetin bir aracı olan sosyal medyanın bir iletişim aracı olarak insan iletişimde yerini alması ile gün geçtikçe artan kullanımının faydalı ve zararlı etkileri görülmektedir. İnternetin insan hayatına getirdiği kolaylıkların varlığı gibi, olumsuz olarak da insan hayatına birçok etkisi bulunmaktadır. Çoğu internet kullanıcısı için, internet fırsattır, avantajdır. Diğer taraftan da giderek artan bir şekilde internet kullanımının zararları dikkat çekmektedir (Aboujaoude 2010: 85). Bu zararlardan birisi de bağımlılıktır. İnternet bağımlılığı, “İnternet kullanımında bozulmaya veya sıkıntıya yol açan, aşırı veya kötü kontrol edilen meşguliyetler, dürtüler veya davranışlar” olarak tanımlanmıştır (Weinstein, Lejoyeux 2010: 277). İnternetin kullanımı ile ilgili bozukluklar süreç boyunca farklı şekillerde ele alınmıştır. Problematik internet kullanımı, Beard ve Wolf (2001: 378) tarafından kişilerin iş, okul ve birçok sosyal hayatında güçlükler meydana getiren kullanım olarak tanımlanmıştır. İnternet bağımlılığı kavramını kullanan Young (1998) ise; bu kavramın tanı ölçütlerinden bahsetmiştir. İnternet kötü kullanımından internet bağımlılığına giden bu süreçte, bu bağımlılığın etkisi artmakla beraber sebepleri de farklılaşmaktadır.

Teknolojideki gelişmelerle beraber internetin de gelişmesiyle sosyal medya kavramı doğmaktadır. Sosyal medya kavramı kendi başına birçok başlık içermekle beraber, bağımlılık yönünden internet bağımlılığı ile benzer yönler taşımaktadır. İnternetin tek taraflı iletişim sağladığı dönemlerden karşılıklı iletişim sağlandığı bir teknoloji vaad eden yeni teknolojik gelişmeler ile; sosyal medya kullanımının yoğunlaştığı görülmektedir. Yoğunluğu artan sosyal medya kullanımının da birçok olumlu ve olumsuz yönleri ile karşılaşılmaktadır. We Are Social’ın raporundaki 2019 senesi ocak ayı verilerine göre; dünyada 5.11 milyar telefon kullanıcısı vardır. Aynı verilere göre; 4.38 milyar internet kullanıcısı ve 3.48 milyar sosyal medya kullanıcısı bulunmaktadır. Ocak 2020 verilerine göre ise, oranlar artarak 7.75 milyar toplam nüfus içerisinde 5.19 milyar telefon kullanıcısı, 4.54 milyar internet kullanıcısı ve 3.80 milyar sosyal medya kullanıcısı olduğu görülmektedir. Sosyal medya kullanımının tüm dünyada ve Türkiye’de giderek arttığı su götürmez bir gerçektir. Artan bu kullanımın sebepleri olarak; eğitim (Yılmazsoy, Kahraman 2017: 16) gibi faydalı amaçlar bulunmasının yanında bir de bu durumdan kaynaklanan bir takım olumsuz sonuçlar söz konusudur. Yapılan bir çalışmada, sosyal medya kullanıcılarının çoğunun sosyal medyaya girmediklerinde bir şeyleri kaçırma korkusu deneyimledikleri ve sosyal medyada çok vakit geçirdiklerinde uyku sorunu yaşadıkları gibi sosyal medyanın olumsuz sonuçları gösterilmiştir. Aynı çalışmada katılımcıların yarısı sosyal medya kullanımından dolayı yaşam kalitesinin düştüğünü de belirtmişlerdir (Statista 2019, aktaran Çömlekçi, Başol 2019: 176). Ek olarak; sosyal medya kullanımı kişisel güvenliği tehdit eden birtakım kayıtlar, mahremiyetin ihlali, siber saldırı,

zorbalık ve taciz gibi riskler içerebildiği gibi sosyal medya kullanımının fazla olması durumunda oluşacak olan bağımlılık son zamanlarda oldukça zihinleri meşgul eden bir konu olmaktadır (Çömlekçi, Başol 2019: 17).

Kumar bağımlılığının davranışsal bağımlılık olarak DSM’de yer alması ile internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıkların klinik alanda önemi daha da artmıştır. Bu tür bir davranışsal bağımlılığı önleyebilmek adına da bu bağımlılığı yordayabilecek değişkenleri tahmin etmek önem taşımaktadır. Sosyal medya bağımlılığında demografik birtakım değişkenlerin etkili olabileceği düşünülmektedir. Sosyal medya kullanımının daha genç yaşlarda daha fazla görülme ihtimali vardır. Yapılan birçok çalışmanın ergenler (Kahraman, Sapancı, Serbes 2020) ve üniversite öğrencileri üzerinde olması yaşı önemli bir faktör olduğunu göstermektedir (Tutgun-Ünal 2019: 51-52). Ek olarak; Pew Araştırma Merkezinde paylaşılan bir çalışmada, 18-29 yaşlarındaki akıllı telefon sahibi katılımcıların %91’inin çalışma süresi boyunca telefonlarında en az bir kez sosyal ağları kullandığını, bu oranın 50 yaş ve üzeri katılımcılarda %55 olduğu bulunmuştur (Smith 2015: 35). Bu sebeple; çalışmada 18-35 yaş olarak belirlenen genç yetişkinler katılımcı olarak kullanılmıştır.

Yapılan araştırmalarda sosyal medya bağımlılığı birçok kavram ile ilişkili bulunmuştur. Özellikle sosyal medyanın kullanım amaçları açısından narsisizmi besleyen (Çakmak 2018) veya narsisizmle ilişkili olabileceğini düşündüren birçok çalışma mevcuttur (Akköz, Erbaş 2020). Araştırmalar, narsisizmin tek boyutlu yaklaşımının sosyal ağlarla ilgili bulguları öngörmede yeterli olmayacağını savunmaktadır (Ahn, Kwolek, Bowman 2014: 375). Benzer şekilde; Cain ve Campbell (2018), çalışmalarında büyülenmeci ve kırılğan narsisizm olmak üzere iki narsisizm türüne de vurgu yaparak; narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı gücünü açıklamaya çalışmışlardır. Narsisizmin bu iki türünün, sosyal medya bağımlılığını yordayacağı; fakat kullanım ve yordama gücü açısından farklılıklar olacağı öngörülmektedir. Kendini sunma, beğenme ve ön plana çıkartma dürtüsündeki kişilere imkan sağlayan sosyal medya mecraları olduğu gibi; bu mecraların narsistik kişilik özellikleri gösteren kişileri, bu mecraları sürekli kullanıma dair cesaretlendirici bir pozisyonu da bulunmaktadır. Bu anlamda; narsisizmin iki türünün de ilişkisel ve yordayıcı değişken olarak sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğu düşünülmüş ve çalışmaya dahil edilmiştir.

Sosyal medya bağımlılığında yordayıcı gücü olması beklenen bir başka değişken ise sosyal kaygıdır. İlgili alan yazın incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ve kaygı bozuklukları çalışılmıştır (Dobrea, Pasarelu 2016; Baltacı 2019; O’Day, Heimberg 2021). Kaygı bozukluklarının; alan yazında ilişkisel olarak çalışıldığı görülmesinin yanında, bu bozukluklar yordayıcı değişken olarak da ele alınmaktadır (Bilge, Baydili, Gökteş 2020: 231). Sosyal medya kullanımının kaygıyı arttırdığı görülse de kişiler sorunlarıyla baş etme veya sorunlarını görmezden gelme sebepleriyle sosyal medyaya yönelebilirler. Bireylerin kaygı düzeylerinin sosyal medya bağımlılığı için yordayıcı olduğu söylenebilir (Baltacı 2019: 74). Sosyal kaygılı bireylerin, yüz yüze iletişimden daha çok sosyal medyayı tercih etmeleri ve de sosyal

kaygının alt boyutları olan kaçınma ve kaygı boyutlarının da sosyal medya bağımlılığı için yordayıcı güç olacakları düşünülmektedir.

Giderek hayatlarımızı işgal eden sosyal medya kullanımı ve buna bağlı oluşabilecek etkilerle beraber, kişiyi sosyal medya kullanımına itebilecek faktörlerden biri de yalnızlık olarak birçok çalışmada yer almıştır (Demir 1989: 14; Yüksek vd. 2020). Yalnızlık kavramı olarak önemini arttırırken, özellikle Pandemi koşulları ile sosyal medya kullanımıyla ilişkisini arttırdığı düşünülmektedir. Alan yazındaki çoğu çalışma bireylerin yalnızlık ve sosyal kaygıdan kaynaklı yüz yüze ilişkiden kaçtıklarını, bunun yerine sosyal medya kullanımını tercih ettiklerini vurgulamaktadır (O'Day, Heimberg 2021,8). Görünüşte, sosyal medyanın sağladığı artan kişilerarası bağlantı, psikolojik iyi olma halindeki genel bir artışla ilişkilendirilmelidir, ancak sosyal medya kullanımının en yüksek olması beklendiği aynı toplumlarda yalnızlık sorunu devam etmektedir (Pittman, Reich 2016: 155). Bu anlamda yalnızlığın sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisel olduğu düşünülerek, yalnızlık kavramı yordayıcı güç olarak çalışmaya dahil edilmiştir.

İlgili alan yazın incelendiğinde ayrı ayrı üç değişkenle sosyal medya bağımlılığının ilişkisine bakan birçok çalışmaya rastlanılmakla beraber; üç değişkenin aynı anda etkisine bakıldığı bir araştırmaya denk gelinmemiştir. Bu anlamda çalışma, özgünlük göstermekte olup çalışmanın ilgili alan yazın için katkı sağlayacağı beklenmektedir. Çalışmanın bulgularının klinik alanda bağımlılığın tahmin edilebilirliği açısından önem taşıyacağı düşünülmektedir.

#### **1.4. Mevcut Araştırmada Hipotezler**

- 1) Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık seviyeleri ile kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık seviyeleri arasında istatistiki olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmaktadır.
- 2) Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerini kırılğan ve büyüklenmeci narsisizm düzeyleri anlamlı bir şekilde yordamaktadır.
- 3) Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık seviyeleri ile sosyal kaygı seviyeleri arasında istatistiki olarak anlamlı seviyede bir ilişki vardır.
- 4) Genç yetişkinlerin sosyal kaygı seviyeleri sosyal medya bağımlılık seviyelerini yordamaktadır.
- 5) Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılık seviyeleri ile yalnızlık seviyeleri arasında istatistiki olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.
- 6) Genç yetişkinlerin sosyal medya bağımlılıkları düzeylerini yalnızlık düzeyleri yordamaktadır.
- 7) Genç yetişkinlerde kırılğan narsisizm ve sosyal kaygı arasında bir ilişki bulunmaktadır.
- 8) Genç yetişkinlerde büyüklenmeci narsisizm ve sosyal kaygı arasında ilişki bulunmamaktadır.
- 9) Genç yetişkinlerde kırılğan narsisizm ve yalnızlık arasında ilişki bulunmaktadır.

## 1.5. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmanın sayıtları şunlardır:

- Araştırmada kullanılan ölçeklerin (Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Patolojik Narsisizm Envanteri, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği) katılımcılar tarafından doğru ve samimi yanıtlandığı varsayılmaktadır.
- Yapılacak olan araştırmadaki ölçeklerin araştırılma konusundaki nitelikleri uygun bir şekilde değerlendirdiği varsayılmaktadır.
- Araştırmanın örnekleminin evreni temsil etme gücüne sahip olduğu varsayılmaktadır.

## 1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmanın örneklemini 18-35 yaş aralığındaki ve 342 kadın ile 119 erkek olmak üzere 461 kişi ile sınırlıdır.
- Araştırma bulguları 01.04.2021 ile 09.12.2021 tarihleri arası toplanan veriler ile sınırlıdır.
- Araştırmada bulunan veriler, COVID-19 virüsü pandemisi sürecinde, öğrencilerin uzaktan eğitime devam ettikleri ve virüs sebebiyle insanların evde kalmaları gerektiğinden, katılımcıların soruları yanıtlarkenki koşullarının kontrolünün sağlanamamasına sebep olmaktadır. Ek olarak; bu süreç sebebi ile veriler online olarak toplanmıştır.
- Araştırmadaki sınırlılıklardan biri de örneklemdaki kadın erkek dağılımındaki dengesizliktir. Bu durum verileri cinsiyete göre etkilemiş olabilmektedir.
- Araştırma verileri “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği”, “Patolojik Narsisizm Envanteri”, “Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği” olmak üzere kullanılan bu ölçeklerin verileri ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” verileri ile sınırlıdır.
- Araştırmada; kullanılan veri toplama araçlarının, öz bildirime dayalı ölçeklerden oluşması sınırlılıklardan bir tanesidir.
- Araştırmada kullanılan patolojik narsisizm envanteri, narsisizmin daha çok kırılabilir yönüne vurgu yaptığından, bulgularda büyülenmeci narsisizmin gücü zayıf bulunmuş olabilir.
- Araştırmada kullanılan ölçeklerin madde sayısının çokluğu, kişilerin sıkılmalarına ve yorulmalarına sebep olmuş olabilir. Buna bağlı olarak; soruları tam okumadan yanıtlamış olabilirler.
- Araştırma kesitsel bir araştırmadır ve bu durum; elde edilen sonuçlara yönelik güçlü nedensel çıkarımlar yapılamamasına sebep olmaktadır.

## BÖLÜM 2

### 2. KURAMSAL ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. İnternet Kavramı

İnternet, günden güne değişen özellikleri ile insanların bağlantı kurmasına yardımcı olan (Ersöz 2020: 59), ortamlardan başka ortamlara ses, görüntü, yazı iletebilen, hayatlarımıza girdiğinden beri sosyal, kültürel ve birçok açıdan hayatımıza etkisi olan, bu yüzyılın teknolojik gelişmelerinden biridir (Sayımer 2012: 42). Kişilerin ürünler hakkında araştırma yaptığı, yazılar yazdığı, hobilerini ve zevklerini tartışıp sergilediği, sanal arkadaşlıklar geliştirdiği, çeşitli siyasi oluşumlara katılabildiği ve çeşitli uygulamalardan faydalanabildiği bir teknolojidir (Koçyiğit, Koçyiğit 2018: 21).

Amerikan askeri birliklerinin ihtiyacı ile Amerikan Askeri Araştırma Projesi (ARPANET) ve Massachusetts Institute of Technology'nin 1962'de söz konusu ettiği "galaktik ağ" kavramı, internetin kökenidir. 1969 yılında bilgisayarlar arası bağlantı sağlanmış ve internet "Arpanet" adıyla geliştirilmiştir. Hemen o sene, e-posta aktive edilmiştir. Bilgisayarların aynı dili konuşmasını sağlayan ve bugünkü internetin ana maddesi olan İletişim Kontrol Protokolü (Transmission Control Protocol), 1983'te Arpanet'e dahil edilmiştir. Ardından "WWW" yürürlüğe girmiş ve internet üzerinden paylaşılan bilgilerin aynı yerde toplanması ve buradan erişime açık hale getirilmesi sağlanmıştır. Türkiye'de ise; 1993 yılında ODTÜ'nde ilk olarak internete bağlanılmıştır (Çakır, Topçu 2005: 75). TDK'da "genel ağ" olarak geçen internet, dünya genelinde bilgisayarları birbirine bağlayan bir sistem olarak ağların ağı anlamına geçmektedir (Geray 2002: 24). İş ve yaşamın vazgeçilmez unsurları olan bilginin iletilmesi ve erişimin kolaylaştırılmasını sağladığı için internet, iletişimde devrim yaratmıştır (Neumann, Hogan 2005: 472). Bir sanal iletişim ağı olan internet ile etkileşimli bir iletişim doğmuştur. "Birden birçoğa" iletişimi vaad eden geleneksel medyanın aksine, "birçoktan birçoğa" iletişimi sağlamaktadır. Sağladığı evrensel iletişimle farklı kültürden farklı yerlerden insanlar birbiri ile iletişime geçebilmektedir. İnternetin en bariz vaad ettiği şey ise, okurların anında tepki almasıdır. Bu da interneti, geleneksel medyanın aksine, etkileşimli bir iletişim aracı yapmaktadır (Çakır, Topçu 2005: 76).

#### 2.1.1. Yeni Medyanın Doğuşu ve Sosyal Medya Kavramı

Yeni medya, internet ile hayatımıza giren yeni iletişim aracıdır (Vural, Bat 2010: 3350). Eski medyanın yani diğer bir tabirle, Web 1 teknolojisinin hâkim olduğu eski medyanın kişilerin gereksinimlerini karşılayamaması ve teknolojinin gelişmesi ile birlikte yeni medya kendini gösterir (Ünlü 2018: 162). Bir başka deyişle tek yönlü (monolog) iletişim teknolojisi olan Web 1.0 teknolojisi, 21. yüzyıl ile birlikte yerini Web 2.0 teknolojisine bırakmıştır ve bu teknoloji ile birlikte iletişim tek yönlü olmaktan çıkmış

kullanıcı ve paylaşım odaklı olmuştur (Koçyiğit M., Koçyiğit A. 2018). Sosyal ağların ve dolayısıyla sosyal medyanın devrimi olarak nitelendirilen etkileşimin bol, kullanıcıların içerik ürettiği ve bunları paylaştığı, dinamik ve iki yönlü bağlantı sağlayan Web 2 teknolojisi, mobil erişim bağlantısı ve akıllı telefonlar ile önemli ölçüde büyümüştür (Ersöz 2020: 60; Balcı, Gargarlık 2020:136). Bu yeni medyanın ortaya çıkışıyla Web 2 teknolojileri hayatımıza girmiştir. Web 2 teknolojilerinden olan sosyal medya kavramı da insan hayatına dâhil olmuştur.

### **2.1.2. Sosyal Medya Kavramı**

Bu gelişim sürecinde; internette kullanıcıların birbirlerine mesajlar iletebilmesini sağlayan bir tartışma sistemi olan “Usenet” kavramından bahsetmek gerekmektedir. “Usenet”i 1979'da Duke Üniversitesi'nden Tom Truscott ve Jim Ellis kurmuşlardır. Buna rağmen asıl sosyal medya dönemi, Bruce ve Susan Abelson'ın çevrimiçi günlük yazarlarını tek bir toplulukta bir araya getiren bir sosyal ağ sitesi olan "Açık Günlük"ü kurmasıyla yaklaşık 20 yıl önce başlamıştır. Bununla beraber “Weblog” terimi ve bu terimin “blog” olarak kısaltılması bu sürece eşlik etmiş olup yüksek hızlı internet erişiminin mevcudiyeti, kavramın popülaritesine daha da arttırmış ve MySpace (2003) ve Facebook (2004) gibi sosyal ağ sitelerinin oluşturulmasına yol açmıştır. Bu da “Sosyal Medya” terimini ortaya çıkarmış ve bugün öne çıkmasına katkıda bulunmuş olduğu söylenebilir (Kaplan, Haenlein 2010: 60).

Yeni nesil web platformu olarak gösterilen ve gelişmiş web teknolojisiyle var olan sosyal medya; bloglar, mikro bloglar, forumlar, bunlar üzerindeki yazılar, fotoğraflar, ses kayıtları, videolar, linkler, sosyal paylaşım sitelerindeki profiller ve diğer sosyal ağları içermektedir (Eley, Tilley 2009: 78). Web 2 teknolojisi olan bu sosyal ağlar popüler sitelerdir ve bunlar sosyal etkileşimin internet üzerinden giderek yayılmasına sebep olmuştur (Ersöz 2020: 60).

Sosyal medya, Aksoy (2018: 861) tarafından, bireylerin internet iletişim kanallarını kullanarak (sosyal ağ siteleri) veri, ilişki ve içerik paylaşmak için bir araya geldiği bir ortam olarak tanımlanmıştır. Chen ve Wang (2021: 1) ilgili alan yazın taramalarında; sosyal medya tanımıyla ilgili bazı tanımlamaların sosyal medya teknolojisinin geleneksel teknolojiden ayrılan kısmını vurgularken bazı çalışmaların ise sosyal medyanın geleneksel medyadan farklı olarak sunduğu iletişim özelliklerini vurguladığını görmüşlerdir. Uzun ve arkadaşları (2016) yaptıkları çalışmada sosyal medyayı; insanların Web tabanlı platformlarda, oluşturdukları profiller veya hesaplar aracılığıyla, beğendikleri içerikleri paylaştıkları, aynı platformdaki diğer kişiler ile iletişim kurdukları ve birbirleriyle takipleştikleri sanal platformlar olarak tanımlamışlardır. Sosyal medya bireylerin erişmesi, paylaşması ve içerik üretmesi için bir Web 2 hizmeti olarak belirtilmektedir (Chen, Wang 2021: 1-2; M. Koçyiğit, A. Koçyiğit 2018: 37). Sosyalleşme kavramına yeni boyut kazandıran sosyal medya; gerçek dünyayı sanal ortamda yaşamayı sunmaktadır (Vural, Bat 2010: 3349). Mayfield (2008: 5) sosyal medya özellikleri olarak; katılım, açıklık, konuşma, topluluk ve bağlılık olmak üzere 5 temel ilkedden bahsetmiştir. Sosyal medyanın

katılım özelliği vardır; yani sosyal medya, katılımcıların ürettikleri ile katılım sağlayabilmelerini ve geri bildirimlerde bulunabilmelerini teşvik eder. Sosyal medya kullanımı açıklık destekler. Sosyal medyada kişiler oylama yapabilir, yorum ve bilgi paylaşabilirler. Nadiren uygulamalarda engelleme vardır. İçeriğe erişmek nadiren engellenir. Sosyal medyanın bir diğer özelliği konuşmadır. Geleneksel medyada bilgi tek taraflı aktarılır, sosyal medyada ise iki yönlü bir konuşma hakimdir. Bir diğer sosyal medya özelliği topluluk özelliği içermesidir. Sosyal medyada kişiler paylaşımları ve yorumları ile tanışabilir ve bir topluluk oluşturabilirler. Son özellik olarak da bağlılık özelliğinden bahseder. Sosyal medya araçları birbiri ile bağlantılıdır ve birbirlerini geliştirirler.

### **2.1.3. Sosyal Medya Yaygınlığı**

Türkiye’de, TÜİK tarafından 16-74 yaş grubundaki bireylerde yapılan araştırmalar sonucunda, 2019 senesinde %75,3 oranında internet kullanımı, 2020’de %79.0, 2021 yılında ise %92.0 gibi bir orana ulaşmıştır. Bu kullanımlar 2019’da %81,8 oranında erkeklerde, %68.9 oranında kadınlarda (TUİK 2019) bulunurken, 2020 senesinde bu oran erkekler için %84.7, kadınlar için ise %73.3 (TUİK,2020), 2021 yılında ise, erkekler için oran %87.7 iken kadınlar için ise bu oran %77.5 (TUİK 2021) şeklindedir.

We Are Social Ocak 2019 verilerine göre dünyada 5,11 milyar telefon kullanıcısı vardır. Aynı verilere göre; 4,38 milyar internet kullanan kişi bulunurken; 3.48 milyar kadar sosyal medya kullanan kişi bulunmaktadır. Ocak 2020 verilerine göre ise, oranlar artarak 7,75 milyar toplam nüfus içerisinde 5.19 milyar kullanan kişi bulunmaktadır.

Hootsuite Digital ve We Are Social 2021 yılı verilerine göre;

- Dünyadaki internet kullanıcısı sayısı 4,6 milyarı gördü. Telefon kullanıcı 5.2 milyarken sosyal medya kullanıcısı 4,2 olarak belirtilmiştir.
- Bireyler günde yaklaşık 7 saatini internet kullanarak geçiriyor.
- İnsanlar dünya geneline bakıldığında; 3.5 saatini televizyon ile, 2.5 saatini sosyal medyada, 2 saatini kitap okuyarak, 1.3 saatinde müzik dinleyerek, 1 saat kadar radyo ya da podcast, 1 saat de oyun oynayarak zamanlarını tamamlıyor.
- İnternet kullanıcılarından %63’ü kadarı bilgi elde etmek amacı için internet kullanmaktadır.
- En sık gezilen ilk 3 sayfa; Google.com Youtube.com ve Facebook.com olduğu belirtiliyor.
- Sosyal medyayı en sık kullanan yaş aralığı 25-34 olduğu ve son 5 yılda sosyal medyada harcanan zamanın 1.5 kat arttığı belirtiliyor.
- En sık tercih edilen sosyal ağlar: Facebook, Youtube, Whatsapp, FB Messenger ve Instagram olarak belirtiliyor.

2020 We Are Social Türkiye anket sonuçlarına göre; 83,88 milyonluk nüfusta 77.39 milyon telefon kullanıcısı, 62.07 milyon internet kullanıcısı, 54.00 milyon sosyal medya kullanıcısı olduğu belirtilmiştir. 2021 We Are Social verilerine göre; Türkiye 84,69 milyonluk nüfusta, 76.8 telefon

kullanıcısı, 65.80 milyon internet kullanıcısı, 60.00 milyon sosyal medya kullanıcısı mevcuttur. Aynı verilerde, Türkiye’de 2021 Ocak ayı verilerinde, bireyler yaklaşık 8 saat internette, yaklaşık 3 saat ise sosyal medyada vakit geçirmektedir. En çok tercih edilen sosyal medya uygulaması olarak, sırasıyla ilk beşte Youtube, Instagram, Whatsapp, Facebook, Twitter yer almaktadır. Sosyal medya kavramının ana hatları ile sosyal ağ siteleri, Bloglar, Wikiler, Podcatslar forumlar, microbloglar olarak bahsedebiliriz (Mayfield 2008: 6).

#### **2.1.4. Sosyal Medya Kullanımı**

Kişiler sosyal medyayı birçok açıdan tercih edebilmektedir. Karal ve Kokoç (2010: 258)’un sosyal ağ adresleri kullanma nedenleri ölçeği geliştirmek adına yaptıkları çalışmada, ölçeğin alt boyutları olarak “sosyal etkileşim-iletişim”, “tanıma ve tanınma” ve “eğitim” amaçlı kullanım geçmektedir. Sosyal medyanın kullanımının abartılması durumunda tehlike ortaya çıktığına dair birçok çalışma vardır. Yapılan bir araştırmada; sosyal ağlar aktif kullanıldığında iyi oluşu olumsuz etkilerken, pasif kullanıldığında ise iyi oluşu olumsuz etkilemediği bulunmuştur (Verduyn, Gugushvili, Kross 2021: 6). Sosyal medyanın birçok kullanım sebebi vardır ama en önemlilerinden birisi psikososyal ihtiyaçların giderilmesi için bir ortam sağlıyor oluşudur. Sosyal medyanın sunduğu imkanların gerçekliğe yakınlığı, kişilerin hüznün, sevgi, sevinç, aşk, yalnızlık gibi duyguları bu ortamlarda yaşamaya başlamasına sebep olmaktadır. Özellikle işte bu ihtiyaçlar ve kişilerin bu ihtiyaçları gerçek hayatlarında ne kadar karşılıyor olabildikleri ve buna bağlı olarak sosyal medyayı sosyal ihtiyaçları bağlamında kullanımı bağımlılığa giden yolda bize bilgi vermektedir (Babacan 2016: 19). Sosyal medya eğitim (Yılmazsoy, Kahraman 2017: 16) gibi faydalı amaçlarla kullanılabilmesinin yanında, kullanım amacının aşıldığı ve aşırı kullanımına bağlı olarak bağımlılığa götürdüğü aşikârdır.

#### **2.2. Bağımlılık**

Uzby (2009: 5) bağımlılığı kişinin bedensel ve ruhsal sağlıklarına ya da sosyal hayatlarına zararı olmasına rağmen bir başka varlığa, nesneye veya kişiye karşı önlenemez isteği veya iradesinin bir başka iradenin yönetimi altına girmesi durumu olarak tanımlar. Bağımlı kişi takıntılı olduğu durumu tekrarlamaya karşı engellenemeyen bir arzu barındırır. Bağımlılık, kişinin zihinsel işleyişi ile bağlantılı patolojik bir davranıştır (Uzby 2009: 5). Diğer bir deyişle bağımlılık; alkol veya diğer uyuşturucuların kullanımına psikolojik veya fiziksel bağımlılık (veya her ikisi) durumu olarak ifade edilir (APA). APA sözlüğünde bağımlılık terimi genellikle madde bağımlılığı için bir tanım olarak kullanılmasının yanında cinsel, internet ve kumar bağımlılıkları gibi davranış bozuklukları için de uygulanır.

Bağımlılığın nedenleri sıklıkla değişken olmakla birlikte birçok kişide gözlenen nedenleri aktaran Ögel (2001: 60-61) özellikle madde bağımlılığının nedenlerini 4 ana başlıkta toplamıştır: psikolojik etkenler, kalıtsal etkenler, biyolojik etkenler ve sosyo-kültürel etkenler. Ögel; psikolojik gelişim ve

sosyalleşmede sorunlar, düşük engelleme eşiği, ödüllendirme ve sevinme duygusunu erteleyebilme yetisinin düşük olması özelliklerini psikolojik etkenler olarak belirlemiştir. Ögel (2001: 61-62) psikolojik etkileri genel olarak kişinin gelişimsel süreçlerdeki sıkıntılarını, yetişkinlikte sorun yaratması ve kişinin yaşadığı sorunlarla madde kullanarak baş etmesi olarak açıklar. Biyolojik nedenler olarak ise; kişinin ödüllendirme sistemindeki acelecilik, bir an önce ödülü almak isteme nedenlerinden de bahseder. Farklı kısımların birlikte çalıştığı bir yapı olarak beyin oldukça karışık bir organdır. Beyindeki sinir hücrelerinin hareketleri 'yolak' denilen sinyal alışverişini sağlayan bağlantı yolları ile olmaktadır. Bağımlılıkta rol oynayan ödül adı verilen bir yolak bulunmaktadır. Kişi davranışı sonucu hoşta giden duygular gibi olumlu bir pekiştirme aldığında ödül yolağı aktif hale gelmektedir bu da davranışın tekrarını getirmektedir. Ödül yolağı için yapay ödüller olduğu gibi yemek, su içmek, seks gibi doğal ödüller de bulunmaktadır. Nucleus Accumbens ve Venteral Tegmental Alan'ın (VTA) birbirine bağlanmasından ödül yolağı oluşur. Dopamin isimli nörotransmitter üzerinden bu sistem çalışmaktadır. Dopamin, motivasyon, karar verme, davranış, his, düşünce ve dikkat şeklinde birden fazla ana fonksiyonda görev almaktadır. Bağımlılıkla ilgili yapılan birçok çalışma, maddelerin ödül sistemini aktive ederek, nöronların fazla miktarda dopamin üretmesine sebep olduğunu göstermektedir. Bu eylemin tekrarlanması sonucu zamanla beyin bu sistemi zarar görür ve kayak yapmak, birine sarılmak ya da dondurma yemek gibi mutlu eden eylemler artık haz vermez hale gelebilmektedir. Haz almak için madde kullanımına devam edilir, bu sebeple de maddelerin bağımlılık yapma riski vardır. Dopamin salınımının striatumda artışı ödüllendirici etki yaparken kişi bağımlı olunca striatumda dopamin artışı olmaz, orbitofrontal kortekste aktivasyonu arttırır. İlk madde kullanımı accumbenste etki oluştururken, tekrarlanınca giderek glutamaterjik sinirlerin ve prefrontal korteksin rolü artar. Madde kullanımı yalnızca haz vermekle kalmaz, karar ve duygularda da etkili olur. Prefrontal korteksin etkilenmesi ile davranış kontrol bozukluğu oluşmaktadır, kişi için madde en önemli şey haline gelir. Madde olmadığında ise amigdala aktive olur. Amigdala duygular ve duygusal anlamda önemli anıları harekete geçirmek ile sorumludur. Amigdalanın aktive olması duyguları yeniden yaşamak için aşermeye neden olur (Ögel 2001: 64-66). Maddesel bağımlılıkların kimyasal süreci bu şekildedir.

Bağımlılık kavramının birçok sebebi ve açıklaması olabileceği gibi, bağımlılık kavramı bir tanı grubu olarak da DSM'de bulunmaktadır. DSM-5(2013)'te "Madde ile ilişkili bozukluklar ve Bağımlılık Bozuklukları" şeklinde bulunmaktadır. Bu başlık altında 10 madde ele alınmıştır. Bunlar alkol, kafein, kenevir, varsandırınlar, uçucular, opiyatlar, dinginleştirici, uyutucu ve kaygı gidericiler, uyarıcılar, tütün ve diğer (ya da bilinmeyen) maddeler olarak ayrılrsa da birbirleriyle ortak noktaları beyindeki ödül sistemini etkiliyor olmasıdır (DSM 5,2013: 231).

Maddeyle ilişkili bağımlılıkların yanı sıra davranışsal bağımlılıkların da varlığından söz etmek gerekmektedir (Chamberlain vd. 2016: 842). Chamberlain ve arkadaşları (2016) yaptıkları araştırmada 'Bağımlılık' terimini geleneksel olarak kokain, alkol veya nikotin gibi belirli psikoaktif maddelerle ilgili olarak kullanılmalarına rağmen davranışsal bağımlılıkları incelemişlerdir. Özellikle; ilacın sebep olduğu

bağımlılıkların yanı sıra davranışın sebep olduğu bağımlılıkları birçok açıdan açıklamaya çalışmışlardır. Öyle ki; kumar bozukluğu, kleptomani (kompulsif çalma), internet bağımlılığı, trikotillomani (saç yolma bozukluğu) ve ekskorsiyon bozukluğunu (deri yolma bozukluğu) davranış bozukluğu olarak ele alıp, kumar bozukluğu ile karşılaştırıp, davranışsal bağımlılık kavramının geliştirilmesi ve araştırmaya değer olması ile ilgili emek sarf etmişlerdir. Benzer şekilde Van Rooij ve Prause (2014: 203) yaptıkları araştırmada “bağımlılık” teriminin sadece madde bağımlılığı olarak değil, işlevsel bozulmaya ve sorunlara sebebiyet veren davranışları da düşünecek şekilde incelenmesi gerektiğinden bahsetmektedirler. Bu bağlamda bağımlılık maddesel ve davranışsal olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Griffiths 1995: 15). Davranışsal bağımlılıkların bir alt dalı olarak da teknolojik bağımlılıklardan bahsedilmektedir (Griffiths 1996: 19, Turel, Serenko 2012: 514).

Maddelere ve davranışa bağımlılık bağımlılığın davranış şekilleri, bu bağımlılıkların insan fizyolojisi ve duyguları üstündeki etkileri açısından benzer görülebilir (Van Rooij, Prause 2014: 203). Davranışsal bağımlılığı olduğu düşünülen patolojik olarak çeşitli davranışlara sahip kişiler (kumar oynama, interneti aşırı kullanmak gibi) bağımlılık yapan maddelere sahip kişilerle kontrol bozukluğu, işlevsel bozulma ve olumsuz sonuçlara rağmen davranışa devam etme gibi önemli ölçüde benzerlikler paylaşırlar (Chamberlain vd. 2016: 842). Bu benzer yönler sebebi ile kumar bağımlılığının DSM5’e dahil edilme süreci başlar (Amerikan Psikiyatri Birliği 2013). Tüm bunlara bakıldığında söylenebilir ki; maddeye olan bağımlılıklarda olduğu gibi davranışsal bağımlılıklar da kişinin yaşamında beklenmeyen sonuçlara neden olabilmektedir (Koca, Tunca 2019: 35; Olendorff, Jeryan, Boyden, 1999; Wang, Lee, Hua, 2015: 40–49).

Ögel (2001: 59) tarafından İnsan veya İlişki Bağımlılığı, Bilgisayar veya Oyun Bağımlılığı, Kumar Bağımlılığı, Yeme Bağımlılığı, Cinsel Bağımlılık veya Seks Bağımlılığı, Alışveriş Bağımlılığı, Elektronik Alet Bağımlılığı, İnternet Bağımlılığı olmak üzere 8 davranışsal bağımlılık türü belirlenmiştir. Turel ve Serenko (2012: 514) teknoloji bağımlılıklarını üçe ayırarak ele almışlardır: bilgisayar ve video oyunları; çevrimiçi artırma web siteleri ve sosyal ağ siteleri. Belirtilen bu türlerden üçü için de teknolojik bağımlılıkların çatışma, geri çekilme, nüksetme ve eski durumuna getirme ve belirginlik gibi temel bağımlılık semptomları açısından benzer olduğu görülmektedir. Sadece şundan bahsedilebilir ki; sosyal ağ siteleri kullanımına bağımlılık, ani sosyal çatışmalara ve zararlara yol açabilmesi açısından çevrimiçi oyun bağımlılığına daha yakındır ve ani ve güçlü finansal sonuçları olabilecek müzayedede ve kumar bozukluklarından farklıdır. Sosyal ağ sitelerine bağımlılığının olumsuz sonuçları (örn. okul performansının düşmesi) çevrimiçi müzayedede bağımlılığı kadar güçlü olmasa da dolaylı olarak uzun vadeli sosyal yetersizliklere ve mali kayıplara yol açmaktadır (Turel, Serenko 2012: 515). Teknolojik araçların yani internet veya sosyal medyanın bağımlılık olup olmadığını inceleyen birçok çalışma mevcuttur (Savcı, Aysan 2017: 203). İnternet bağımlılığının ölçünlü bir tanımlaması bulunmamasına rağmen, araştırmacılar kavramı kabul et (Chou vd. 2005). Davranışsal bağımlılık

türlerinden olan internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı detaylı şekilde bu çalışmada açıklanacaktır.

### **2.2.1. İnternet Bağımlılığı**

Alanyazın incelendiğinde; birçok davranışsal bağımlılık türüne rastlanmıştır. Kumar bağımlılığı, oyun bağımlılığı (Fisher 1994; Horzum, Ayas, Çakır 2008), cep telefonu bağımlılığı (Darcin vd. 2016) alışveriş bağımlılığı (Black 2007; Ayazoğlu vd. 2019) ve internet bağımlılığı (Young 1996; Aboujaoude 2010) bunlardan bazılarıdır. Bir hastalık olarak kumar bağımlılığı dışındakiler DSM’de yer almasa da çeşitli ölçeklerle bu bağımlılıklar üzerine çalışmalar yürütülmüştür. İnternet oyun bağımlılığı DSM5’te araştırılması gerekenler kısmında yer almaktadır. Davranışsal bağımlılıklar DSM5’te ise farklı bir şekilde sınıflandırılır ve yalnızca kumar bozukluğu bir tür "bağımlılık" olarak kabul edilir ve DSM-5’in ana bölümünde internet bağımlılığını içermez. Bunun yerine “İnternet oyun bozukluğu” konusunu daha fazla çalışma gerektiren bir durum olarak listeler ve bu durumun internet bağımlılığı, internet kullanım bozukluğu veya oyun bağımlılığı olarak da adlandırıldığını kabul eder (Chamberlain vd. 2016: 842). Bağımlılık ve davranışsal bağımlılıklardan yola çıkarak Griffiths (2001: 86) teknolojik bağımlılıkları bununla uyumlu olarak internet bağımlılıkları için şu koşulları öne sürmüştür: Dikkat çekme, Duygu durum değişikliği, Tolerans, Yoksunluk, Çatışma ve Nüks.

**Dikkat Çekme-Belirginlik:** Kişinin internet kullanmıyorken bile aklının internette olması, internetin kişinin hayatındaki en önemli şey haline gelmesi, zihnini, düşüncelerini sürekli meşgul etmesi

**Duygu durum değişikliği-duygu düzenleme:** İnternet kullanırken farklı duygular yaşama ve bunlarla baş edebilme. Bazen çok iyi hissetme bazen çok kötü hissetme.

**Tolerans:** Kişinin internet kullanımında elde ettiği duyguyu tekrar elde edebilmek için kullanımı arttırarak devam ettirme

**Yoksunluk:** Kişinin internet erişimi sağlayamadığı koşulda yaşadığı gerginlik ve çeşitli olumsuz fiziksel etkiler.

**Çatışma:** Kişinin internet kullanım süresince, etrafı ile sosyal aktivitelerde yaşadığı çatışmalar, kişinin kendi içinde, internette geçirdiği süre ile ilgili çelişkiler yaşaması.

**Nüks:** Kullanımın en fazla olduğu zamanlardaki etkilere sık sık dönmek. Kullanımı kontrol etmek istediğinde kişinin, bunu yapamayıp başa tekrar dönmesi hatta kullanımı daha da arttırmasıdır (Griffiths 2001: 87).

Young (1996: 899) problemleri internet kullanımına ilişkin ayrıntılı vaka sunumu aktardığı makalesinde ve buna benzer hastalarından bakarak “İnternet bağımlılığı” olarak adlandırdığı şey için ilk tanı kriterleri grubunu önermiştir (Aboujaoude 2010: 85). Young (1998: 241)’un “İnternet Bağımlılığı” üzerine yaptığı araştırmasında, bağımlı olarak düşünülen ve bağımsız olarak düşünülen grupların sonuçlarının

farklılaştığı görülmektedir. Young (1998: 243)'un bu çalışmasında, DSM-IV te var olan patolojik kumar oynama bozukluğundaki semptomlara benzer şekilde dürtü kontrol bozukluğu belirtileri gösteren tanı kriterleri belirlenmiştir. Bu tanı kriterleri, internet bağımlılığı tanı kriterleri için önemli bir çalışma olarak kabul edilmektedir.

İnternet bağımlılığı henüz tam olarak bir tanı kategorisine sahip değildir. Konuyla ilgili ölçek çalışmaları ve geliştirilmesinde bilgisayar bağımlılığı, sanal bağımlılık, teknoloji veya oyun bağımlılığı gibi çeşitli terimler kullanılmaktadır (APA 2013; Ögel 2015). İnternet bağımlılığı tanı kriterleri DSM IV'te bulunan patolojik kumar oynama kriterlerinden uyarlanarak belirlenmiştir (Ögel 2012: 103). Buna göre internet bağımlılığı için aşağıdaki maddelerden en az 5'inin karşılanması gerekmektedir:

- İnternetle ilgili aşırı zihinsel uğraş
- İnternette vakit geçirmek zamanında artışa istek
- İnternette vakit geçirme zamanını azaltmakla ilgili başarısız girişimlerde bulunma
- Yoksunluk belirtileri
- İlk kullanımdan çok daha uzun süre vakit ayırma
- İnternette vakit geçirme süresinden dolayı iş, okul, aile ve sosyal çevrede problemler
- İnternette kalabilmek adına çevresine yalan söyleme
- İnternette vakit geçirdiği süre boyunca bir takım duygulanım değişiklikleri yaşamak (umutsuzluk, suçluluk, anksiyete, depresyon...)

### **2.2.2. İnternet Bağımlılığı Geliştirilmesi**

Davis (2001)'in bilişsel davranışçı modelinde, internetin sorunlu kullanımının sebebi olarak sorunlu düşünceler ve bir takım pekiştireç görevi gören davranışlar öne sürülmüştür. Belirtiler genel olarak duygusal veya davranışsal olarak gösterilmiş olmasına karşın, bu belirtilerin aslında, duygusal ve davranışsal olarak belirtilen belirtilerden önce ortaya çıkmış olduğu söylenebilir (Ögel, 2012: 127). Davis'in modelinde durumsal tetikleyiciler olan pekiştireçlerden, nedenlerden, iraksak ve yakınsak faktörlerden bahsedilmiştir. Model şunu destekler; bir belirtinin ortaya çıkması için nedenden daha fazla şeye ihtiyaç vardır bunlar da faktörlerdir. Bu faktörler belirtinin ortaya çıkması için nedenler kadar kuvvetli değildir fakat belirtilerin meydana gelmesini kolaylaştırır. Bu belirtiler de sorunun kaynağıdır. Belirtilerin ortaya çıkmasına meydan tanyan bu sürece nedensellik süreci denmektedir (Davis 2001: 190). İşte bu sürecin sonundaki belirtiler için yakınsak, başındaki belirtiler için iraksak denmektedir. Iraksak nedenler, bir neden olarak uzaktır. Evet; sebeplerden biridir fakat çok da etkili görülmemektedir. Yakınsak nedenler ise, belirtileri alevlendirir ve de tek başına neden olabilirler. Çarpıtılmış düşünceler, sorunlu internet kullanımı belirtilerinin meydana gelmesinde yakınsak bir neden olarak örnek verilebilir (Ögel 2012: 128). Iraksak bir diğer sebep ise pekiştireçlerdir. Kişi edimsel koşullanma ile maruz kaldığı ilk deneyimden itibaren pekiştirme süreçleri yaşar. Kişinin ilk kullanımında aldığı mutluluk, ardından

bunu daha da almak istemesi ve ortamdaki bu durumu hatırlatacak pekiştiriciler bu süreci tanımlar. Bir diğer iraksak sebep kişinin sahip olabileceği psikopatolojilerdir. Bu süreci destekleyecek bir diğer neden yanlış bilişsel süreçlerdir. Bu süreçlere yakınsak nedenler denilebilir. Kişi kendisi ve dünya hakkında bir takım yanlış düşüncelere sahip olur. İnternetle çok meşgul olma, bunun üzerine düşünme, normalde kendine güvenmeyip internette güvendiğini düşünmesi gibi düşünceler örnek verilebilmektedir. Bu tür çarpıtmalar internetle ilgili uyaran meydana geldiğinde ortaya çıkar. Bunun sonucu ise özgül veya genel problemlerle internet kullanımı ile sonuçlanır (Ögel 2012: 131). Özgül tip internet sorunu kişinin internetin belirli özelliklerini kötüye kullanmasıdır. Genel tip sorunlu internet kullanımı ise; sosyal faktörlerle daha çok ilişkilidir. Burada iraksak sebep olarak yalnızlık örnek verilebilir (Ögel 2012: 132). Özetle; Davis modeli şunu söylemektedir ki, sorunlu internet kullanımı için kişi birtakım patolojiler ile iraksak sebeplere sahip olabilir ve de pekiştiricilere maruz kalabilir. Bu iraksak sebepler kişinin sorunlu internet kullanımına yatkınlığını artırır. Bununla beraber kişinin bir takım çarpık düşünceleri onu internete çekebilir. Bu internet kullanımına dair çarpık bilişsel süreçler, durumsal pekiştiriciler ve de birtakım psikopatolojilerde denk geldiğinde kişi potansiyel olarak bağımlılığa yatkın hale gelmektedir. Bir genel tip sorunda ise; sosyal izolasyon ve sosyal destek sorunu da kişinin yatkınlığını arttırmaktadır (Davis 2001: 190). Bu sürecin sonunda sorunlu internet kullanım belirtileri ortaya çıkar. Bu belirtilerin ölçütleri Young'ın belirlemiş olduğu ölçütler esas alınarak gözlemlenebilir (Ögel 2012: 133).

### **2.2.3. Sosyal Medya Bağımlılığı**

İnternetin kendisinden daha çok internet içindeki uygulamaların bağımlılık yapabildiği vurgusu (Young 1996: 901), internetin bir aracı olan sosyal medyanın bağımlılığında söz etmeyi gerektirir. Bir davranışa veya maddeye olan sürekli isteği tekrarlamaya karşı engellenemeyen bir arzu barındırmak olarak tanımlanan bağımlılık (Uzay 2009: 5) bir açıdan kişinin problemlerle bir medya kullanımı durumudur ve bu anlamda medya ve davranış birbirinin yerine kullanılabilir (Olendorff, Jeryan, Boyden 1999; Wang, Lee, Hua, 2015: 40–49). Bir davranışsal bağımlılık olarak görülen sosyal medya bağımlılığının henüz bir sınıflandırması bulunmamaktadır. Sosyal medya araçlarının (sosyal ağ siteleri vb.) sürekli değişmesi, bu araçların yenilerinin eklenmesi, sosyal medya bağımlılığının ölçümünü güçleştiren sebeplerdendir (Van den Eijnden, Lemmens, Valkenburg 2016: 479). DSM-5'in en son sürümü, bu kılavuzun ekinde internet oyun oynama bozukluğunu, bir bozukluk olarak kabul etse de (APA 2013), sosyal medya bağımlılığının DSM-5'te hala bir yeri yoktur (Van Den Eijnden, Lemmens, Valkenburg 2016: 478). Dijital oyun bağımlılığı, akıllı cep telefonu bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılıklarının ana kapsayıcısı olan internet bağımlılığının davranışsal bağımlılıklarla yüksek derecede ilişkili olduğundan bahsedebiliriz (Savcı, Aysan 2017: 204).

#### 2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığının Nedenleri

Alan yazın incelendiğinde görülen görece yeni olduğu gözlemlenen sosyal medya bağımlılığı kavramı için açıklama yapmak bu anlamda güçleşmektedir. Kavram internet bağımlılığı çerçevesinde daha fazla ele alınmaktadır. Sorunlu internet kullanımı, problemlili sosyal medya kullanımı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı gibi başlıklar alan yazında benzer süreçlerle açıklanmaktadır. Bununla beraber, sosyal medya bağımlılığı, internet kullanım etiolojisi ile ortak bir çerçevede aktarılacağı gibi kendine has açıklamalara da sahiptir.

Kişinin psikolojik olarak tatmin olduğu birçok kavramın sosyal medya tarafından karşılanması, özellikle kişilerin yalnızlık, sosyal ve siyasal olarak var olabilmek ihtiyaçlarının ve ahlaki ve duygusal birçok ihtiyaçlarının sosyal medyada karşılanması bir taraftan da kişilerin bağımlılığını beslemektedir (Babacan 2016: 15). Tarhan ve Nurmedov, kişiyi sosyal medya kullanımında bağımlı yapan nedenlerden biri olarak psikolojik tatmini görür ve bunun sosyal medyada karşılandığını söyler. Sosyal medya sürükleyicidir. Sosyal medya içerik açısından sürekli ödüllendiricidir yani; sosyal medyada kişinin paylaşımları onaylanır. Bu nedenlerle; kişi sosyal medyaya bağımlı olabilmektedir.

Aksoy (2018: 864) tarafından yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı sebepleri olarak sosyal destek azlığı, yalnızlık, arkadaş eksikliği, sosyal medyanın bir aktivite olarak düşünülmesi, kişinin görevlerini gerçekleştirme arzusu, güncel kalabilmek ve hayatla iç içe olmak olarak sıralanmıştır. Turel ve Serenko (2012: 515-516), sosyal internet ağı bağımlılığını açıklamak için üç teorik bakış açısından bahsetmişlerdir:

- Bilişsel-davranışçı model—Bu model, "anormal" sosyal ağ kullanımının uyumsuz bilişlerden kaynaklandığından bahseder. Bu bilişler çeşitli çevresel faktörler tarafından güçlendirilir ve sürecin sonunda bağımlılık yaratan sosyal ağ kullanımının oluştuğu vurgulanır.
- Sosyal beceri modeli—Bu modelde, "anormal" sosyal ağ kullanımlarının sebepleri olarak; insanların kendilerini sunma becerilerindeki eksiklikler ve yüz yüze iletişim yerine sanal iletişimi tercih etmeleri gösterilir. Bunların sonucu olarak da sosyal ağların bağımlılık yapıcı kullanıma yol açtığı vurgulanır.
- Sosyo-bilişsel model—Bu model, "anormal" sosyal ağ kullanımının, internette elde edilecek öz-yeterlik beklentisi fakat yaşanan yetersiz internet öz düzenlemesine rağmen olumlu sonuçlar beklentisi nedeniyle ortaya çıktığı iddia edilmektedir. Süreç bu şekilde işlemekte ve zorlayıcı veya bağımlılık oluşturan sosyal ağ davranışına sebep olduğu bahsedilmektedir.

İnternet bağımlılığı yorumlarından yola çıkarak, Davis (2001)'in internet bağımlılığı yorumuna bakmak gerekmektedir. Sosyal medya bağımlılığının tanımı ve tanımlanabilmesi için internet bağımlılığı ölçütleri göz önünde bulundurulmuş ve Young'ın belirlemiş olduğu ölçütler esas alınarak sosyal medya bağımlılığı tanı kriterleri yorumlanabilmektedir (Ögel 2012: 133).

### 2.3. Narsisizm

Narsisizm, psikoloji alanında en çok çalışılan kavramlardan biri olmuştur. Çok eski bir tarihi olan ve birçok açıdan ilgi odağı olan narsisizmi Yunan mitlerinden tanımaya başlamaktaız. Bu mitlerden birinde; Narkissos güzelliği ile herkesi kendisine hayran bırakan bir avcıdır. Öyle ki peri kızı Echo, Narkissos' a âşık olmuştur. Narkissos bu aşkın karşılığını vermez. Echo bu karşılıksız aşk yüzünden günden güne erir ve ölümü karşılıksız bu aşk yüzünden olur. Bunun üzerine tanıçalar Narkissos'a bir ceza verir. Öyle ki Narkissos kibirlice reddettiği ona hayran kişiler gibi, Narkissos da karşılıksız aşkla cezalandırılmıştır. Birgün Narkissos su içmek için eğildiği gölde kendi gölgesini görür ve kendisine âşık olur. Hiçbir zaman karşılığını göremeyeceği kendine hayranlıktan günden güne Echo gibi erir ve ölür (Javanbakht 2006: 63-64; Levy, Ellison, Reynoso 2011:3). Özellikle psikanalitik yorum açısından bu çerçeveyi destekleyen birçok mit, narsisizm kavramını anlatmaktadır (Levy, Ellison, Reynoso 2011: 4). Bir başka mitolojik anlatıda ise, Antik Yunan mitolojisi bize, Narcissus efsanesinde aşırı kibrinin tehlikelerini gösterir. Lanetlenen Narcissus; havuza bakar ve yansımaya âşık olur. Sevdiğinin kendi imajı olduğunu bilmeden, kendini yücelttiği imajıyla “birlik” arayışına girer ve kendini havuza atar. Bu nedenle mit, kendi sevgilerini ve bunun başkalarının hayatlarını nasıl etkilediğini ve bilmeden kendini sevgili olarak kabul etme eyleminin sonunda çaresizliğe ve yalnızlığa yol açtığını gösterir (Millon vd. 2012: 342). Bu epik anlatımdan narsisizmin, genellikle kibir, soğukluk veya bencillik ile tanıtıldığını söylenebilmektedir. Bu tür bir narsisizm portresi narsisizmin temel özelliği olarak büyülenmeciliği yansıtır. Bu alandaki teorik bakış açıları ve artan araştırmalar, narsisizmin anlamı ve ifadesinin daha geniş anlaşılmasına katkıda bulunabilir.

Bu kişilik örüntüsünün eski tarihsel anlatımlarından sonra, 1898'de İngiliz psikolog Havelock Ellis, “nergis benzeri” (Narcissuslike) terimini bireyin kendi cinsel nesnesi haline geldiği aşırı oto erotizmi anlatmak için kullanmıştır (Millon vd. 2012: 343). Yani; narsisizm, psikolojik literatüre ilk kez 1898'de Havelock Ellis tarafından “Narcissuslike” terimi ile tanıtılmıştır (Rosenthal, Pittinsky 2006: 618; Levy, Ellison, Reynoso 2011: 4). Takip eden yılda, Alman psikiyatrist Nacke (1899) narsisizme yakın olarak “Narcismus” terimini kullanmıştır. Sadger (1910), makalesinde, “cinselliğe giden yol her zaman narsisizm yoluyla; başka bir deyişle, kişinin kendini sevmesi” olarak narsisizme değinmiştir ve bir yıl sonra Rank (1911), ağırlıklı olarak narsisizmle ilgili ilk psikanalitik makaleyi yayınlarken narsisizmi kibir ve kendine hayranlıkla ilişkilendirmişlerdir (Pulver 1970: 322). Freud 1914'te yalnızca narsisizme ayrılmış bir makale olan “Narsisizm üzerine” başlıklı makalesini yayınladı ve bunu, sağlıklı ve makul miktarlarda, nihayetinde olgun nesne ilişkilerine yol açacak olan benliğe libidinal bir yatırım olarak tartıştı. “On Narcissism: An Introduction” adlı makalesi aynı zamanda narsisizmin bugünkü psikanalizdeki temelidir. Freud ile başlayan narsisizm kavramına psikanalitik yaklaşım, sonraki araştırmacılar tarafından sürdürülmüştür (Atay 2009: 184). Bütün bu yazılarda narsisizm, bir kişilik tipi veya bozukluğundan ziyade bir süreç veya durum olarak kavramsallaştırılırken, patolojik narsisizmin

gelişimi üzerine yapılan ilk spekülasyonlar, onu kıskançlıkla yakından bağlantılı olarak görmüştür (Levy, Ellison, Reynoso 2011: 4). Daha yakın tarihli psikanalitik görüş olarak, Otto Kernberg'in (1975: 1984) “nesne ilişkileri teorisi” ile Heinz Kohut'un (1968, 1971, 1977) “kendilik psikolojisi” nden bahsedilebilir. Narsisizmin mitlerdeki tasviriyle tutarlı olarak TDK (2021)'daki tanımı da “özseverlik”tir. Narsisizm, bireyin duygulanım, benlik ve alan düzenleyici yöntemler ile gerçekleşen olumlu bir benlik görünümü devam ettirme motivasyonu olarak tanımlanmaktadır (Pincus vd. 2009: 365). Bundan dolayı narsisizmin, bireylerin doğrulanma ve onaylanma ihtiyaçlarına ek olarak sosyal çevreden açık ve gizli biçimde kendini geliştirme deneyimlerinin arayış motivasyonununun temeli olduğunu iddia ettiler. Günümüzde, çoğu kişi tarafından özellikle alan dışı kişiler tarafından halen, kendini beğenmiş, kibirli ve zorbaca davranışlarla işaret edilen narsisizm; bu içeriklerle genellikle “büyüklenmeci” yönüyle tanınır; fakat büyüklenmeci yön narsisizmin sadece bir yüzüdür. Geçmişten günümüze alanyazın incelendiğinde, patolojik narsisizmin birçok klinisyen ve kuramcı tarafından büyüklenmeci ve kırılğan olmak üzere iki alt boyut ile incelendiği görülmektedir (Pincus, Lubosky 2010: 426).

### **2.3.1. Normal ve Patolojik Narsisizm**

Narsisizm her zaman patolojik, sorunlu veya uyum bozucu değildir. Narsisizmin sağlıklı narsisizm (Behary 2014: 44; Vaknin 2016: 1) veya normal biçimleriyle de karşılaşmaktayız. Behary (2014: 47)'e göre patolojik narsisizme sahip bu kişiler özsaygı ve rakipleri söz konusu olduğunda sağlıklı kısmı pek koruyamayabilirler. Pincus vd. (2009: 366) Patolojik Narsisizm Envanteri geliştirdikleri çalışmalarında, normal ve patolojik narsisizmi kişiliğin iki boyutu olarak gördüler.

Narsisizm, büyüklenmeci düşünceler, haklılık duygusu, üstünlük algısı ve başkalarından ilgi arayışını içeren, sosyal açıdan diğer insanlara itici gelen bir kişilik özelliğidir (Paulhus, Williams 2002: 561). Narsisizmin temel ifadelerinden biri olarak kişideki aşırı beğenilme ve onaylanma ihtiyacından bahseden Pincus ve Roche (2011: 32), çoğu zaman bu özelliklerden kişiliğin normal yönü olarak bahseder. Patolojik narsisizmin bir kişilik bozukluğu olmasındaki ana etkenlerden biri yaşam boyu süren bir davranış kalıbı olmasıdır (DSM 5). Bu davranış kalıbı, bireyin başkalarını dışlaması, kendisine aşık ve saplantılı olması ve kişinin tatmin olmak için bencilce ve acımasızca arayışlara girmesi olarak ifade edilir (Vaknin 2016: 1). Yani patolojik narsisizm, sağlıklı veya normal narsisizmden farklı olarak uyumsuz, katı, kalıcı olmakla beraber ciddi boyutta sıkıntıya ve işlevde bozulmaya neden olur. Patolojik narsisizmin yolculuğu Freud'un “Narsisizm Üzerine” makalesinden DSM'de narsistik kişilik bozukluğu tanı grubunun oluşmasına kadar uzanır. Halen üzerinde çalışmalar yapılmakta, boyutları ve etkileri tartışılmaktadır. Bunun dışında normal, patolojik, örtük, kırılğan, büyüklenmeci olmak üzere birçok biçimde narsisizm boyutları vardır (Pincus, Roche 2011: 31).

### 2.3.2. Kırılğan Narsisizm

Kırılğan narsisizm, narsistik kişilik özelliğinin bir alt boyutudur. Kırılğan narsisizm; düşük benlik saygısı, utanma eğilimi, utangaçlık ve diğerlerinin yorumlarına karşı aşırı duyarlılık ile ilişkili savunmacılık ve güvensizlik ile karakterizedir (Casele vd. 2016: 323). Klinik teorilerin birçoğu da görkemli kendilik durumlarının farklı bir sunumu olan kırılğan veya savunmasız boyutu tanımlamışlardır. Narsisizmin bu savunmasız boyutunda yani kırılğan boyutunda, kişide çaresizlik, boşluk, düşük özsaygı ve utanç belirtileri görülmekle beraber bu boyuta sahip hastalarda da uzun süredir bir durumdan acı çekme ve değişime direnç görülebilir. Bu da sahip oldukları özel statüyü kaybetmek istememekle ilişkilendirilir (Sarasohn 2004: 172). Büyüklenmeci narsisizm, kendinde hak görme, küstahlık, kıskançlık, dikkat çekmek isteme, aşırı talepkarlık ve teşhircilik gibi açık göstergeler içerir. Bundan farklı olarak kırılğan narsisizm; çekingenlik, alçak gönüllülük, kendisine yapılan eleştirilere aşırı hassasiyet, stressli bir hal durumu, yüksek kaygı düzeyi ve acı çekme hali ve yakın ilişkilerde kendi hakkında büyüklenmeci beklentiler ile karakterizedir (Akthar, Thomson 1982: 12; Şen, Barışkın 2019: 126). Geri bildirim alan kırılğan narsistlerin bu geri bildirimlere verecekleri tepkileri incelemek isteyen bir çalışmada; kırılğan narsistlerin özellikle kendi performanslarını yüksek olarak değerlendirdiklerinde; eğer tatmin edici olmayan geri bildirim almazlar ise; kızgın ve utanmış hissettikleri bulunmuştur (Fries vd. 2015: 890). Kırılğan narsisizm birçok çalışmada düşük benlik saygısı ile ilişkilendirilmiştir (Casale vd. 2016:323; Kong vd. 2020: 270).

### 2.3.3. Büyüklenmeci Narsisizm

Büyüklenmeci narsisizm bazı kaynaklarda “açık” narsisizm olarak adlandırılır ve hayranlık arayışı, yüksek benlik saygısı, teşhirciliğin ifadesi ve kibir ile karakterize görkemli bir tip olarak tanımlanır (Casale vd. 2016: 323). Klinik tanımlamalara bakıldığında diğerlerinden gelen onaylanmayan dış bildirimleri çarpıtmak, kendilik ve diğerlerinin yönelttiği olumsuz yönleri görmezden gelmeye çalışmak gibi içsel birtakım mücadeleleri kapsar. Büyüklenmeci narsisizm, kendi değerlerini abartma, kendileriyle ilgili takdir bekleme, başkalarının kendilerine hayranlık duyması gerektiği inancı gibi özelliklerle karakterizedir (APA 2013). Bu kişilerin, kendilerini diğer insanlardan üstün görme, diğerlerini aşağılama ve küçümsemeye yönelik eğilimleri vardır (Campbell, Miller 2011). Böyle çarpıtmalar yapan bireylerde, kendini haklı görme, aslında olmayan başarı ve yetenekleri varmış gibi şişirilmiş bir benliği temsil etme görüldüğü gibi bu kişiler üstünlük mükemmellik gibi bazı fantezilerine sahiptir. Bunları doğrulamak için de bir kendini beğenmişlikle beraber kişilerarası istismar edici davranışlar gösterebilecekleri gibi empati eksikliği, yoğun kıskançlık, saldırganlık ve teşhircilikte bulunabilirler (Pincus vd. 2009: 367). Empati yoksunluğu da büyüklenmeci narsisizmde görülen bir başka özellik olarak bulunmuştur (Ronningstam 2005). Aynı zamanda büyüklenmeci narsisizmin dürtüsellik ile ilişkili olması söz konusudur (Malesza, Kaczmarek 2018: 63). Narsistik büyüklenmecilik, dışadönüklük ve kendi kendine hizmet eden davranışlara yönelik bir eğilimle

ilişkilenmesinin yanında; insanları ilk izlenimde etkileme, sosyallik gibi olumlu özelliklerle de ilişkilendirilmiştir (Holtzman, Vazire, Mehl 2010: 482).

#### **2.3.4. Kırılgan ve Büyüklenmeci Narsisizm**

Narsisizmin bu iki boyutu bazı çalışmalarda örtük ve açık narsisizm olarak da geçmektedir (Kong vd. 2020). Kohut ve Kerbengr'in kırılgan narsisizm üzerine değinmelerinden itibaren narsisizm bir boyutsallık kazanmıştır. Araştırmacıları ikiye ayıran; DSM'deki patolojik kişilik özelliklerini belirlemeye yönelik, işlevsel bozulmalara ve tanı ölçütlerine dayalı kategorik model ile kişiliğin özelliğine vurgu yapan sosyal ve kişilik alanlarındaki çalışmacılar tarafından incelenen boyutsal model olarak ifade edilebilir (Şen, Barışkın 2019: 119). Narsisizmin iki boyutu tartışması birçok araştırmacı tarafından sürdürülmüş ve çoğu narsisizmin kategorik yaklaşımından çok boyutsal yaklaşımının üzerinde durmuştur (Wink, 1991; Pincus, Libowtsky 2010; Şen, Barışkın 2019). Bir diğer ifadeyle; narsisizmin büyüklenmeci ve kırılgan temel boyutları, açık ve örtük göstergelere sahiptir. Mevcut çalışmada, patolojik narsisizm boyutunun kırılgan ve büyüklenmeci olmak üzere bu iki alt boyutu dahil edilmiştir. Narsisizmin toplam puan yerine, alt boyut puanları ile ayrı ayrı çalışılması, alt boyutların farklı özellikler göstermesi sebebi ile daha faydalı olabileceği araştırmalarca gösterilmiştir (Demirci, Ekşi 2017: 41). Yapılan bir çalışmada; narsisizmin iki boyutu da dürtüsellik ile ilişkilendirilmiştir (Malesza, Poland 2020: 4). Çağlayaner ve Okutan (2021: 170) yaptıkları çalışmada, reddedilme duyarlılığı ve narsisizm düzeyleri arasında yaptıkları korelasyon analizi bulgularına göre, reddedilme duyarlılığının kırılgan narsisizmle yüksek düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği, büyüklenmeci narsisizmle ise daha düşük düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu ve benzeri birçok çalışmada, kırılgan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizm onları karşılaştıran değişkenlerle arasında fark bulunmuştur.

#### **2.3.5. Narsisizm ve Sosyal Medya Kullanımı**

Görülme, duyulma, tanınma gibi narsistik ihtiyaçların hızlı ve anlık olarak giderilebildiği bir ortam yaratan sosyal medya uygulamaları ile bu kişiler kendileriyle ilgili sunmak istediklerini kolayca duyurma imkanına sahip olurlar (Andreassen, Pallesen, Griffiths 2017: 291; Dumas vd. 2017: 7-9). İlgili alanyazın incelendiğinde, sosyal medya kullanımı ve davranışlarında narsisizmin önemli bir rolü olduğu birçok çalışmada görülmüştür. Bu kişiler, sosyal medyadaki bu alanı, kendi benliklerini yüceltme ve idealize edilmiş bir benlik sunma amacıyla kullanmaktadırlar. Bu mecralarda, kendilerine hayranlık duyulması, beğeni almak, kendi görkemliliklerini istedikleri gibi sergileyebilmeleri ve tanınırlıklarını arttırmaya dair fantezilerini gerçekleştirebilirler. İşte sosyal medyanın bu kişilere bu alanı tanıyan oluşu sosyal medyayı narsist bireyler için tercih edilebilir noktaya getirmektedir (Dickinson, Pincus 2003: 200; Wang, 2017: 138-139; Andreassen vd. 2017). Bir diğer taraftan da alanyazın incelendiğinde benlik saygısı ve sosyal medya bağımlılığının ilişkili olduğu birçok çalışmaya rastlanmıştır (Şahin, Kumcağız

2017). Kırılgan narsisizmin düşük benlik saygısı ile ilişkilendirildiği ve sosyal medya bağımlılığını bu iki değişkenin de yordadığı görülmektedir.

Narsisizmle ilgili çalışmaların oldukça yoğun olmasının yanında, narsisizmin iki boyutu ayrı ayrı sosyal medya kullanımı ve bağımlılığındaki etkisi ve ilişkisi ilgili çalışmalarda görülmektedir. Kırılgan narsisizme sahip kişiler, narsist olmayanlara ve büyüklenmeci narsistlere göre sosyal medyadan daha fazla olumsuz etkiler bildirme eğilimindedir (Casale, Fioravanti, Rugai 2016: 4). Bir taraftan da sosyal medya bağımlılığının kırılgan narsisizmi yordadığını gösteren birçok çalışma da mevcuttur (Casale, Fioravanti, Rugai 2016; Kong vd. 2020). Öyle ki; Kong ve arkadaşları (2020: 271) yaptıkları çalışmada; narsisizmin örtük boyutunun(kırılgan) açık boyutundan (büyüklenmeci) akıllı telefon bağımlılığını daha fazla yordadığını bulmuşlardır. Benzer birçok çalışma gösteriyor ki, kırılgan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizm benzer yönleri olmakla beraber farklı boyutlardır ve sosyal medya bağımlılığı ile farklı farklı ilişkileri vardır. Sosyal çevrim içi öz düzenleme teorisini sunan (Ozimek, Bear, Förster 2017), bu teoriye göre Facebook'un çeşitli hedeflere (örneğin, sosyal etkileşim, maddi hedefler ve kendini ifade etme) ve olumlu ve mutlu hissettirecek bir duruma ulaşmak için bu platformu bir öz düzenleme stratejisi olarak kullanılabileceğini belirtmiştir. Bu teoriye bağlı olarak; örtük yani kırılgan narsistlerde açık yani büyüklenmeci narsistlere göre öz düzenleme stratejilerinin daha fazla tercih edildiği (Ozimek vd. 2018: 167) ve bunun cep telefonu bağımlılığına yol açtığı görülmüştür. Yani; kırılgan narsisizm büyüklenmeci narsisizmden daha fazla sosyal medya bağımlılığı ile ilişkilendirilebilmektedir.

#### **2.4. Sosyal Kaygı**

Sosyal (Toplumsal) kaygı veya sosyal fobi, yabancı insanlarla tanışmak gibi sosyal etkileşim gerektiren durumlarda, toplum içinde yemek yemek, sunum yapmak gibi bir davranış sergilenen veya kişinin gözlemlendiği durumlarda ortaya çıkan, kişinin bu durumlardan korkması veya kaygılanması ve bu durumlardan kaçınması olarak ifade edilebilir (APA 2013: 190; NIH 2017). Kişinin bu anlamda bilişsel düşüncesi, ortamda utandırılacağı, küçük düşürüleceği ve bir hata yapacağı üzerinedir. Sosyal kaygısı veya sosyal fobisi olan kişiler için sosyal ortamlar veya performans gerektiren durumlar, olumsuz değerlendirilecekleri inancı ve aşağılık hissedebilecekleri ihtimali nedeniyle korku duyulan ortam ve durumlardır. Bu durumlarda yüzde kızarma, çarpıntı, terleme ve titreme gibi fiziksel semptomlar görüleceği gibi bu kişiler aşırı derecede dikkatleri kendilerinde olup, kendilerini eleştirmeye meyilli kişilerdir (Stein, Stein 2008: 1115). Sosyal kaygıya sahip kişiler, ortamlardan kendilerini geri çekebilir, sosyal temas gerektirmeyen işler tercih edebilirler. Sosyal ortamda ise, göz temasından kaçınılır, yumuşak bir ses tonu ile konuşurlar (Apa 2013: 204).

Sosyal kaygı bozukluğunun sebep olduğu birçok işlevde bozulmalara rağmen, Batı toplumlarında, bu bozukluk için tedavi, bozukluğa sahip kişilerin yalnızca yarısı kadarı tarafından aranır ve genellikle bu tedavi arayışı semptomları yaşadktan 15-20 yıl sonra yapılır (APA 2013: 206). Toplumda birçok kişi

utangaç veya biraz olsa da çekingendir. Bu yüzdendir ki, ağır tedavi gerektiren psikolojik rahatsızlıklar kadar üzerine düşünülmemektedir. Oysa dünya çapındaki yaygınlığı bu rahatsızlığa önemli kılar ve tedavi yaklaşımlarını kıymetli kılar (Barlow 2014: 114).

DSM 5'te sosyal kaygı bozukluğu tanı ölçütleri şu şekildedir:

A. Kişinin bir başkasının onu incelemesine maruz kaldığı bir veya birden fazla toplumsal durumda, korku ve kaygı yaşaması. Bu toplumsal durumlar sosyal etkileşimleri (biriyle tanışmak, biriyle sohbet etmek), gözlemlenmeyi (yemek yemek bir şeyler içmek), ve başkalarının önünde performans sergilemeyi (sunum yapmak, topluluğu konuşmak) içerebilir.

B. Kişi, olumsuz bir değerlendirme alacağından veya küçük düşürücü utandırıcı bir kaygı belirtisi göstereceğinden korkar.

C. Bahsedilen sosyal durumlar neredeyse her zaman kişide korku veya endişe(kaygı) tetikler.

D. Bahsedilen sosyal durumlardan kaçınılmaya çalışılır veya bunlara endişe ve korku duyarak bir şekilde katlanılır.

E. Sosyal duruma duyulan korku ve kaygı, sosyal durumun meydana getirebileceği veya getirdiği gerçek tehditle orantısızdır.

F. Duyulan korku, kaygı ya da kaçınma kalıcıdır, tipik olarak 6 ay ya da daha uzun sürer.

G. Duyulan kaygı, korku veya kaçınma ile klinik açıdan bir sorun veya sosyal, mesleki veya diğer alanlarda işlevsellikte bozulma meydana gelir.

H. Duyulan kaygı, korku veya kaçınma, maddelerden herhangi birinin sebep olabileceği duruma veya başka bir tıbbi durumla açıklanabilecek fizyolojik etkiye atfedilemez.

I. Duyulan kaygı, korku ya da kaçınma, başka bir ruhsal bozukluğun (panik bozukluğu, beden dismotik bozukluğu gibi) belirtileri ile açıklanamaz.

J. Başka bir tıbbi durumun varlığından (örn. Parkinson hastalığı, obezite, yanıklardan veya yaralanmalardan kaynaklanan şekil bozukluğu) bağımsızdır (APA 2013)

Sosyal kaygının spesifik bir türünün varlığından da söz etmek gerekir. DSM5'te yalnızca performansa dayalı olarak ifade edilen bir sosyal kaygı türünden bahsedilmiştir. Sadece performansa dayalı sosyal kaygı bozukluğu olan bireyler, profesyonel yaşamlarında (örneğin, müzisyenler, dansçılar, sanatçılar, sporcular) veya düzenli olarak topluluk önünde konuşma gerektiren durumlarda en kötü performansı sergileyeceklerine dair korku ve endişelere sahiptir ama; bu kişiler, sosyal kaygılı kişilerin aksine, performans göstermeyi gerektirmeyen sosyal durumlardan korkmaz veya kaçınmazlar (APA 2013: 203).

Sosyal kaygı biyolojik faktörler (Stein, Stein 2008: 1115), psikolojik faktörler ve çevresel faktörlerin birbirini etkilemesi ile oluşabilir (Dilbaz 1997: 20). Birinci derece akrabalarda sosyal kaygı bozukluğu olma ihtimali iki ile altı kat daha fazladır ve bozukluğa yatkınlık, bozukluğa özgü (ör. olumsuz

değerlendirilme korkusu) ve özgül olmayan (ör. nevroitiklik) genetik faktörlerin karşılıklı etkileşimini içerir (APA 2013: 205).

#### **2.4.1. Sosyal Kaygı ve Sosyal Medya Bağımlılığı**

Sosyal medya ve internet kullanımının psikopatolojilerle ilişkisi birçok çalışmada yer almaktadır. Ercan Aktan (2018) çalışmasında, sosyal medya kullanan kişilerin sosyal medyada yaşadıkları sosyal kaygıdan bahsetmiştir. Vannucci, Flannery ve Ohannessian (2017: 163-166) çalışmalarında kaygı ve sosyal medyanın ne kadar sıklıkla kullanıldığı arasında olan ilişkiyi pozitif bulmuşlardır. Sosyal medya kullanımı kaygıyı artırabileceği gibi, kullanan kişi kaygılı olduğu için de uyumsuz bir başa çıkma yöntemi olarak sosyal medyaya yönelebilir.

Doğan ve Tosun (2016) lise öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, katılımcıların sosyal kaygı seviyelerindeki artışla sosyal ağ kullanım sürelerinde de bir artış olduğunu bulmalarının yanında sosyal kaygı seviyeleri arttıkça problemlili akıllı telefon kullanım seviyelerinin de yükseldiğini bulmuşlardır. Sosyal kaygılı bireylerin sosyal medyaya neden yöneldiği ile ilgili ise; McKenna ve Bargh (2000: 60) internetin ve internetteki iletişimin anonimlik, fiziksel olarak mesafe ve zamanın göreceliği gibi özelliklerinden bahsederler. Öyle ki; internet üzerinden iletişim kuran kişi, zamanı kontrol edebilir, olaylar üzerinde düşünme payı ve olaylara ne tepki vereceğini ayarlayabilir, istediği zaman görünebilir istediği zaman iletişime geçebilir. Yani; kişinin yüzyüze iletişimde olduğundan daha çok kontrol elindedir; bu da sosyal kaygılı bir bireyin kendisini daha iyi ifade etmesini sağlayacaktır. Bu nedenledir ki; sosyal kaygıya sahip kişi iletişim için sosyal medyayı ve de internet araçlarını tercih edecektir. Anonimliğin sosyal kaygılı bireyler için sosyal medya ve internet kullanımını tercih etme sebeplerinden olduğu Shepherd ve Edelman'ın çalışmasında görülmüştür. Shepherd ve Edelman (2005: 955) sosyal kaygısı olanların internete bu kaygılarını gidermek için yöneldiğini göstermişlerdir.

Demirci (2019) yaptığı çalışmada, kişilerin sosyal medya bağımlılıkları ile kaygı ve depresyon düzeylerini ilişkili bulmuştur. Demirci (2019: 20) sosyal medya bağımlılığının birçok sonucu olabileceği gibi kaygının da bu sonuçlardan biri olduğunu ve kişilerin kaygı seviyelerindeki azalma için sosyal medya bağımlılığını kontrol etmek gerekeceğini söylemektedir.

#### **2.5. Yalnızlık**

Birçok bireysel gözlemden yola çıkarak üzücü bir deneyim olduğunu söyleyebileceğimiz yalnızlık, birçok insanın yaşadığı ve hayatının belli döneminde bununla mücadele ettiği bir deneyimdir. Yalnızlığa kavramsal olarak bakan Perlman ve Peplau, kavramı bir kişinin sosyal hayatındaki ilişkilerde nitel ve nicel olarak eksiklikler yaşadığında meydana gelen huzursuzluk veren deneyim olarak açıklarlar (1981: 31). Bu deneyim patolojik olabileceği gibi normal olarak açıklanabilir ve aynı zamanda yalnızlığı tanımlarken dikkat edilmesi gereken üç ayrıntıdan da bahsedilir. İlk olarak; yalnızlık kişinin

deneyimlediği gerçek ilişkilerinde bir eksiklik. İkincisi; bu deneyim öznel olabilmektedir. Yani kişi yalnız değilken bile yalnız hissedebilmektedir. Üçüncüsü; yalnızlık de yalnızlığın acı veren bir deneyim olduğunun bilinmesi gerektiğidir (Perlman, Peplau 1981: 32). Gierveld; yalnızlıktan bir ilişki eksikliğinden dolayı deneyimlenen bir durum olarak bahseder. Yani; kişinin istediği ve kabul edilebilir düzeydeki ilişkileri deneyimlememesi ve başkaları ile arzulanan yakınlığın yaşanmadığı durumlardan dolayı bireyin izolasyon ve iletişim eksikliklerini algılama, deneyimleme ve değerlendirme şekline yalnızlık denmektedir (Gierveld 1987: 120). Bu yalnızlık tanımı, yalnızlığı çok boyutlu bir olgu olarak kavramsallaştırır. Burada; üç boyut ayırt edilir. İlk boyut, yoğun duygularla ilişkilidir ve samimi bir bağlantının yokluğu, boşluk veya terk edilmişlik hislerini içerir. Bu, sözde "mahrumiyet" bileşeni kavramın çekirdeğini oluşturur. İkinci bileşen, zaman perspektifiyle ilgilidir. Bireyin yalnızlığı değişebilir ya da tedavi edilebilir bir şekilde görüp görememesi ile ilgili bir durumdur. Üçüncü bileşen; utanç, suçluluk, çaresizlik, üzüntü, hüznün, hayal kırıklığı gibi farklı duygusal yönleri içermektedir.

Araştırmalarda tanımlanan çeşitli yalnızlık türleri bulunmaktadır. Duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık, yalnızlığın farklı yönleri olup bir ölçek kullanılarak ölçülebilir (Ruffalo vd. 2021). Bir partner sahibi olmaya büyük önem veren boşanmış kişiler ve evlilikleri çatışma dolu olan insanlar duygusal yalnızlık düzeylerinin en yüksek olduğu eğilimindedir (Dykstra, Fokkema 2007). Ayrıca, Shamionov vd. (2022) küme analizine dayanarak dört tür yalnızlık belirlenmiştir: olumlu yalnızlık, kabul edilmeyen yalnızlık, sahte-olumlu yalnızlık ve nörotik yalnızlık. Yalnızlığın duygusal sıkıntısı; kaygı, üzüntü, kızgınlık/öfke veya umutsuzluk gibi hoş olmayan duyguların herhangi bir kombinasyonu olarak deneyimlenebilir (Gentry, Palmer 2021). Bunlara ilaveten, yalnızlık türleri olarak üç yalnızlık formu ayrılmıştır; hissedilmeyen yalnızlık, varoluşsal yalnızlık ve sınır bir durum olmayan üçüncü bir türdür (Tietjen, Ben-Ze'ev 2021: 435-436). Çocuklarda dört yalnızlık kategorisi belirlenmiştir: fiziksel yalnızlık, çocuğun gerçekliği reddetmesiyle ortaya çıkan yalnızlık, çocuğun göz ardı edilmesiyle ortaya çıkan yalnızlık ve çocuğun duygularını deneyimlerken destek eksikliğiyle ortaya çıkan yalnızlık (Hübscher 2021: 9-15). Bir diğer çalışmada Alexandrova vd. (2021: 4) yalnızlığı incelemek için iki yaklaşım belirlenmiştir: yalnızlığı genel bir olgu olarak gören ve yalnızlığı tek ve bütüncül bir sonuç olarak ölçen tek boyutlu bir yaklaşım ile yalnızlığı karmaşık ve çok yönlü bir olgu olarak gören çok boyutlu bir yaklaşım. Yalnızlık ayrıca süresine bağlı olarak tanımlanabilir, yani hiç yalnızlık, geçici yalnızlık, anlık yalnızlık veya sürekli yalnızlık (Akhter-Khan vd. 2021). Son olarak, yalnızlıkla ilgili dört tür tavrı belirlenmiştir: "uyumlu", "bağımlı", "başka çıkma" ve "kendi kendine yeterli" (Petrash 2021: 342).

## BÖLÜM III

### 3. YÖNTEM

Bu bölüm mevcut araştırmada kurulan model ve modelleri, araştırmadaki çalışma grubunu, veri toplama sürecini, veri toplama araçları ve bu verilerin analiz süreçlerine ilişkin bilgileri içermektedir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmanın türü nicel araştırmadır. Nicel araştırmalar, çalışmaya katılanlara ait değişkenlerin sayısal verilerinin gözlem yaparak ve ölçme araçları kullanarak yapılan çalışmalardır (Christensen vd.2015: 46). Bu araştırmada model olarak, değişkenler arasındaki ilişkiyi değişkenlere müdahale etmeden inceleyen ilişkisel tarama yöntemidir. İlişkisel tarama modellerinde birden fazla değişken ölçülür ve bu değişkenler arası ilişkinin yönü ve düzeyini bulmak amaçlanır (Karasar 2010: 79-81; Christensen vd. 2015: 61; Karasar 2016:114).

#### 3.2. Çalışma Grubu

Mevcut çalışmanın kapsamında 498 kişi çalışmaya katılmıştır. Bu çalışma için dışlama kriterleri “18-35 yaş aralığında olmamak” ve “ankete başlamadan önce bilgilendirilmiş onam formunu onaylamamış olmak” şeklinde belirlenmiştir. Bu dışlama kriterleri sonrasında 37 kişi veri setinden eksiltilmiş ve örneklem büyüklüğü 461’e düşmüştür. Bu son haliyle birlikte, araştırmanın örneklemine, 18-35 yaş aralığındaki 461 kişi oluşturmaktadır. Bahsedilen araştırmada örneklem büyüklüğü, farklı evren büyüklükleri için alınması gereken örneklem sayıları (N=384) hesap edilerek kararlaştırılmıştır (Yazıcıoğlu, Erdoğan 2004: 71-72). Çalışma grubu oluşturulurken iki ana örnekleme türünden biri olan rastgele olmayan (olasılıksız) örnekleme türünün uygun (elverişli veya tesadüfi) örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu örnekleme yöntemi, birimlerin seçimlerinin kolay ulaşılabilir ve evreni temsiline uygun olduğu düşünülen birimlere ulaşıldığı bir yöntemdir. Hızlı ve kolay olan bu yöntemin, yanlılık riski yüksek olması gibi dezavantajları da bulunmaktadır (Dawson, Trapp 2001: 69-72; Etikan, Bala 2011: 215). Çalışmadaki amaç, belirli bir örneklemden bir popülasyona genelleme yapmak olduğundan, temsili örneklemler ürettikleri için; uygun örnekleme yöntemi tercih edilerek yapılmıştır (Christensen vd. 2015:164).

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Temel İstatistikler**

Değişken	Gruplar	N	%
----------	---------	---	---

Cinsiyet	Kadın	342	74.2
	Erkek	119	25.8
Eğitim düzeyi	Ortaokul	7	1.5
	Lise	80	17.4
	Önlisans/Lisans	297	64.4
	Yüksek Lisans	72	15.6
	Doktora	5	1.1
Çalışma Durumu	Ara sıra düzensiz	34	7.4
	Çalışmıyor	74	16.1
	Düzenli çalışıyor	209	45.3
	Öğrenci	144	31.2
Medeni Durum	Bekar	254	55.1
	Birlikte yaşıyor	4	.9
	Boşanmış	10	2.2
	Evli	99	21.5
	Flört	64	13.9
	Nişanlı	24	5.2
	Diğer	6	1.3
Yaşanılan Kişi	Anne ve/veya Baba	267	57.9
	Arkadaş	20	4.3
	Eş ve/veya çocuk	99	21.5
	Yalnız	58	12.6
	Diğer	17	3.7
Kardeş Sayısı	Yok	55	11.9
	1	201	43.6
	2	114	24.7
	3 ve daha fazla	91	19.8
Gelir Düzeyi	2826 ve altı	155	33.6
	2827 – 3400	63	13.7
	3401-4100	47	10.2
	4101-5000	63	13.7
	5001-6000	50	10.8
	6001 ve üstü	83	18.0

Psikiyatrik Tanı	Evet		82	17.8
	Hayır		379	82.2
Psikiyatrik İlaç	Evet		35	7.6
	Hayır		426	92.4
Psikolojik Destek	Evet		55	11.9
	Hayır		406	88.1
Günlük İnternet Kullanımı	0-2 saat		45	9.8
	2-5 saat		201	43.6
	5-7 saat		139	30.2
	7ve daha fazla saat		76	16.5
İnternet Kullanım Amacı	İnternet oyunları		15	3.3
	Müzik/Video izlemek		77	16.7
	Ödev yapmak/Araştırma yapmak		57	12.4
	Sosyal medyada vakit geçirmek		253	54.9
	Diğer		59	12.8
Günlük Sosyal Medya Kullanımı	0-2 saat		193	41.9
	2-5 saat		207	44.9
	5-7 saat		47	10.2
	7ve daha fazla saat		14	3.0
Sosyal Medya Kullanım Amacı	Facebook		8	1.7
	Instagram		287	62.3
	Twitter		54	11.7
	YouTube		94	20.4
	Diğer		18	3.9
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Zaman Dilimi	Sabah (06.00-11.59)		20	4.3
	Öğle (12.00-16.59)		91	19.7
	Akşam (17.00-22.59)		299	64.9
	Gece (23.00-05.59)		51	11.1
Sosyal Medyanın Ağırıklı Kullanıldığı Ortam	İş		23	5.0
	Ev		434	94.1
	Diğer		4	.9
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Bağımlılık Grupları	Bağımlılık yok		140	30.4
	Az bağımlı		172	37.3
	Orta bağımlı		108	23.4
	Yüksek bağımlı		34	7.4
	Çok yüksek bağımlı		7	1.5
	Toplam		461	100.0
Değişken (N=461)	Min	Maks	Ort	Ss
Yaş	18	35	26.68	4.37

Araştırmadaki katılımcıların demografik özelliklerine yönelik temel istatistikler Tablo 1’de gösterilmiştir.

Araştırmada analize dahil edilen; 342 (%74.2) kadın, 119 (%25.8) erkek olmak üzere 461 katılımcı bulunmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyi ortaokul olan 7 (%1.5); lise olan 80 (%17.4); önlisans/lisans olan 297 (%64.4); yüksek lisans olan 72 (%15.6); doktora olan 5 (%1.1) katılımcı yer almıştır.

Araştırmadaki katılımcıların çalışma durumu, ara sıra düzensiz olan 34 (%7.4); çalışmayan 74 (%16.1); düzenli çalışan 209 (%45.3); öğrenci olan 144 (%31.2) katılımcı bulunmaktadır.

Katılımcıların medeni durumu bekar olan 254 (%55.1); birlikte yaşayan 4 (%.9); boşanmış olan 10 (%2.2); evli olan 99 (%21.5); flört olan 64 (%13.9); nişanlı olan 24 (%5.2); diğer olan 6 (%1.3) şeklindedir.

Katılımcıların kimlerle yaşadığı bilgisi ise şu şekildedir; yaşadıkları kişi anne ve/veya baba olan 267 (%57.9); arkadaş olan 20 (%4.3); eş ve/veya çocuk olan 99 (%21.5); yalnız yaşayan 58 (%12.6); diğer olan 17 (%3.7) katılımcı bulunmaktadır.

Kardeş sayısına bakıldığında kardeşi olmayan 55 (%11.9); 1 kardeşi olan 201 (%43.6); 2 kardeşi olan 114 (%24.7); 3 ve daha fazla kardeşi olan 91 (%19.8) katılımcı bulunmaktadır.

Katılımcıların gelir düzeyi 2826 TL altı olan 155 (%33.6); 2827-3400 TL olan 63 (%13.7); 3401-4100 TL olan 47 (%10.2); 4101-5000 TL olan 63 (%13.7); 5001-6000 TL olan 50 (%10.8); 6001 TL üstü olan 83 (%18) şeklindedir. Veriler 1 Nisan 2021 ile 9 Aralık 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Katılımcıların gelir dağılımı Türkiyede o zamanki gelir dağılımına göre değerlendirilmiştir.

Psikiyatrik tanı alan 82 (%17.8); almayan 379 (%82.2) katılımcı bulunmaktadır. Psikiyatrik ilaç kullanan 35 (%7.6); kullanmayan 426 (%92.4) katılımcı bulunmaktadır. Psikolojik destek alan 55 (%11.9); almayan 406 (%88.1) katılımcı bulunmaktadır.

Günlük internet kullanımı 0-2 saat olan 45 (%9.8); 2-5 saat olan 201 (%43.6); 5-7 saat olan 139 (%30.2); 7 ve daha fazla saat olan 76 (%16.5) katılımcı bulunmaktadır.

İnternet kullanım amacı internet oyunları olan 15 (%3.3); müzik/video izlemek olan 77 (16.7); ödev yapmak/araştırma yapmak olan 57 (%12.4); sosyal medyada vakit geçirmek olan 253 (%54.9); diğer olan 59 (%12.8) katılımcı bulunmaktadır.

Günlük sosyal medya kullanımı 0-2 saat olan 193 (%41.9); 2-5 saat olan 207 (%44.9); 5-7 saat olan 47 (%10.2); 7 ve daha fazla saat olan 14 (%3) katılımcı bulunmaktadır.

Sosyal medya kullanım amacı Facebook olan 8 (%1.7); Instagram olan 287 (%62.3); Twitter olan 54 (%11.7); YouTube olan 94 (%20.4); diğer olan 18 (%3.9) katılımcı bulunmaktadır.

Sosyal medyada günlük olarak bulunulan vakit dilimi; sabah (06.00-11.59) olan 20 (%4.3); öğle (12.00-16.59) olan 91 (%19.7); akşam (17.00-22.59) olan 299 (%64.9); gece (23.00-05.59) olan 51 (%11.1) katılımcı bulunmaktadır. Sosyal medyanın çoğunlukla kullanıldığı mekan olarak; iş olan 23 (%5); ev olan 434 (%94.1); diğer olan 4 (%.9) katılımcı bulunmaktadır.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'ne göre oluşturulan gruplarda, bağımlılığı olmayan 140 (%30.4); az bağımlı olan 172 (%37.3); orta bağımlı olan 108 (%23.4); yüksek bağımlı olan 34 (%7.4); çok yüksek bağımlı olan 7 (%1.5) katılımcı bulunmaktadır.

Katılımcıların yaş ortalaması 26.68 (SS=4.37) olarak hesaplanmıştır ve yaşları 18-35 yaş aralığındadır.

### **3.3. Veri Toplama Süreci**

Araştırmanın ilk adımı olarak; araştırmanın amacını, yöntemini, veri toplama araçlarını ve analiz sürecini içeren bir öneri formu hazırlanmıştır. Form, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne onay için gönderilmiş, onay alındıktan sonra araştırmaya başlayabilmek için Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırma Etik Kurulu'ndan 2021-17 sayılı, 2021-1/18 protokol nolu ve 30.03.2021 tarihli etik kurulu onayı alınmıştır (Ekler kısmında, EK7'de etik kurul onay belgesi yer almaktadır).

Verilerin toplanma süreci 01.04.2021 ile 9.12.2021 tarihleri arasında kapsamaktadır. Veriler bu tarihler arasında Google Forms aracılığıyla, online olarak toplanmıştır. Bilgilendirilmiş Onam Formu ve diğer ölçekler Google Forms ile online olarak ulaşılabilir hale getirilmiştir. Bilgilendirilmiş Onam Formu'nda, katılımcıların diğer ölçeklere geçmeden önce bilmesi gereken, araştırmanın amacı, araştırmanın tahmini süresi, araştırmaya katılım koşulları ve araştırmanın gizlilik ilkeleri ile ilgili bilgilendirmeler de bulunmaktadır. Araştırmaya katılanlara sosyal medya iletişim araçları (Facebook, Instagram, WhatsApp) ile ulaşılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır ve katılımcılardan kimlik bilgisi alınmamıştır.

Kişiler, karşılaştıkları onam formunu onayladıktan sonra çalışmaya katılabilmektedir. Onam formunun ardından katılımcılara sırasıyla Demografik Bilgi Formu (DBF), Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) ve UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ)'inden oluşan anket sunulmuştur. Katılımcıların, çalışmayı toplama süresi yaklaşık 15-20 dakika sürmektedir. Veri toplama işlemi tamamlandıktan sonra, verilerin analizi süreci başlamıştır.

### **3.4. Veri Analizi**

Araştırmada veriler, Google Forms kullanılarak toplanmış ve bu verilerin analizinde SPSS-25 programı kullanılmıştır. Verilerin analizine ilk olarak veri setindeki hatalı ve uç değerlerin kontrolü ile başlanmıştır. Araştırmaya katılan 498 kişiden; 18-35 yaş aralığında olmayan 34 kişi ve eksik cevaplayan

3 kişi olmak üzere 37 kişinin verisi analize dahil edilmemiştir. 461 kişi ile devam edilen analizlere; uç değer kontrolü için tek yönlü ve çok yönlü uç değer analizi yapılarak devam edilmiştir. Buna göre tek yönlü uç değer hesaplanırken toplam puanlar Z puanına dönüştürülmüştür. Mutlak 3 değeri dışarısında bulunan değerler uç değer şeklinde değerlendirilmiştir (Tabachnick, Fidell 2013: 73-76). Bu analizler sonucu anlaşılmaktadır ki; veri setinde uç değerde bulunan katılımcı yer almamaktadır.

Analizlere normallik analizleri ile devam edilmiştir. Verilerin normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri ile incelenmiştir. Çarpıklık-basıklık değerleri-1.5 ve +1.5 aralığında ve normal dağılım gösterdiği varsayılmaktadır (George, Mallery 2019: 115). Bu veriler, betimsel istatistikler olarak ele alınmış ve ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirliğini ölçmek için Cronbach Alfa değeri kullanılmıştır. Güvenilirlik katsayısı 0.40 ile 0.60 olanlar düşük güvenilirliğe, 0.60 ve 0.90 arasında yer alanlar orta güvenilirliğe 0.90 ile 1 arasında yer alanlar yüksek güvenilirliğe sahip olduğunu gösterdiği kabul edilmektedir (Özdamar 1999: 27). Araştırmada kullanılan bazı alt ölçekler dışında (Kendini onaylatma ve büyülenmecilik) ölçekler ve alt ölçekler genel olarak yeterli ve çoğunlukla yüksek güvenilirliğe sahiptir. Tablo 31’de Ölçeklerin Cronbach alfa sonuçları gösterilmektedir.

Mevcut araştırmadaki verilerin normal dağılım gösterdiği bulunarak parametrik testler kullanılmıştır. Varyanslar homojen değilken kullanılan T Testi ve Welch istatistikleri tercih edilmiştir. Post Hoc Analizleri’nde Tukey Testi kullanılmıştır, buna ek olarak, varyanslar homojen olmadığında Tamhane Testi kullanılmıştır. İki düzeyli sosyodemografik değişkenlerin ölçeklerle ilişkisinde; Bağımsız Örneklem T Testi kullanılmıştır. Bağımsız Örneklem T Testi; bağımsız iki grubun bağımlı bir değişkenle ortalamaların karşılaştırılmasıdır (Ural, Kılıç 2018: 186). Yapılan çalışmada; iki düzeyli olan bağımsız değişkenlerin, bağımlı değişkene göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını görebilmek için Bağımsız Değişkenler T Testi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin düzeyi ikiden fazla olduğunda ise; ek faktörlü ANOVA kullanılmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenlerin birbiri ile ilişkisini görebilmek için, iki değişkenin birbiri ile ilişki yönünü ve düzeyini belirlemek için kullanılan Basit Korelasyon Analizi kullanılmıştır (Ural, Kılıç 2018: 231-233). Basit Korelasyon Analizi uygulanırken, değişkenlerin sürekli olması ve normal dağılım göstermesi sebebi ile Pearson Korelasyon seçeneği tercih edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı puanlarının diğer değişkenler tarafından yordanmasını incelemek için Çoklu Doğrusal (Stepwise) ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır (Tabachnick, Fidell 2013: 122-160). “Regresyon analizi, bağımlı bir değişken ile bağımlı değişken üzerinde etkisi olduğu varsayılan bağımsız değişken veya değişkenler arasındaki ilişkinin matematiksel bir model ile açıklanmasıdır” (Ural, Kılıç 2018: 231-233). Aralarında ilişki bulunan bir bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı gücü hesaplanmak istendiğinde Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Aralarındaki ilişki bulunan bir bağımlı değişken ve iki ya da ikiden fazla bağımsız değişken söz konusu olduğunda Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır.

### 3.5. Veri Toplama Araçları

#### 3.5.1. Demografik Bilgi Formu (DBF)

Bu form araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Formun amacı katılımcıların nüfusa genel bir takım kişisel bilgilerini toplamaktır. Formu doldurmadan diğer ölçeğe geçilemeyecek şekilde ankete yerleştirilmiştir. Formda katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, birlikte yaşanılan kişilerin bilgisi, kardeş durumu, aylık gelir, psikiyatrik tanı alıp almamış olduğu bilgisi, psikiyatrik ilaç kullanım durumu, psikolojik destek durumu, internet kullanım süresi bilgisi, interneti kullanım amacı bilgisi, sosyal medya kullanım süresi, sosyal medya kullanım amacı bilgisi, sosyal medyayı gün içinde kullanılan zaman dilimi bilgisi ve sosyal medyayı en sık kullandığı ortam bilgisi soruları yer almaktadır. Bu demografik bilgiler, ilgili alanyazın incelemelerinden sonra, sosyal medya bağımlılığıyla ilişkili olabilecek şekilde belirlenmiştir. Form; açık uçlu ve çoktan seçmeli sorulardan oluşmaktadır. (Bu demografik bilgi formunun örneği EK-2’de verilmiştir.)

#### 3.5.2. Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)

Patolojik Narsisizm Envanteri, Pincus ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (2009). Ölçeğin geliştirilme amacı, narsisizmi büyükmeci ve kırılğan düzeyde ölçebilmektir. Ölçeğin orijinali 52 maddeden oluşur. 6’lı likert tipinden (0= beni hiç tanımlamıyor, 1= beni büyük ölçüde tanımlamıyor, 2= Beni pek tanımlamıyor, 3= beni çok az tanımlıyor, 4= Beni büyük ölçüde tanımlıyor, 5= beni tam olarak tanımlıyor) oluşan ölçek, öz bildirim ile yanıtlanan bir patolojik narsisizm ölçüm aracıdır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gamze Şen ve Elif Barışkın (2019) taraflarından yapılmıştır. Şen ve Barışkın (2019) tarafından uyarlanan envanterin Cronbach alfa güvenilirlik sayısı ,93, test-tekrar test güvenilirlik kat sayısı  $r=,91$ ’dir. Ölçeğin faktörlerini belirlemek için yapılan Temel Bileşenler Analizi, varyansın %50,24’ünü açıklayan 6 faktör belirlemiştir. Alt boyutların yapısal eşitlik modeline göre uyum indeksleri geçerli ve güvenilir bir modeli göstermektedir. Özetle; Şen ve Barışkın (2019) tarafından uyarlanan envanterin envanterin geçerlik ve güvenilirlik değerleri kabul edilebilir düzeydedir ve envanter kullanıma uygundur. Ölçeğin toplam puanı hesaplanırken tüm maddelerin dâhil edilmesinin, ancak faktörlerle çalışılırken 2, 13 ve 38. maddelerin dışarıda tutularak 6 faktörlü yapının kullanılmasının avantajlı olacağına karar verilmiştir. Ölçek, son halinde kırılğan ve büyükmeci narsisizm olmak üzere 2 üst boyuttan oluşur. Bu iki üst boyut 6 alt boyutu kapsar. Kırılğan narsisizm için alt boyutlar: Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler (FEYB), Kırılğan Kendilik (KK), Kendini Onaylanma (KO), Kendini Feda (KF). Büyükmeci narsisizm için ise 2 alt boyut bulunmaktadır. Büyükmeci narsisizm alt boyutları şu şekildedir: Büyükmeci Kendilik (BK) ve Büyükmeci Hayaller (BH) (Şen, Barışkın 2019: 123). (Bu formunun örneği EK-3’te verilmiştir.)

Bu çalışmada; Patolojik Narsisizm Envanteri kırılğan narsisizm boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .943, büyüklenmeci narsisizm için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .507 şeklinde bulunmuştur.

### 3.5.3. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ)

Ölçek sosyal medya bağımlılığını ölçmek için Aylin Tutgun-Ünal ve Levent Deniz (2015) tarafından geliştirilmiştir. 775 üniversite öğrencisinin katıldığı ölçek geliştirme çalışmasında elde edilen veriler sonucu ölçeğin dört faktörü olduğu belirlenmiştir. Bu dört faktör: meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışmadır. "Meşguliyet" (Occupation) alt boyutu ölçme aracında yer alan 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 ve 12 numaralı maddeleri kapsamaktadır ve sosyal medyanın, bireyi bilişsel olarak meşgul etmesini ölçmektedir. Tek başına "meşguliyet" faktörü tüm varyansın %17'sini açıklar. "Duygu Durum Düzenleme" (Mood Modification) boyutu ölçekteki 13, 14, 15, 16 ve 17 numaralı maddeleri kapsar ve sosyal medyanın duygu düzenlemedeki etkisini ölçer. Yalnızca "duygu durum düzenleme" faktörü varyansın %9.8'ini açıklamaktadır. "Tekrarlama" (Relapse) alt boyutu ölçekteki 18, 19, 20, 21 ve 22 numaralı maddeleri içermektedir ve bu alt boyut kişinin sosyal medya kullanımının kontrol altına alınmak istenip alamamasını, aynı ölçüde hatta artırılarak kullanılmaya devam edilmesini ölçmektedir. Tek başına "tekrarlama" faktörü varyansın %8,8'ini açıklar. Son olarak "Çatışma" (Conflict) olarak açıklanan alt boyut, ölçekte yer alan 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41 numaralı maddeleri kapsar ve medyanın bireyin yaşamında sorunlara yol açmasını ölçmektedir. Bu son faktör tek başına tüm varyansın %23.5 açıklamıştır. Yani; bu dört faktör birlikte toplam varyansın %59'unu açıklamışlardır. SMBÖ'den alınabilecek en yüksek puan 205, en düşük puan ise 41 olarak belirlenmiştir. Tutgun Ünal ve Deniz'in (2015: 65) yaptıkları bu çalışmalar sonucu, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu söylenebilmekte ve "Sosyal Medya Bağımlılığı" (SMBÖ) olarak adlandırılan ölçek kullanılmak üzere uygun bulunmaktadır. (Bu formunun örneği EK-4'te verilmiştir.)

Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha$ ) ,967 şeklinde bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik çalışmaları sonucu test tekrar test güvenilirlik kat sayısı 0,84 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının içtutarlılık katsayıları 0.84-0.95 arasında değişmektedir. Ölçeğin Meşguliyet alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .926; Duygu Durum Düzenleme alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .918; Tekrarlama alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .935; Çatışma alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .950 olarak hesaplanmıştır.

Sosyal medya bağımlılığı sosyal medya bağımlılığı ölçeği ile ölçülmüş ve her bir katılımcı için toplam puanlar elde edilmiştir.

### 3.5.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Toplumlarda oldukça yaygın ve ciddi bir olgu olduğu düşünülen yalnızlığı ölçebilmek için Russel ve arkadaşları (1978) tarafından oluşturulmuştur. Ölçek 10 ters 10 düz kodlanan toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte 4'lü Likert tipi cevaplama seçeneği kullanılmaktadır.

UCLA Yalnızlık Ölçeğinden katılımcıların alabileceği en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Alınan puanın yüksek olması yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunu söylemektedir. Russel ve arkadaşları tarafından (1980) revizyonu yapılan ölçek Türkiye'de ilk kez Yaparel (1984) tarafından kullanılmıştır. Bu çalışmada Ayhan Demir (1989) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. (Bu formunun örneği EK-5'te verilmiştir.)

Demir (1989: 17) ölçeğin iç tutarlılık katsayısını .96 olarak bulmuştur ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .94 olarak belirlenmiştir.

Bu çalışmada ölçeğin Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .911 olarak hesaplanmıştır.

### 3.5.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

Ölçek, kişilerin zorluk yaşadıkları çok çeşitli sosyal durumları değerlendirmek amacıyla, Liebowitz (1987) tarafından yapılmış olup Heimberg ve arkadaşları (1999) tarafından ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır (Soykan, Gençöz 2003: 1062). Ölçeğin 24 maddelik orijinal hali klinisyenler tarafından sosyal durumlarda çeşitli zorluklar deneyimleyen sosyal kaygılı bireyleri belirlemek amacı ile kullanılmasına rağmen ölçeğin kendini bildirim şeklinde kullanıldığında da oldukça geçerli ve güvenilir bulgulara sahip olduğu ortaya konmuştur (Fresco vd. 2001). Cronbach alfa değerinin .81 ile .92 aralığında (Heimberg vd. 1999) değişen ölçeğin iç tutarlılığı yeterli seviyede görülmüştür.

Bu çalışmada, Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından yapılan Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmalarında kendine bildirim formu olarak kullanmışlardır. Oldukça güvenilir sonuçlar elde etmişlerdir. 0= yok, 1=hafif, 2=orta, 3=şiddetli olmak üzere 4'lü Likert tipi bir derecelendirme kullanılan ölçekte korku-kaygı ve kaçınma alt tipleri için ayrı ayrı puanlama yapılacak şekilde düzenlenmiştir. Ölçeğin puanlanması, kişilerin her bir alt boyuta verdikleri puanlar toplanarak hesaplanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puan arttıkça, katılımcının sosyal kaygı belirtilerinin düzeyinin arttığı söylenebilmektedir. Soykan ve arkadaşlarının çalışmasında, alt ölçekler ve tüm ölçekte ölçeğin güvenilirlik analizlerine yönelik olarak test-tekrar test güvenilirliği .97 olarak bulunmuş olup; ölçeğin iç tutarlılıkla alakalı güvenilirlik çalışmasında kaygı ya da korku alt ölçekleri için Cronbach alfa değerini .96 bulunmuş olup Kaçınma alt ölçeği için .95 ve tüm ölçek için .98 olarak bulunmuştur. Ölçek kullanıma uygun seviyede geçerli ve güvenilir bulunmaktadır (Soykan vd., 2003: 1063-1064) (Bu formunun örneği EK-6'da verilmiştir.).

Bu tez çalışmasında, kullanılan ölçüm aracının Cronbach alfa güvenirlik katsayısı toplam için .961, korku-anksiyete alt boyutu için .941 ve kaçınma alt boyutu için .922 olarak bulunmuştur.

## BÖLÜM 4

### BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde araştırmada kullanılan ölçeklerin değerlendirilmesine, elde edilen bulguların gösterilmesi ve yorumlanmasına yer verilmiştir.

#### 4.1. Betimleyici İstatistikler

Bu bölümde araştırma bulgularından elde edilen betimleyici verilere yer verilmiştir.

**Tablo 2. Betimleyici İstatistikler**

Ölçekler	Min	Maks	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	2.00	180.00	81.76	31.78	.161	-.264
Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler KN	.00	89.00	32.68	17.47	.424	-.208
Kırılgan Kendilik KN	.00	53.00	27.24	11.59	-.071	-.532
Kendini Onaylatma KN	.00	20.00	13.05	3.93	-.645	.501
Kendini Feda KN	.00	20.00	8.80	4.42	.191	-.649
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	11.00	52.00	31.20	7.16	.048	-.087
Büyüklenmeci Kendilik BN	.00	25.00	12.52	4.93	.157	-.257
Büyüklenmeci Hayaller BN	.00	35.00	18.69	7.76	.053	-.737
Liebowitz Skalası Toplam	.00	132.00	43.82	27.90	.576	-.106
Korku/Anksiyete LS	.00	66.00	21.48	15.15	.552	-.382
Kaçınma LS	.00	68.00	22.34	14.05	.556	-.131
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	42.00	203.00	93.41	31.94	.638	.048
Meşguliyet SMBÖ	12.00	60.00	34.44	11.13	.109	-.595
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	5.00	25.00	13.46	5.61	.183	-.951

Tekrarlama SMBÖ	5.00	25.00	10.59	5.48	.816	-.229
ÇatışmaSMBÖ	19.00	95.00	34.92	15.19	1.302	1.495
UCLA Yalnızlık Ölçeği	20.00	69.00	37.10	11.19	.574	-.436

BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılğan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 2’de PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği için değerlerin en küçüğü ve en büyüğü, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri gösterilmiştir.

Kırılğan narsisizm toplam puanları için aralık 2 ile 180 arasında, çarpıklık değerini .161, basıklık değeri -.264, ortalama puanı 81.76, standart sapması 31.78 olarak hesaplanmıştır. Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler alt boyut puanları için aralık 0 ile 89 arasında çarpıklık değeri .424 ve basıklık değeri -.208, ortalama puanı 32.68, standart sapma puanı 17.47 olarak hesaplanmıştır. Kırılğan kendilik alt boyut puanları için aralık 0 ile 53 arasında, çarpıklık değeri -.071 ve basıklık değeri -.532, ortalama puanı 27.24 ve standart sapma=11.59 olarak hesaplanmıştır. Kendini Onaylatma alt boyut puanları için aralık 0 ile 20 arasında, çarpıklık değeri -.645, basıklık değeri .501, ortalama puanı 13.05 ve standart sapma puanı 3.93 olarak hesaplanmıştır. Kendini Feda alt boyut puanları için aralık 0-20 arasında, ortalama puan= 8.80 ve standart sapma= 4.42, çarpıklık=.191ve basıklık=-.649 olarak hesaplanmıştır. Büyüklenmeci Narsisizm toplam puanları için aralık 11 ile 52 arasında bulunmuş, çarpıklık değeri .048, basıklık değeri -.087, ortalama puan 31.20 ve standart sapma değeri 7.16 olarak hesaplanmıştır. Büyüklenmeci Kendilik alt boyut puanları için aralık 0 ile 25 arasında bulunurken çarpıklık değeri .157, basıklık değeri ise -.257 bulunmuştur. Bu alt boyutun ortalama puanı 12.52 ve standart sapma değeri 4.93 şeklinde hesaplanmıştır. Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanları için aralık 0 ile 35 arasında bulunurken, çarpıklık değeri .053 olarak, basıklık değeri ise -.737 olarak bulunmuştur. Bu alt boyutun ortalama puan değeri olarak 18.69 ve standart sapma değeri olarak 7.76 değeri hesaplanmıştır.

Liebowitz Skalası toplam puanları için aralık olarak 0 ile 132 arasında belirlenirken çarpıklık değeri .576 ve basıklık değeri -.106 olarak belirlenmiştir. Bu boyut için ortalama puan 43.82 ve standart sapma değeri 27.90 şeklinde hesaplanmıştır. Korku/Anksiyete alt boyut puanları için aralık 0 ile 66 arasında, çarpıklık değeri.552 olarak ve basıklık değeri -.382 olarak belirlenmiştir. Bu alt boyutun ortalama puanı 21.48 ve standart sapma puanı 15.15 olarak hesaplanmıştır. Kaçınma alt boyut puanları için aralık 0 ile 68 arasında bulunurken çarpıklık değeri.556 ve basıklık değeri -.131 olarak bulunmuştur. Bu alt boyut için ortalama puan 22.34 olarak ve standart sapma değeri 14.05 olarak hesaplanmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanları için aralık 42 ile 203 arasında hesaplanırken çarpıklık değeri .638 ve basıklık değeri .048 olarak hesaplanmıştır. Bu boyutun ortalama puanı olarak 93.41 ve standart sapma değeri 31.94 olarak bulunmuştur. Meşguliyet alt boyut puanları için aralık 12 ile 60 arasında, çarpıklık değeri .109 ve basıklık değeri -.595 olarak bulunmuştur. Bu alt boyutun ortalama

puan ise 34.44 ve standart sapması 11.13 şeklinde bulunmuştur. Bu ölçeğin Duygu Durum Düzenleme alt boyut puanları için aralık 5 ile 25 arasında bulunurken çarpıklık değeri .183 ve basıklık değeri -.951 olarak bulunmuş olup ortalama puan 13.46 ve standart sapma değeri 5.61 şeklinde bulunmuştur. Bu ölçeğin Tekrarlama alt boyut puanları için aralık 5 ile 25 arasında bulunurken, ölçeğin çarpıklık değeri .816 ve basıklık değeri-.229 şeklinde hesaplanırken, ortalama puan 10.59 ve standart sapma puanı 5.48 olarak bulunmuştur. Bu ölçeğin Çatışma alt boyut puanları için aralık 19 ile 95 arasında bulunup olup çarpıklık değeri 1.302 ve basıklık değeri 1.495 şeklinde bulunurken, ortalama puan 34.92 ve standart sapma puanı 15.19 olarak hesaplanmıştır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği toplam puanları için aralık 20 ile 69 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin ortalama puanı 37.10 olarak standart sapma puanı ise 11.19 olarak hesaplanmıştır. Yalnızlık ölçeğinin çarpıklık değeri .574 olarak hesaplanırken basıklık değeri ise-.436 şeklinde bulunmuştur.

#### 4.2. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Demografik Özelliklere Yönelik Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde PNE, LS, SMBÖ, UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının katılımcıların demografik özelliklerine göre incelenmesine ilişkin bulgular verilmiştir.

**Tablo 3. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçekleri Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Kadın	342	82.75	32.30	1.132	459	.258
	Erkek	119	78.92	30.18			
Büyükleme Narsisizm Toplam-PNE	Kadın	342	31.16	7.05	-.234	459	.815
	Erkek	119	31.34	7.50			
Liebowitz Skalası Toplam	Kadın	342	45.70	27.72	2.459	459	.014*
	Erkek	119	38.44	27.81			
Korku/Anksiyete LS	Kadın	342	22.60	15.05	2.705	459	.007**
	Erkek	119	18.27	15.04			
Kaçınma LS	Kadın	342	23.10	14.02	1.965	459	.050

	Erkek	119	20.17	13.97			
SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği	Kadın	342	94.74	32.32	1.516	459	.130
	Erkek	119	89.60	30.63			
MeşguliyetSMBÖ	Kadın	342	35.08	11.36	2.089	459	.037*
	Erkek	119	32.61	10.26			
DuyguDurumDüzenlemeSMBÖ	Kadın	342	13.87	5.70	2.633	459	.009**
	Erkek	119	12.30	5.21			
Tekrarlama SMBÖ	Kadın	342	10.71	5.62	.780	459	.436
	Erkek	119	10.25	5.08			
ÇatışmaSMBÖ	Kadın	342	35.09	15.08	.409	459	.683
	Erkek	119	34.43	15.57			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Kadın	342	36.96	11.47	-.457	459	.648
	Erkek	119	37.50	10.39			

\*:  $p < .05$  ve \*\*:  $p < .01$ ;<sup>a</sup>Varyanslar Homojen Değilkenki t Değeri.BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılğan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 3'te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği katılımcı puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılığını görebilmeye yönelik yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi bulguları verilmiştir.

Bulgulara göre; katılımcıların Liebowitz Skalası toplam ( $t_{(459)} = 2.459$ ;  $p < .05$ ); ve korku/anksiyete ( $t_{(459)} = 2.705$ ;  $p < .01$ ) alt boyut puanlarının; katılımcıların cinsiyetlerine göre istatistiki açıdan anlamlı seviyede farklı olduğu bulgusu elde edilmiştir. Kadın katılımcıların Liebowitz Skalası toplam ve korku/anksiyete puanlarının erkek katılımcıların puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Yine aynı bulgularda; SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme ( $t_{(459)} = 2.633$ ;  $p < .01$ ) ve SMBÖ-Meşguliyet ( $t_{(459)} = 2.089$ ;  $p < .01$ ) puanlarının cinsiyet değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. Kadın katılımcıların duygu durum düzenleme ve meşguliyet puanlarının erkek katılımcıların puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların PNE-kırılğan narsisizm toplam ve büyüklenmeci narsisizm alt boyut puanlarının; LS-Kaçınma alt boyut puanlarının; SMBÖ-toplam, tekrarlama ve çatışma alt boyut puanlarının ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarında cinsiyet değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 4. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeğinde Puanların Katılımcıların Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	Ss	F	sd	p	Fark
Kırılgan Toplam-PNE	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	89.41	30.95	3.350	2	.036*	-
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	80.53	31.46				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	77.90	32.97				
Büyüklenmeci Toplam-PNE	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	30.70	7.10	2.873	2	.058	-
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	30.89	7.12				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	32.97	7.21				
Liebowitz Toplam	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	49.28	26.87	3.271	2	.039*	1>3
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	43.69	28.54				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	38.18	25.59				
Korku/Anksiyete LS	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	24.67	15.26	3.245	2	.040*	1>3
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	21.26	15.37				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	18.74	13.67				
Kaçınma LS	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	24.61	13.57	2.802	2	.062	-
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	22.43	14.40				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	19.44	12.79				
SosyalMedya Bağımlılığı Toplam	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	96.51	33.29	.502	2	.606	-
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	92.72	31.08				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	92.61	33.82				
MeşguliyetSMBÖ	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	35.02	12.64	.416 <sup>w</sup>	2	.661	-
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	34.08	10.56				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	35.18	11.54				
	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	14.10	5.76	.804	2		

DuyguDurumDüzenleme SMBÖ	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	13.38	5.60		458	.448
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	13.05	5.50			
Tekrarlama SMBÖ	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	10.28	5.16	.197	2	
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	10.63	5.51		458	.821
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	10.78	5.80			
ÇatışmaSMBÖ	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	37.10	14.85	1.248	2	
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	34.62	15.23		458	.288
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	33.60	15.38			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Lise ve altı <sup>1</sup>	87	38.48	11.44		2	
	Önlisans/Lisans <sup>2</sup>	297	37.13	11.18	1.541	458	.215
	Lisansüstü <sup>3</sup>	77	35.42	10.87			

\*: $p < .05$  ve \*\*: $p < .01$ ; \*Welch testi. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 4'te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının eğitim düzeyi değişkenince karşılaştırılmasına ilişkin Tek Yönlü ANOVA bulguları verilmiştir.

PNE-Kırılgan Narsisizm toplam puanların ( $F_{(2, 458)}=3.350$ ;  $p < .05$ ), katılımcıların eğitim düzeyi açısından istatistiki olarak anlam taşıyan düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Büyüklenmeci narsisizm toplam puanları, yapılan Post Hoc analizi sonuçlarına göre grupların arasında anlamlı seviyede bir fark göstermemektedir ( $p > .05$ ).

Liebowitz Skalası toplam ( $F_{(2, 458)}=3.271$ ;  $p < .05$ ), Korku/Anksiyete ( $F_{(2, 458)}=3.245$ ;  $p < .05$ ) alt boyutları puanlarında eğitim düzeyi açısından istatistiki şekilde anlamlı değerde farklılaşma bulunmuştur. Post hoc analizine göre, lise ve altı eğitim düzeyine sahip katılımcıların lisansüstü eğitimine sahip olan katılımcılara göre Liebowitz Skalası toplam ve Korku/Anksiyete puanları daha yüksek bulunmuştur.

PNE- Büyüklenmeci Narsisizm toplam alt boyut puanlarında; LS-Kaçınma alt boyut puanlarında; SMBÖ-toplam ve SMBÖ tüm alt boyut puanlarında ve UCLA Yalnızlık Ölçeğindeki puanlarında eğitim düzeyi değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşma olmadığı görülmüştür ( $p > .05$ ).

#### Tablo 5. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Değerlendirilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
----------	---------	---	-----------	----	---	----	---	------

Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	70.76	31.68	2.138	3 457	.095
	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	84.76	35.60			
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	80.44	30.26			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	84.75	31.51			
Büyükleme Narsisizm Toplam-PNE	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	32.18	6.39	1.962 <sup>w</sup>	3 123.763	.123
	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	32.04	8.19			
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	31.56	6.78			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	30.03	7.23			
Liebowitz Skalası Toplam	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	40.79	24.96	4.052	3 457	.007**
	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	42.08	27.80			
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	40.39	27.36			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	50.42	28.49			
Korku/Anksiyete LS	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	19.35	12.39	5.823	3 457	.001**
	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	19.43	14.94			
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	19.59	14.44			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	25.79	16.09			
Kaçınma LS	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	21.44	14.34	2.191	3 457	.088
	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	22.65	14.12			
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	20.80	13.85			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	24.63	14.05			

SosyalMedya Toplam	Bağımlılığı	Ölçeği	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	85.59	32.11	1.616	3	.185	
			Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	89.89	33.64				
			Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	93.42	31.36				
			Öğrenci <sup>4</sup>	144	97.07	31.63				
MeşguliyetSMBÖ			Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	32.32	10.00	1.744	3	.157	
			Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	32.74	11.34				
			Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	34.43	10.88				
			Öğrenci <sup>4</sup>	144	35.83	11.52				
DuyguDurumDüzenlemeSMBÖ			Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	12.32	5.66	2.964	3	.032*	4>3
			Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	13.15	6.18				
			Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	12.99	5.31				
			Öğrenci <sup>4</sup>	144	14.58	5.62				
Tekrarlama SMBÖ			Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	9.24	5.54	1.516	3	.209	
			Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	9.84	5.59				
			Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	10.95	5.33				
			Öğrenci <sup>4</sup>	144	10.77	5.61				
ÇatışmaSMBÖ			Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	31.71	16.02	.767	3	.513	
			Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	34.16	16.01				
			Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	35.04	15.33				
			Öğrenci <sup>4</sup>	144	35.89	14.39				

	Ara sıra düzensiz <sup>1</sup>	34	36.12	11.78			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Çalışmıyor <sup>2</sup>	74	37.62	11.67	.724	3	.538
	Düzenli çalışıyor <sup>3</sup>	209	36.43	11.01			
	Öğrenci <sup>4</sup>	144	38.03	11.10			

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; <sup>w</sup>Welch testi. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 5'te Katılımcıların PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının çalışma durumu değişkeni açısından karşılaştırılması için yapılan Tek Yönlü ANOVA bulguları gösterilmiştir.

Araştırma bulgularında; katılımcıların Liebowitz Skalası toplam ( $F_{(3, 457)}=4.052$ ;  $p < .01$ ), Korku/Anksiyete ( $F_{(3, 457)}=5.823$ ;  $p < .01$ ) alt boyutu puanlarında katılımcıların çalışma durumları açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşmakta olduğu bulunmuştur. Post hoc analizine göre, öğrenci olan katılımcıların düzenli çalışan katılımcılara göre Liebowitz Skalası ve Korku/Anksiyete puanları daha yüksek bulunurken; öğrenci olan katılımcıların çalışmayan katılımcılara göre Korku/Anksiyete puanları daha yüksek bulunmuştur.

Mevcut çalışma bulgularında; SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme ( $F_{(3, 457)}=2.964$ ;  $p < .05$ ) alt boyut puanlarında katılımcıların çalışma durumu değişkenindeki puanları açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşmakta olduğu görülmüştür. Yapılan Post hoc analizine göre, öğrenci olan katılımcıların düzenli çalışan katılımcılara göre Duygu Durum Düzenleme puanları daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların PNE-Kırılgan Narsisizm, Büyüklenmeci Narsisizm alt boyut puanlarının; LS-Kaçınma alt boyut puanlarının; SMBÖ-toplam, Meşguliyet, Tekrarlama ve Çatışma alt boyut puanlarının ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının çalışma durumu değişkeninin puanları açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaştığı bulunamamıştır ( $p > .05$ ).

### **Tablo 6. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Medeni Durum Değişkeni Açısından Değerlendirilebilmesine Yönelik Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	81.42	31.27	2.244	2	.107	
	Sevgili <sup>2</sup>	92	87.27	33.16				

	Evli <sup>3</sup>	99	77.64	31.44				
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	30.64	7.21	2.192	2	.113	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	31.48	7.51				
	Evli <sup>3</sup>	99	32.35	6.41				
Liebowitz Skalası Toplam	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	45.98	28.20	2.236	2	.108	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	41.54	27.38				
	Evli <sup>3</sup>	99	39.65	26.57				
Korku/Anksiyete LS	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	22.49	15.25	2.333	2	.098	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	21.30	15.17				
	Evli <sup>3</sup>	99	18.67	14.24				
Kaçınma LS	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	23.49	14.30	2.407	2	.091	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	20.24	13.38				
	Evli <sup>3</sup>	99	20.98	13.58				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	94.00	32.24	1.189	2	.306	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	96.29	31.61				
	Evli <sup>3</sup>	99	89.42	31.53				
Meşguliyet SMBÖ	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	34.44	11.59	1.523	2	.219	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	35.87	9.91				
	Evli <sup>3</sup>	99	33.07	10.69				
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	13.69	5.60	3.092	2	.046*	-
	Sevgili <sup>2</sup>	92	14.01	5.43				
	Evli <sup>3</sup>	99	12.23	5.54				
Tekrarlama SMBÖ	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	10.85	5.49	.628	2	.534	452
	Sevgili <sup>2</sup>	92	10.38	5.57				
	Evli <sup>3</sup>	99	10.18	5.46				
Çatışma SMBÖ	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	35.02	15.00	.451	2	.637	

	Sevgili <sup>2</sup>	92	36.03	16.49		452	
	Evli <sup>3</sup>	99	33.94	14.67			
	Bekar/Boşanmış <sup>1</sup>	264	37.71	10.76			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Sevgili <sup>2</sup>	92	36.45	11.27	1.305	2	.272
	Evli <sup>3</sup>	99	35.74	11.67		452	

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*Welch testi. BN: Büyükleme Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 6’da katılımcıların PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının, medeni durumlarına göre karşılaştırılmasına ilişkin Tek Yönlü ANOVA analizi bulguları verilmiştir.

Katılımcıların SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme ( $F_{(2, 452)}=3.092$ ;  $p < .05$ ) alt boyutu puanlarında katılımcıların medeni durum değişkeninden aldıkları puanlara göre istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılık olduğu görülmüştür. Fakat; yapılan Post hoc analizi sonuçlarında grupların arasında anlamlı seviyede bir fark olmadığı bulunmuştur ( $p > .05$ ).

Katılımcıların PNE-kırılgan narsisizm ve büyükleme narsisizm puanlarının; LS-toplam, korku/anksiyete ve kaçınma alt boyut puanlarının; SMBÖ-toplam, meşguliyet, tekrarlama ve çatışma alt boyut puanlarının ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarında katılımcıların medeni durum değişkeninden aldıkları puanlar açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşma olmadığı sonucu elde edilmiştir ( $p > .05$ ).

### Tablo 7. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Katılımcıların Kardeş Sayısı Açısından Değerlendirilebilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Yok <sup>1</sup>	55	76.13	32.89	.948	3	.417	
	1 <sup>2</sup>	201	82.48	30.76				
	2 <sup>3</sup>	114	80.71	32.56				
	3 ve + <sup>4</sup>	91	84.90	32.36				
Büyükleme Narsisizm Toplam-PNE	Yok <sup>1</sup>	55	31.27	6.44	1.477	3	.220	
	1 <sup>2</sup>	201	31.24	7.32				
	2 <sup>3</sup>	114	32.09	7.62				
	3 ve + <sup>4</sup>	91	29.98	6.54				

	Yok <sup>1</sup>	55	48.49	28.99			
Liebowitz Skalası Toplam	1 <sup>2</sup>	201	42.46	27.63	.674	3	.568
	2 <sup>3</sup>	114	43.82	26.57		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	44.02	29.56			
	Yok <sup>1</sup>	55	24.47	15.83			
Korku/Anksiyete LS	1 <sup>2</sup>	201	20.92	15.02	.835	3	.475
	2 <sup>3</sup>	114	21.07	14.37		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	21.45	16.00			
	Yok <sup>1</sup>	55	24.02	15.47			
Kaçınma LS	1 <sup>2</sup>	201	21.54	13.87	.517	3	.670
	2 <sup>3</sup>	114	22.75	13.27		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	22.57	14.59			
	Yok <sup>1</sup>	55	89.40	36.35			
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	1 <sup>2</sup>	201	92.96	30.65	.725	3	.537
	2 <sup>3</sup>	114	93.16	29.63		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	97.18	34.74			
	Yok <sup>1</sup>	55	33.13	12.65			
Meşguliyet SMBÖ	1 <sup>2</sup>	201	34.19	10.87	.884	3	.449
	2 <sup>3</sup>	114	35.80	10.57		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	34.09	11.41			
	Yok <sup>1</sup>	55	13.45	6.48			
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	1 <sup>2</sup>	201	13.63	5.44	.221	3	.882
	2 <sup>3</sup>	114	13.49	5.50		457	
	3 ve + <sup>4</sup>	91	13.05	5.65			
	Yok <sup>1</sup>	55	10.20	6.23			
Tekrarlama SMBÖ	1 <sup>2</sup>	201	10.46	5.50	1.459	3	.225
						457	

	2 <sup>3</sup>	114	10.18	5.02			
	3 ve + <sup>4</sup>	91	11.64	5.49			
	Yok <sup>1</sup>	55	32.62	16.30			
Çatışma SMBÖ	1 <sup>2</sup>	201	34.67	14.10	2.293	3	.077
	2 <sup>3</sup>	114	33.69	14.34			
	3 ve + <sup>4</sup>	91	38.40	17.41			
	Yok <sup>1</sup>	55	39.91	12.73			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	1 <sup>2</sup>	201	37.21	11.35	2.254 <sup>w</sup>	3	.084
	2 <sup>3</sup>	114	35.25	9.56			
	3 ve + <sup>4</sup>	91	37.47	11.52			
	Yok <sup>1</sup>	55	39.91	12.73			

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; <sup>w</sup>Welch testi. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 7’de, katılımcıların PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının kardeş sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması için yapılan Tek Yönlü ANOVA bulguları gösterilmiştir.

PNE-kırılgan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizm toplam ve büyüklenmeci hayaller alt boyut puanlarının; LS-toplam, korku/anksiyete ve kaçınma alt boyut puanlarında; SMBÖ-toplam puanları ve tüm alt boyut puanlarında ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarında kardeş sayısı değişkeni puanları açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir ( $p > .05$ ).

### Tablo 8’te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Psikolojik Destek Alıyor Olmaları Değişkenince Karşılaştırılabilmesi için Yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi Analizi Bulguları

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Evet	55	93.56	33.09	2.959	459	.003
	Hayır	406	80.16	31.29			
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	Evet	55	28.76	7.65	-2.712	459	.007
	Hayır	406	31.53	7.03			

Liebowitz Skalası Toplam	Evet	55	57.07	29.49	3.807	459	.000**
	Hayır	406	42.02	27.22			
Korku/Anksiyete LS	Evet	55	29.98	16.05	4.525	459	.000**
	Hayır	406	20.33	14.67			
Kaçınma LS	Evet	55	27.09	14.34	2.690	459	.007*
	Hayır	406	21.69	13.89			
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	55	114.67	39.34	5.420	103.916	.000**
	Hayır	406	90.53	29.70			
Meşguliyet SMBÖ	Evet	55	39.87	11.56	3.916	459	.000**
	Hayır	406	33.70	10.87			
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	Evet	55	15.89	5.52	3.460	459	.001*
	Hayır	406	13.13	5.54			
Tekrarlama SMBÖ	Evet	55	13.38	6.57	3.433	108.027	.001*
	Hayır	406	10.21	5.21			
Çatışma SMBÖ	Evet	55	45.52	21.12	4.115	60.422	.000**
	Hayır	406	33.48	12.61			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Evet	55	42.32	12.06	3.743	459	.000**
	Hayır	406	36.39	10.89			

\*:  $p < .05$  ve \*\*:  $p < .01$ ;<sup>a</sup>Varyanslar Homojen Olmuyorkenki t Değeri. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılğan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 8’te katılımcıların PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarında katılımcıların psikolojik destek görüyor olup olmaları açısından karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi sonuçları verilmiştir.

Yapılan analiz bulguları sonucunda katılımcıların kırılğan narsisizm toplam ( $t_{(459)} = 2.959$ ;  $p < .01$ ) puanlarında psikolojik destek alma değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşma olduğu görülmüştür. Psikolojik destek aldığını belirtren katılımcıların kırılğan narsisizm alt boyutu ölçeğinden aldıkları toplam skorlarının psikolojik destek almayan katılımcıların puanlarından anlamlı seviyede daha yüksek puanlar aldıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların, büyüklenmeci narsisizm toplam ( $t_{(459)} = -2.712$ ;  $p < .01$ ) puanlarının psikolojik destek alıyor olmaları açısından istatistiki olarak anlamlı

seviyede farklılaştığı belirlenmiştir. Katılımcılardan psikolojik destek alanların büyüklenmeci narsisizm toplam puanlarının psikolojik destek almayanların puanlarından daha az olduğu görülmüştür.

Katılımcıların Liebowitz Skalası toplam ( $t_{(459)}= 3.807$ ;  $p<.01$ ); korku/anksiyete ( $t_{(459)}= 4.525$ ;  $p<.01$ ); kaçınma ( $t_{(459)}= 2.690$ ;  $p<.01$ ) alt boyutu puanlarının psikolojik destek alıyor olma değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaştığı tespit edilmiştir. Katılımcılardan psikolojik destek almış olanların Liebowitz Skalası toplam, korku/anksiyete ve kaçınma alt boyutlarından aldıkları puanlarının psikolojik destekten yararlanmayan katılımcıların puanlarından yüksek puanda olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı toplam puanları ( $t_{(459)}= 5.420$ ;  $p<.01$ ), meşguliyet ( $t_{(459)}= 3.916$ ;  $p<.01$ ), duygu durum düzenleme ( $t_{(459)}= 3.460$ ;  $p<.01$ ), tekrarlama ( $t_{(459)}= 3.433$ ;  $p<.01$ ); çatışma ( $t_{(459)}= 4.115$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanlarının psikolojik destek alıyor olma değişkeni açısından anlamlı seviyede farklılaşmış olduğu bulunmuştur. Psikolojik destek alma puanları SMBÖ-toplam puanları ve tüm alt boyutlarının puanlarında psikolojik destek almayan katılımcıların almış olduğu puanlar açısından yüksek olduğu görülmüştür.

Yapılan araştırma bulgularında, katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği ( $t_{(459)}= 3.743$ ;  $p<.01$ ) puanlarının psikolojik destek alıp almamaları açısından anlamlı düzeyde istatistiki olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Psikolojik destek alanların Yalnızlık puanlarının psikolojik destek almayanlardan daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 9. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik Tanı Değişkeni Açısından Değerlendirilmesine Yönelik Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p																																								
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	Evet	82	85.89	34.50	1.298	459	.195																																								
	Hayır	379	80.87	31.14				Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	Evet	82	30.13	7.49	-1.494	459	.136	Hayır	379	31.44	7.07	Liebowitz Skalası Toplam	Evet	82	52.68	31.30	3.203	459	.001**	Hayır	379	41.91	26.77	Korku/Anksiyete LS	Evet	82	26.70	16.78	3.476	459	.001**	Hayır	379	20.36	14.56	Kaçınma LS	Evet	82	25.99
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	Evet	82	30.13	7.49	-1.494	459	.136																																								
	Hayır	379	31.44	7.07				Liebowitz Skalası Toplam	Evet	82	52.68	31.30	3.203	459	.001**	Hayır	379	41.91	26.77	Korku/Anksiyete LS	Evet	82	26.70	16.78	3.476	459	.001**	Hayır	379	20.36	14.56	Kaçınma LS	Evet	82	25.99	15.27	2.609	459	.009**								
Liebowitz Skalası Toplam	Evet	82	52.68	31.30	3.203	459	.001**																																								
	Hayır	379	41.91	26.77				Korku/Anksiyete LS	Evet	82	26.70	16.78	3.476	459	.001**	Hayır	379	20.36	14.56	Kaçınma LS	Evet	82	25.99	15.27	2.609	459	.009**																				
Korku/Anksiyete LS	Evet	82	26.70	16.78	3.476	459	.001**																																								
	Hayır	379	20.36	14.56				Kaçınma LS	Evet	82	25.99	15.27	2.609	459	.009**																																
Kaçınma LS	Evet	82	25.99	15.27	2.609	459	.009**																																								

	Hayır	379	21.55	13.66			
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Evet	82	98.18	38.40	1.284	103.916	.202
	Hayır	379	92.38	30.32			
Meşguliyet SMBÖ	Evet	82	35.80	11.55	1.223	459	.222
	Hayır	379	34.15	11.03			
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	Evet	82	13.72	5.70	.458	459	.647
	Hayır	379	13.41	5.60			
Tekrarlama SMBÖ	Evet	82	10.84	6.23	.413	108.027	.680
	Hayır	379	10.54	5.32			
Çatışma SMBÖ	Evet	82	37.82	19.30	1.565	100.491	.121
	Hayır	379	34.29	14.10			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Evet	82	40.09	11.04	2.682	459	.008**
	Hayır	379	36.45	11.14			

\*: $p < .05$  ve \*\*: $p < .01$ ; \*Varyanslar Homojen Olmayışındaki t Değerleri. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 9’da katılımcıların PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeğindeki katılımcı puanlarının psikiyatrik tanı alıp almalarına göre karşılaştırılabilmesi için yapılan Bağımsız Gruplar t- Testi bulguları gösterilmiştir.

Yapılan analiz bulgularında, katılımcıların, Liebowitz Skalası toplam ( $t_{(459)} = 3.203$ ;  $p < .01$ ); korku/anksiyete ( $t_{(459)} = 3.476$ ;  $p < .01$ ) ve kaçınma ( $t_{(459)} = 2.609$ ;  $p < .01$ ) alt boyutu puanlarındaki psikiyatrik tanı almış olma durumlarının istatistiki açıdan anlamlı seviyede farklılaşmış olduğu görülmüştür. Katılımcılardan psikiyatrik tanı almış olan katılımcıların Liebowitz Skalası toplam puanları, korku/anksiyete ve kaçınma puanlarının psikiyatrik tanı almamış olan katılımcıların puanlarından daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği ( $t_{(459)} = 2.682$ ;  $p < .01$ ) alt boyut puanlarının psikiyatrik tanı alıyor olma değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşmış olduğu görülmüştür. Katılımcıların psikiyatrik tanı almış olanları, psikiyatrik tanı almamış olanların yalnızlık puanlarından daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

PNE-kırılgan narsisizm ve tüm alt boyutları ile büyüklenmeci narsisizm ve alt boyut puanlarının; SMBÖ-toplam ve SMBÖ-tüm alt boyut puanlarının psikiyatrik tanı almış olan kişilerin puanlarının

almayan kişilerin puanlarından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşmamış olduğu sonucuna ulaşılmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 10. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Günlük İnternet Kullanım Süresi Değişkenince Değerlendirilebilmesi için Tek Yönlü ANOVA Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	0-2 saat <sup>1</sup>	45	78.71	32.70	8.052	3	.000**	3>2
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	75.32	29.84				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	92.00	32.84				
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	81.88	29.94				
Büyükleme Narsisizm Toplam-PNE	0-2 saat <sup>1</sup>	45	33.51	7.29	6.667	3	.000**	1>3
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	32.14	6.50				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	29.18	6.88				
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	31.05	8.38				
Liebowitz Skalası Toplam	0-2 saat <sup>1</sup>	45	38.00	28.65	3.416	3	.017*	3>2
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	41.27	26.55				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	49.81	30.30				
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	43.09	24.87				
Korku/Anksiyete LS	0-2 saat <sup>1</sup>	45	18.22	15.40	4.508 <sup>w</sup>	3	.005**	3>2
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	19.55	14.15				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	25.48	16.63				
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	21.22	13.43				
Kaçınma LS	0-2 saat <sup>1</sup>	45	19.78	14.85	1.588	3	.192	
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	21.72	13.88				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	24.32	14.78				

	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	21.87	12.36				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	0-2 saat <sup>1</sup>	45	76.04	30.67	8.225	3	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	90.67	31.71				3>1
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	100.94	31.68				4>1
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	97.20	29.26				3>2
Meşguliyet SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	45	26.71	9.86	15.983	3	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	32.78	10.40				3>1
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	37.68	10.78				4>1
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	37.49	11.32				3>2
								4>2
Duygu Durum Düzenleme-SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	45	10.76	5.27	7.502	3	.000**	3>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	12.86	5.52				4>1
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	14.55	5.37				3>2
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	14.67	5.78				
Tekrarlama SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	45	8.44	4.77	3.042	3	.029*	3>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	10.58	5.61				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	11.27	5.74				
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	10.64	4.79				
Çatışma SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	45	30.13	14.75	2.790 <sup>w</sup>	3	.042*	3>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	201	34.45	15.24				
	5-7 saat <sup>3</sup>	139	37.43	16.00				155.286
	7 saat ve + <sup>4</sup>	76	34.39	13.07				
UCLA Yalnızlık Ölçeği	0-2 saat <sup>1</sup>	45	38.36	11.36	.946	3	.418	

2-5 saat <sup>2</sup>	201	36.12	11.58	457
5-7 saat <sup>3</sup>	139	37.66	10.69	
7 saat ve + <sup>4</sup>	76	37.91	10.96	

\*: $p < .05$  ve \*\*: $p < .01$ ; \*Welch testi. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 10'da PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının günlük internet kullanımına göre karşılaştırılmasına açısından değerlendirilmesi için yapılan Tek Yönlü ANOVA bulguları gösterilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, PNE-kırılgan narsisizm-toplam ( $F_{(3, 457)}=8.052$ ;  $p < .01$ ); büyüklenmeci narsisizm-toplam ( $F_{(3, 457)}=6.667$ ;  $p < .01$ ) alt boyut puanlarının günlük internet kullanımının değişkeni açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklılaşmış olduğu sonucu elde edilmiştir. Yapılan Post hoc analizi sonuçlarında, günlük internet kullanımı 5-7 saat olan katılımcıların 2-5 saat olan katılımcılara göre kırılgan narsisizm, puanları daha yüksek; Büyüklenmeci Narsisizm puanları daha düşük bulunmuştur. Günlük internet kullanımı 5-7 saat olan katılımcıların 0-2 saat olan katılımcılara göre büyüklenmeci narsisizm puanları daha düşük bulunmuştur. Benzer şekilde; katılımcıların LS-toplam ( $F_{(3, 457)}=3.416$ ;  $p < .05$ ), korku/anksiyete ( $F_{(3, 151.567)}=4.508$ ;  $p < .01$ ) alt boyut puanlarının günlük internet kullanım değişkenince değerlendirildiğinde istatistiki açıdan anlamlı seviyede fark olduğu sonucu elde edilmiştir. Post hoc analizine göre, günlük internet kullanımı 5-7 saat olan katılımcıların LS-toplam ve Korku/Anksiyete puanlarının 2-5 saat olan katılımcılardan daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların SMBÖ-toplam ( $F_{(3, 457)}=8.225$ ;  $p < .01$ ), meşguliyet ( $F_{(3, 457)}=15.983$ ;  $p < .01$ ), duygu durum düzenleme ( $F_{(3, 457)}=7.502$ ;  $p < .01$ ) tekrarlama ( $F_{(3, 457)}=3.042$ ;  $p < .05$ ) ve de çatışma ( $F_{(3, 155.286)}=2.790$ ;  $p < .05$ ) alt boyutları puanlarının günlük internet kullanımları değişkeni açısından değerlendirildiğinde istatistiki olarak anlamlı fark olduğu sonucu elde edilmiştir. Post hoc analizine göre, günlük internet kullanımı 2-5 saat, 5-7 saat, 7 saat ve 7 saatten daha fazla olan kişilerin SMBÖ-toplam ve meşguliyet puanlarının 0-2 saat olan katılımcılara göre SMBÖ-toplam ve Meşguliyet puanları daha yüksek bulunmuştur. Günlük internet kullanımı 5-7 saat olan katılımcıların 2-5 saat olan katılımcılara göre SMBÖ-toplam, meşguliyet ve duygu durum düzenleme puanları daha yüksek bulunmuştur. Katılımcılardan günlük internet kullanım saati 7 saat ve 7 saatten daha fazla olduğunu belirten katılımcıların 2-5 saat olan katılımcılara göre meşguliyet puanları daha yüksek bulunmuştur. Günlük internet kullanım süresi 5-7 saat olan katılımcıların 0-2 saat olan katılımcıların duygu durum düzenleme alt boyutu, tekrarlama alt boyutu ve çatışma alt boyutu puanlarından daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Günlük internet kullanım süresi 7 saat ve 7 saatten daha fazla olan katılımcıların 0-2 saat olan katılımcılardan duygu durum düzenleme alt boyut puanlarının daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Mevcut çalışmada, katılımcıların LS- kaçınma alt boyut puanlarının ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının günlük internet kullanımı değişkenince değerlendirildiğinde istatistiki açıdan anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ).

**Tablo 11. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçek Puanlarında Günlük Sosyal Medya Kullanım Süresi Değişkenince Değerlendirilmesi için Yapılan Tek Yönlü ANOVA Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	0-2 saat <sup>1</sup>	193	73.74	31.79	11.465	2 458	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	86.61	30.78				3>1
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	90.69	29.76				
Büyükleme Narsisizm Toplam-PNE	0-2 saat <sup>1</sup>	193	32.83	7.17	8.896	2 458	.000**	1>2
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	29.96	6.82				1>3
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	30.28	7.35				
Liebowitz Skalası Toplam	0-2 saat <sup>1</sup>	193	37.94	26.24	8.094	2 458	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	48.96	29.07				
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	45.00	25.67				
Korku/Anksiyete LS	0-2 saat <sup>1</sup>	193	18.32	14.16	7.762	2 458	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	24.14	15.90				
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	22.48	13.92				
Kaçınma LS	0-2 saat <sup>1</sup>	193	19.63	13.32	7.000	2 458	.001**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	24.82	14.65				
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	22.52	12.80				
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	0-2 saat <sup>1</sup>	193	79.51	28.61	37.504	2 458	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	102.01	30.83				3>1

	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	108.25	28.92				
Meşguliyet SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	193	28.70	9.69	61.631	2	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	37.46	10.31				3>1
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	42.36	9.09	458	3>2		
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	193	11.12	5.20	33.620	2	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	14.93	5.33				3>1
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	15.87	5.15	458			
Tekrarlama SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	193	8.98	4.68	16.313 <sup>w</sup>	2	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	11.58	5.68				3>1
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	12.30	5.93	161.528			
Çatışma SMBÖ	0-2 saat <sup>1</sup>	193	30.70	13.53	14.100 <sup>w</sup>	2	.000**	2>1
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	38.03	15.71				3>1
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	37.72	15.41	165.835			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	0-2 saat <sup>1</sup>	193	36.01	11.24	1.700	2	.184	
	2-5 saat <sup>2</sup>	207	38.07	11.15				
	5 saat ve + <sup>3</sup>	61	37.26	11.05	458			

\*:  $p < .05$  ve \*\*:  $p < .01$ ; <sup>w</sup>Welch testi. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 11'de PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeğinden elde edilen puanlarının günlük sosyal medya kullanım süresi değişkeni açısından karşılaştırılabilmesi için yapılan Tek Yönlü ANOVA testi sonuçları gösterilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların kırılğan narsisizm-toplam ( $f_{(2, 458)}=11.465$ ;  $p < .01$ ); büyüklenmeci narsisizm-toplam ( $F_{(2, 458)}=8.896$ ;  $p < .01$ ) puanlarının günlük sosyal medya kullanım saatleri değişkeni açısından değerlendirildiğinde anlamlı olarak istatistiki açıdan bir fark olduğu sonucu bulunmuştur. Yapılan Post hoc analizlerince görülmektedir ki, katılımcıların günlük sosyal

medya kullanım saatleri 2-5 saat ve 5 saat ve 5 saatten fazla olan kişilerin, sosyal medya kullanım süreleri 0-2 saat olan kişilerin puanlarına göre kırılğan narsisizm puanlarının daha yüksek; büyüklenmeci narsisizm puanlarının ise daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde katılımcıların, LS-toplam ( $F_{(2, 458)}=8.094$ ;  $p<.01$ ) puanları, korku/anksiyete ( $f_{(2, 458)}=7.762$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanları ve diğer alt boyut olan kaçınma ( $f_{(2, 458)}=7.000$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanlarının günlük sosyal medya kullanım süresi değişkenince değerlendirildiğinde anlamlı olarak istatistiki açıdan bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Post Hoc analizine göre, günlük sosyal medya kullanımı 2-5 saat olan katılımcıların 0-2 saat olan katılımcılara göre LS-toplam, korku/anksiyete ve kaçınma puanları daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların SMBÖ-toplam ( $F_{(2, 458)}=37.504$ ;  $p<.01$ ); meşguliyet ( $f_{(2, 458)}=61.631$ ;  $p<.01$ ); duygu durum düzenleme ( $f_{(2, 458)}=33.620$ ;  $p<.01$ ); tekrarlama ( $f_{(2, 161.528)}=16.313$ ;  $p<.01$ ); ve çatışma ( $f_{(3, 165.835)}=14.100$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanlarının günlük sosyal medya kullanım süresi açısından istatistiki olarak anlamlı seviyede farklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Post Hoc analizine göre, günlük sosyal medya kullanımı 2-5 saat ve 5 saat ve 5 saatten daha fazla olan kişilerin, sosyal medya kullanım süresi 0-2 saat olan kişilerle kıyaslandığında SMBÖ-toplam ve SMBÖ alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Günlük sosyal medya kullanımı 5 saat ve daha fazla olan katılımcıların 2-5 saat olan katılımcılara göre Meşguliyet puanları daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının günlük sosyal medya kullanım süresi değişkeni açısından anlamlı olarak istatistiki açıdan fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ).

**Tablo 12. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarında Sosyal Medyayı Kullanma Amaçları Değişkeni Açısından İncelenmesi Bulguları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	p	Fark
Kırılğan Narsisizm Toplam-PNE	Facebook	8	93.75	27.43	1.043	4 456	.384	
	Instagram	287	83.44	31.45				
	Twitter	54	77.05	29.46				
	Youtube	94	78.42	33.69				
	Diğer	18	81.16	34.79				
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	Facebook	8	30.37	8.33	.407	4 456	.804	
	Instagram	287	31.33	6.99				
	Twitter	54	30.83	6.37				

	Youtube	94	30.76	8.14			
	Diğer	18	32.83	6.41			
	Facebook	8	40.12	20.48			
	Instagram	287	43.26	27.10			
Liebowitz Skalası Toplam	Twitter	54	44.11	26.71	.369	4	.831
	Youtube	94	44.31	29.81		456	
	Diğer	18	51.00	37.02			
	Facebook	8	20.87	11.92			
	Instagram	287	21.27	14.88			
Korku/Anksiyete LS	Twitter	54	20.90	14.05	.239	4	.916
	Youtube	94	21.91	16.09		456	
	Diğer	18	24.55	19.49			
	Facebook	8	19.25	8.90			
	Instagram	287	21.98	13.56			
Kaçınma LS	Twitter	54	23.20	13.51	.576	4	.680
	Youtube	94	22.40	15.27		456	
	Diğer	18	26.44	18.36			
	Facebook	8	120.50	60.64			1>3
	Instagram	287	95.98	29.85			1>5
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	Twitter	54	87.40	29.84	3.542	4	.007
	Youtube	94	88.98	34.45		456	
	Diğer	18	81.44	31.36			
	Facebook	8	38.37	16.79			
Meşguliyet SMBÖ	Instagram	287	36.08	10.47	5.471	4	.000
	Twitter	54	32.33	11.07		456	2>4
							2>5

	Youtube	94	31.40	11.55			
	Diğer	18	28.66	11.04			
	Facebook	8	14.87	8.04			
	Instagram	287	14.08	5.48			
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	Twitter	54	12.07	4.94	3.276	4	.012
	Youtube	94	12.76	5.85		456	
	Diğer	18	10.77	5.59			
	Facebook	8	13.00	7.32			
	Instagram	287	11.03	5.49			
Tekrarlama SMBÖ	Twitter	54	9.42	5.18	2.009	4	.092
	Youtube	94	9.85	5.45		456	
	Diğer	18	9.77	4.78			
	Facebook	8	54.25	29.49			1>2
	Instagram	287	34.78	14.19			1>3
Çatışma SMBÖ	Twitter	54	33.57	13.27	3.569	4	.007
	Youtube	94	34.96	16.80		456	1>4
	Diğer	18	32.22	14.60			1>5
	Facebook	8	44.12	11.71			
	Instagram	287	35.87	10.70			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	Twitter	54	39.75	10.57	3.123	4	.015
	Youtube	94	38.91	12.32		456	
	Diğer	18	36.00	11.57			

Tablo 12’de SMBÖ, PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği ve sosyal medya kullanım amaçları değişkeni açısından değerlendirilmesi için yapılan Tek Yönlü Anova testi bulguları gösterilmiştir.

Katılımcıların SMBÖ-toplam ( $F_{(4, 456)}=3.542$ ;  $p<.01$ ), meşguliyet ( $F_{(4,456)}=5.471$ ;  $p<.01$ ); duygu durum düzenleme ( $F_{(4, 456)}=3.276$ ;  $p<.01$ ), tekrarlama ( $F_{(4, 456)}=2.009$ ;  $p<.05$ ) ve çatışma ( $F_{(4,456)}=3.569$ ;  $p<.05$ )

puanlarında sosyal medya kullanım amaçları açısından anlamlı seviyede farklı olduğu tespit edilmiştir. Post Hoc analizi sonuçlarına göre; Facebook kullanan kişilerin Twitter kullanan kişiler ve diğer uygulamaları kullanan kişilerle kıyaslandığında sosyal medya bağımlılık ölçeği puanları daha yüksek çıkmıştır. Instagram uygulamasını tercih edenlerin Youtube ve diğer uygulamaları kullananlara göre meşguliyet alt boyut puanları daha yüksek çıkmıştır. Facebook kullananların Instagram, Youtube, Twitter ve diğer uygulamaları kullananlara göre çatışma alt boyutu puanları daha yüksek çıkmıştır. Duygu durum düzenleme ve tekrarlama alt boyutları Post hoc analizine göre anlamlı fark bulunmamıştır. Yapılan analizlerde, katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının ( $F_{(4, 456)}=3.123;p<.05$ ), sosyal medyayı kullanma amaçları açısından anlamlı seviyede fark olduğu tespit edilmiştir. Post Hoc analizine göre anlamlı fark bulunmamıştır.

Katılımcıların PNE-kırılgan narsisizm-toplam, büyüklenmeci narsisizm-toplam, LS-toplam, LS-kaçınma ve LS- korku/anksiyete puanları sosyal medyayı kullanma amaçları açısından incelendiğinden anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 13. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaş Değişkeni Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik T Testi Analizi Sonuçları Verilmiştir.**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p																																																				
Kırılgan Narsisizm Toplam- PNE	18-26	226	86,34	2,04	3,060	459	,002**																																																				
	27-35	235	77,36	2,10				Büyüklenmeci Narsisizm Toplam- PNE	18-26	226	30,43	0,47	-2,263	459	,024*	27-35	235	31,94	0,46	Liebowitz Skalası Toplam	18-26	226	46,80	1,82	2,260	459	,024*	27-35	235	40,95	1,83	Korku/Anksiyete LS	18-26	226	23,30	1,02	2,553	459	,011*	27-35	235	19,72	0,95	Kaçınma LS	18-26	226	23,49	0,90	1,735	459	,083	27-35	235	21,22	0,93		18-26	226	96,88
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam- PNE	18-26	226	30,43	0,47	-2,263	459	,024*																																																				
	27-35	235	31,94	0,46				Liebowitz Skalası Toplam	18-26	226	46,80	1,82	2,260	459	,024*	27-35	235	40,95	1,83	Korku/Anksiyete LS	18-26	226	23,30	1,02	2,553	459	,011*	27-35	235	19,72	0,95	Kaçınma LS	18-26	226	23,49	0,90	1,735	459	,083	27-35	235	21,22	0,93		18-26	226	96,88	2,14	2,302	459	,022*								
Liebowitz Skalası Toplam	18-26	226	46,80	1,82	2,260	459	,024*																																																				
	27-35	235	40,95	1,83				Korku/Anksiyete LS	18-26	226	23,30	1,02	2,553	459	,011*	27-35	235	19,72	0,95	Kaçınma LS	18-26	226	23,49	0,90	1,735	459	,083	27-35	235	21,22	0,93		18-26	226	96,88	2,14	2,302	459	,022*																				
Korku/Anksiyete LS	18-26	226	23,30	1,02	2,553	459	,011*																																																				
	27-35	235	19,72	0,95				Kaçınma LS	18-26	226	23,49	0,90	1,735	459	,083	27-35	235	21,22	0,93		18-26	226	96,88	2,14	2,302	459	,022*																																
Kaçınma LS	18-26	226	23,49	0,90	1,735	459	,083																																																				
	27-35	235	21,22	0,93					18-26	226	96,88	2,14	2,302	459	,022*																																												
	18-26	226	96,88	2,14	2,302	459	,022*																																																				

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	27-35	235	90,07	2,04			
Meşguliyet SMBÖ	18-26	226	35,77	0,74	2,543	459	,011*
	27-35	235	33,15	0,71			
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	18-26	226	14,17	0,37	2,683	459	,008**
	27-35	235	12,77	0,35			
Tekrarlama SMBÖ	18-26	226	10,82	0,37	,911	459	,363
	27-35	235	10,36	0,35			
Çatışma SMBÖ	18-26	226	36,11	1,03	1,654	459	,099
	27-35	235	33,77	0,96			
UCLA Yalnızlık Ölçeği	18-26	226	37,16	0,71	,120	458,095 <sup>a</sup>	,904
	27-35	235	37,03	0,76			

\*:  $p < .05$  ve \*\*:  $p < .01$ ; <sup>a</sup>Varyanslar Homojen değilkenki t Değeri. BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 13'te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeğindeki puanların yaş değişkenince karşılaştırılması açısından değerlendirilmesi için yapılan Bağımsız Grupların t- Testi bulguları gösterilmiştir.

Yapılan analiz sonuçlarında, PNE-kırılgan narsisizm ( $t(459) = 3,060$ ;  $p < .05$ ) ve büyüklenmeci narsisizm ( $t(459) = -2,263$ ;  $p < .05$ ) puanlarının kişilerin yaş farklılıkları açısından anlamlı seviyede farklı olduğu tespit edilmiştir. 26 yaşında olan ve 26 yaşın altında olan katılımcılarda kırılgan narsisizm puanlarının 27 yaş ve üzeri katılımcılarınkinden anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Büyüklenmeci narsisizm alt boyutuna baktığımızda ise 27 yaş ve üzeri katılımcıların 26 yaş ve altı katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksek puan aldıkları anlaşılmıştır.

Liebowitz Skalası toplam ( $t(459) = 2,260$ ;  $p < .05$ ); korku/anksiyete ( $t(459) = 2,553$ ;  $p < .05$ ) ölçeklerinde kişilerin aldıkları puanların yaş farklılıkları açısından anlamlı seviyede farklı olduğu sonucu elde edilmiştir. 26 yaşında olan ve 26 yaşın altındaki kişilerin Liebowitz Skalası toplam ve korku/anksiyete puanlarında 27 yaş ve 27 yaşın üstündekilerin daha yüksek skor elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

SMBÖ-toplam ( $t(459) = 2,302$ ;  $p < .05$ ); SMBÖ-meşguliyet ( $t(459) = 2,543$ ;  $p < .05$ ); SMBÖ-duygu durum düzenleme ( $t(459) = 2,683$ ;  $p < .05$ ) ölçeklerinden kişilerin aldıkları puanların yaş farklılıkları

açısından anlamlı istatistiki değerde farklılaştığı sonucu elde edilmiştir. 26 yaşında olan ve 26 yaşının altındaki kişilerin SMBÖ toplam puanları, meşguliyet alt boyut puanları ve duygu durum düzenleme alt boyut puanlarının 27 yaş ve üzerindeki kişilerin puanlarından daha fazla puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır.

### 4.3. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

**Tablo 14. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeklerinin İlişkisel Olarak Değerlendirilmesi İçin Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Bulguları**

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.Kırılğan Narsisizm Toplam-PNE	1															
2.Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler KN	.934**	1														
3.Kırılğan Kendilik KN	.844**	.644**	1													
4.Kendini Onaylatma KN	.692**	.562**	.538**	1												
5.Kendini Feda KN	.668**	.579**	.423**	.455**	1											
6.Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	-	-	-	-	-	1										
7.Büyüklenmeci Kendilik BN	.261**	.205**	.240**	.217**	.241**	.218**	1									
8.Büyüklenmeci Hayaller BN	.625**	.573**	.521**	.478**	.439**	.784**	.435**	1								
9.Liebowitz Skalası Toplam	.416**	.376**	.404**	.234**	.238**	.261**	.213**	.105*	1							
10.Korku/Anksiyete LS	.411**	.385**	.374**	.234**	.246**	.271**	.205**	.120**	.959**	1						
11.Kaçınma LS	.383**	.331**	.400**	.212**	.208**	.225**	.201**	-.080	.952**	.825**	1					
12.Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	.507**	.490**	.410**	.344**	.332**	.275**	.069	.298**	.365**	.356**	.342**	1				
13.Meşguliyet SMBÖ	.442**	.415**	.361**	.364**	.269**	.246**	.085	.281**	.289**	.279**	.274**	.861**	1			
14.Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	.484**	.442**	.400**	.385**	.344**	.261**	.091	.298**	.338**	.328**	.317**	.734**	.657**	1		
15.Tekrarlama SMBÖ	.311**	.305**	.235**	.218**	.218**	.170**	-.020	.144**	.264**	.250**	.254**	.824**	.649**	.458**	1	
16.Çatışma SMBÖ	.452**	.453**	.365**	.235**	.294**	.241**	.056	.258**	.336**	.332**	.310**	.903**	.601**	.527**	.727**	1
17.UCLA Yalnızlık Ölçeği	.349**	.348**	.372**	.037	.126**	.271**	.195**	.126**	.453**	.450**	.413**	.303**	.116*	.260**	.185**	.388**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılğan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 14'te PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeklerinde ilişkisel olarak değerlendirilmeleri için yapılan Korelasyon Analizi bulguları gösterilmiştir.

Katılımcıların PNE-Kırılğan Narsisizm toplam puanları ile Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler alt boyutu ( $r=.934$ ;  $p<.01$ ), Kırılğan Kendilik alt boyutu ( $r=.844$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma alt boyutu ( $r=.692$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda alt boyutu ( $r=.668$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.261$ ;  $p<.01$ ) alt boyutları ile arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Katılımcıların PNE-Kırılğan Narsisizm toplam puanları ile Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.497$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.625$ ;  $p<.01$ ) alt boyutları ile bulunan negatif ilişkinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler alt boyutunun Kırılğan Kendilik ( $r=.644$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.562$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.579$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.205$ ;  $p<.01$ ) ile anlamlı düzeyde pozitif bir ilişkisi olduğu görülürken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.479$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.573$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanları ile negatif yönlü bir ilişkisi olduğu sonucu elde edilmiştir. Kırılğan Kendilik alt boyutu ile Kendini Onaylatma ( $r=.538$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.423$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.240$ ;  $p<.01$ ) alt boyutlarının pozitif yönlü bir ilişki içerisinde olduğu görülürken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.399$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.521$ ;  $p<.01$ ) ile ise negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Kendini Onaylatma puanları ile Kendini Feda ( $r=.455$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.217$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif yönlü anlamlı seviyede bir korelasyon varken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.368$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.478$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Kendini Feda puanları ile Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.241$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.309$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.439$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif yönlü anlamlı bir korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Büyüklenmeci Narsisizm puanları ile Büyüklenmeci Kendilik ( $r=.218$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=.784$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif bir ilişki bulunurken; Büyüklenmeci Kendilik ile Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.435$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

LS-toplam puanlarının; Korku/Anksiyete ( $r=.959$ ;  $p<.01$ ) ve Kaçınma ( $r=.952$ ;  $p<.01$ ) ile ilişkisi anlamlı pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Aynı şekilde; Korku/Anksiyete ve Kaçınma ( $r=.825$ ;  $p<.01$ ) alt boyutlarının birbiri ile ilişkisinde pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

SMBÖ-toplam puanlarının; Meşguliyet ( $r=.861$ ;  $p<.01$ ), Duygu Durum Düzenleme ( $r=.734$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.824$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.903$ ;  $p<.01$ ) alt boyutları ile ilişkisi pozitif yönlü bulunmuştur. Meşguliyet puanlarının Duygu Durum Düzenleme ( $r=.657$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.649$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.601$ ;  $p<.01$ ) ile ilişkisi pozitif yönlü bulunmuştur. Duygu Durum Düzenleme puanlarının Tekrarlama ( $r=.458$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.527$ ;  $p<.01$ ) ile ilişkisi pozitif yönlü bulunmuştur. Katılımcıların Tekrarlama ve Çatışma ( $r=.727$ ;  $p<.01$ ) arasındaki ilişki pozitif yönlü bulunmuştur.

LS-toplam puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.416$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında anlamlı pozitif yönde bir ilişki bulunurken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.261$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

LS-Korku/Anksiyete alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.411$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.385$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.374$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.234$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.246$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki varken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.271$ ;  $p<.01$ ), Büyüklenmeci Kendilik ( $r=-.205$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.120$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. LS-Kaçınma alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.383$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.331$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.400$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.212$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.208$ ;  $p<.01$ ) puanları birbiri ile pozitif yönlü ilişkililikten; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.225$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Kendilik ( $r=-.201$ ;  $p<.01$ ) puanları negatif yönlü ilişkili bulunmuştur.

SMBÖ-toplam puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.507$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.490$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.410$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.344$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.332$ ;  $p<.01$ ) puanları pozitif ilişkili bulunurken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.275$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.298$ ;  $p<.01$ ) puanları negatif ilişkili bulunmuştur. SMBÖ-Meşguliyet alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.442$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.415$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.361$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.364$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.269$ ;  $p<.01$ ) puanları pozitif yönlü ilişki bulunurken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.246$ ;  $p<.01$ ), ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.281$ ;  $p<.01$ ) puanları negatif yönlü ilişkili bulunmuştur. SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.484$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.442$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.400$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.385$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.344$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.261$ ;  $p<.01$ ), ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.298$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunmaktadır. SMBÖ-Tekrarlama alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.311$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.305$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.235$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.218$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.218$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönlü bir ilişki; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.170$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.144$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. SMBÖ-Çatışma alt boyut puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.452$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.453$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.365$ ;  $p<.01$ ), Kendini Onaylatma ( $r=.235$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.294$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönlü bir ilişki; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.241$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.258$ ;  $p<.01$ ) puanları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları ile PNE-Kırılgan Narsisizm toplam ( $r=.349$ ;  $p<.01$ ), Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler ( $r=.348$ ;  $p<.01$ ), Kırılgan Kendilik ( $r=.372$ ;  $p<.01$ ), Kendini Feda ( $r=.126$ ;  $p<.01$ )

puanları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken; Büyüklenmeci Narsisizm ( $r=-.271$ ;  $p<.01$ ), Büyüklenmeci Kendilik ( $r=-.195$ ;  $p<.01$ ) ve Büyüklenmeci Hayaller ( $r=-.258$ ;  $p<.01$ ) alt boyut puanları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

LS-toplam puanları ile SMBÖ-toplam ( $r=.365$ ;  $p<.01$ ), Meşguliyet ( $r=.289$ ;  $p<.01$ ), Duygu Durum Düzenleme ( $r=.338$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.264$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.336$ ;  $p<.01$ ) puanları pozitif ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde; LS-Korku/Anksiyete alt boyut puanları ile SMBÖ-toplam ( $r=.356$ ;  $p<.01$ ), Meşguliyet ( $r=.279$ ;  $p<.01$ ), Duygu Durum Düzenleme ( $r=.328$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.250$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.332$ ;  $p<.01$ ) puanları birbirleri ile pozitif ilişkili bulunmuştur. LS-Kaçınma alt boyut puanları ile SMBÖ-toplam ( $r=.342$ ;  $p<.01$ ), Meşguliyet ( $r=.274$ ;  $p<.01$ ), Duygu Durum Düzenleme ( $r=.317$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.254$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.310$ ;  $p<.01$ ) aralarında puanları pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları ile LS-toplam ( $r=.453$ ;  $p<.01$ ), Korku/Anksiyete ( $r=.450$ ;  $p<.01$ ) ve Kaçınma ( $r=.413$ ;  $p<.01$ ) puanları birbirleri ile pozitif yönlü anlamlı şekilde ilişkili oldukları bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları ile SMBÖ-toplam ( $r=.303$ ;  $p<.01$ ), Meşguliyet ( $r=.116$ ;  $p<.01$ ), Duygu Durum Düzenleme ( $r=.260$ ;  $p<.01$ ), Tekrarlama ( $r=.185$ ;  $p<.01$ ) ve Çatışma ( $r=.388$ ;  $p<.01$ ) puanları aralarında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Diğer korelasyon değerleri istatistiki açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>.05$ ).

#### 4.4. Patolojik Narsisizm Envanteri, Sosyal Kaygı ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanlarının SMBÖ Puanlarını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

**Tablo 15. SMBÖ Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	42.364	4.774		8.874	.000**
SMBÖ-Toplam	Kırılgan Narsisizm	.414	.044	.412	9.341	.000**
	ToplamLiebowitz	.176	.053	.153	3.308	.001**
	UCLA	.255	.128	.089	1.985	.001**
R= .541 R <sup>2</sup> = .292 aR <sup>2</sup> = .288 Sd:3/457 F: 62.957 p<.001**						

Tablo 15'te SMBÖ-Toplam puanlarını bağımsız değişkenlerin yordamasına yönelik Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmektedir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-toplam puanları, bağımsız değişken olarak Kırılğan Narsisizm toplam, Büyüklenmeci Narsisizm toplam, Sosyal Kaygı toplam ve UCLA yalnızlık ölçeği toplam puanları eklenmiştir. Araştırmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(3,457)}=62,957, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-toplam puanları varyansının %28.8'ini açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-toplam puanlarını PNE-Kırılğan Narsisizm puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ( $B = .414, t = 9.341, p<.01; \%95 \text{ CI} = .327-.502$ ). İkinci olarak, SMBÖ-toplam puanlarını, Liebowitz puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ( $B = .176, t=3.308, p<.01; \%95 \text{ CI} = .071-.280$ ). Üçüncü olarak, toplam UCLA puanlarının SMBÖ-toplam puanlarını istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir ( $B = .255, t = 1.985, p<.01; \%95 \text{ CI} = .003-.507$ ). Analize dahil edilen SMBÖ-toplam puanlarını PNE-Büyüklenmeci Narsisizm alt ölçeği puanlarının anlamlı seviyede yordamadığı bulunmuş ve bu alt ölçek analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 16. SMBÖ-Meşguliyet alt boyut puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	23,579	1.750		13.474	.000**
SMBÖ-Meşguliyet	PNE-Kırılğan Narsisizm Toplam	.143	.016	.409	8.809	.000**
	Liebowitz Skalası Toplam	.066	.019	.165	3.379	.001**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	-.101	.047	-.101	-2.136	.033*
R= .466 R <sup>2</sup> = .217 aR <sup>2</sup> = .212 Sd:3/457 F: 42.198 p<.001** p<.05						

Tablo 16'da SMBÖ-Meşguliyet puanlarını bağımsız değişkenlerin yordamasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon Analiz bulguları gösterilmektedir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Meşguliyet puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Kırılğan Narsisizm Toplam, PNE-Büyüklenmeci Narsisizm Toplam, Liebowitz Skalası Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada, kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(3, 457)} = 42.198, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Meşguliyet puanları varyansının %22'ini açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını PNE-Kırılğan Narsisizm puanlarının istatistiki

açından anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ( $B = .143$ ,  $t = 8.809$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .111-.175). İkinci olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını Liebowitz Skalası Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordamış olduğu sonucuna ulaşılmıştır ( $B = .066$ ,  $t = 3.379$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .028-.104). Üçüncü olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = -.101$ ,  $t = -2.136$ ,  $p < .05$ ; %95 CI= -.193--.008).

SMBÖ-Meşguliyet puanlarını PNE-Büyüklenmeci Narsisizm puanlarının anlamlı seviyede yordamadığı bulunmuş ve bu alt ölçek puanları analiz dışında kalmıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 17. SMBÖ-Duygu Durum Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme	Sabit	6.010	.636		9.443	.000**
	PNE-Kırılgan Narsisizm Toplam	.073	.008	.415	9.374	.000**
	Liebowitz Skalası Toplam	.033	.009	.165	3.723	.000**

R= .507 R<sup>2</sup>= .257 aR<sup>2</sup>= .253 Sd:2/458 F: 79.061 p<.001\*\*

Tablo 15'te SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını bağımsız değişkenlerin yordamasına yönelik yönelik Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Kırılgan Narsisizm Toplam, PNE- Büyüklenmeci Narsisizm Toplam, Liebowitz Skalası Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları eklenmiştir. Mevcut araştırmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlıdır ( $F_{(2, 458)} = 79.061$ ,  $p < .01$ ). Bu model, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları varyansının %25.3'ünü açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını PNE- Kırılgan Narsisizm Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı sonucu elde edilmiştir ( $B = .073$ ,  $t = 49.374$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .058-.089). İkinci olarak, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını Liebowitz Skalası Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordamış olduğu belirlenmiştir ( $B = .033$ ,  $t = 3.723$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .016-.051). Analize dahil edilen PNE- Büyüklenmeci Narsisizm Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Toplam puanlarının SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değerler analiz dışında kalmıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 18. SMBÖ-Tekrarlama Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Tekrarlama	Sabit	6.206	.672		9.240	.000**
	PNE-Kırılğan Narsisizm Toplam	.042	.008	.243	5.039	.000**
	Liebowitz Skalası Toplam	.032	.009	.165	3.369	.001**

R= .344 R<sup>2</sup>= .118 aR<sup>2</sup>= .115 Sd:2/458 F: 30.753 p<.001\*\*

Tablo 18’de SMBÖ-Tekrarlama puanlarını bağımsız değişkenlerin yordamasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmektedir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Tekrarlama puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Kırılğan Narsisizm Toplam, PNE-Büyüklenmeci Narsisizm Toplam, Liebowitz Skalası Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2, 458)} = 30.753, p < .01$ ). Bu model, SMBÖ-Tekrarlama puanları varyansının %11.5’ini açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Tekrarlama puanlarını PNE- Kırılğan Narsisizm Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı olacak şekilde yordadığı bulunmuştur ( $B = .042, t = 5.039, p < .01; \%95 \text{ CI} = .026-.058$ ). İkinci olarak, SMBÖ-Tekrarlama puanlarını Liebowitz Skalası Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .032, t = 3.369, p < .01; \%95 \text{ CI} = .013-.051$ ). SMBÖ-Tekrarlama puanlarını, analize dahil edilen PNE- Büyüklenmeci Narsisizm Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Toplam puanlarının anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 19. SMBÖ-Çatışma Alt Boyut Puanlarının PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Çatışma	Sabit	8.110	2.305		3.519	.000**
	PNE-Kırılğan Narsisizm Toplam	.159	.021	.332	7.418	.000**

UCLA Yalnızlık Ölçeği	.312	.062	.230	5.027	.001**
Liebowitz Skalası Toplam	.051	.026	.094	2.002	.046*

R= .521 R<sup>2</sup>= .271 aR<sup>2</sup>= .266 Sd:3/457 F: 42.198 p<.001\*\* p<.05

Tablo 19’da SMBÖ-Çatışma puanlarının bağımsız değişkenler tarafından yordanmasına ilişkin Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi sonuçları gösterilmektedir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Çatışma puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Kırılgan Narsisizm Toplam, PNE-Büyüklenmeci Narsisizm Toplam, Liebowitz Skalası Toplam ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan model istatistiki açıdan anlamlıdır ( $F_{(3, 457)}=42.198, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Çatışma varyansının %26.6’sı kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Çatışma puanlarını PNE-Kırılgan Narsisizm puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ( $B = .159, t = 8.809, p<.01; \%95 \text{ CI} = .111-.175$ ). İkinci olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını Liebowitz Skalası Toplam puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .066, t=3.379, p<.01; \%95 \text{ CI} = .028-.104$ ). Üçüncü olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = -.101, t=-2.136, p<.05; \%95 \text{ CI} = -.193-.008$ ). Analize dahil edilen PNE-Büyüklenmeci Narsisizm puanlarının SMBÖ-Meşguliyet puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu puanlar analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

#### 4.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Puanlarının Patolojik Narsisizm Envanteri puanları Tarafından Yordanmasına Yönelik Bulgular

**Tablo 20. SMBÖ-Toplam Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Yapılan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	58.241	3.343		17.423	.000**
SMBÖ-Toplam	Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler-KN-PNE	.706	.096	.386	7.329	.000**
	Kırılgan Kendilik-KN-PNE	.444	.145	.161	3.060	.002**

R= .505 R<sup>2</sup>= .255 aR<sup>2</sup>= .252 Sd:2/458 F: 78.508 p<.001\*\*

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 20’de SMBÖ-Toplam puanlarının PNE tarafından yordanmasına Yönelik Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-toplam puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler, Kırılgan Kendilik, Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2, 458)}=78.508$ ,  $p < .01$ ). Bu model, SMBÖ-toplam puanları varyansının %25.2’sini açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-toplam puanlarını PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .706$ ,  $t = 7.329$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .517-.819). İkinci olarak, SMBÖ-toplam puanlarını Kırılgan Kendilik alt boyut puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür ( $B = .444$ ,  $t=3.060$ ,  $p < .01$ ; %95 CI= .159-.729). Analize dahil edilen PNE-Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanlarının SMBÖ-toplam puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 21. SMBÖ-Meşguliyet Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	20.950	1.617		12.958	.000**
SMBÖ-Meşguliyet	Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler-KN-PNE	.196	.032	.308	6.079	.000**
	Kendini Onaylatma-KN-PNE	.543	.143	.192	3.788	.000**

R= .444 R<sup>2</sup>= .198 aR<sup>2</sup>= .194 Sd:2/458 F: 56.376 p<.001\*\*

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 21’de SMBÖ-Meşguliyet puanlarının PNE tarafından yordanmasına yönelik Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Meşguliyet puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler, Kırılgan Kendilik, Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2, 458)}=56.376$ ,  $p < .01$ ). Bu model, SMBÖ-Meşguliyet puanları varyansının %19.4’ü kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını PNE-Fark Edilmeye Yönelik

Beklentiler puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (B = .196, t = 6.079, p<.01; %95 CI= .133-.259). İkinci olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarını Kendini Onaylatma puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (B =.543, t=3.788, p<.01; %95 CI= .261-.825). Analize dahil edilen PNE-Kırılğan Kendilik, Kendini Feda ve Büyükleme Hayaller alt boyut puanlarının SMBÖ-Meşguliyet puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır (p>.05).

**Tablo 22. SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	5.815	.817		7.121	.000**
SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme	Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler-KN-PNE	.082	.018	.256	4.507	.000**
	Kendini Onaylatma-KN-PNE	.231	.074	.161	3.128	.002**
	Kırılğan Kendilik KN-PNE	.072	.027	.148	2.659	.008**

R= .484 R<sup>2</sup>= .234 aR<sup>2</sup>= .229 Sd:3/457 F: 46.572 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyükleme Narsisizm; KN: Kırılğan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 22’de SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarının PNE tarafından Yönelik Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler, Kırılğan Kendilik, Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyükleme Hayaller alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlıdır (F<sub>(3, 457)</sub>=46.572, p<.01). Bu model, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları varyansının %22.9’u kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (B = .082, t = 4.507, p<.01; %95 CI= .046-.118). İkinci olarak, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını Kendini Onaylatma alt boyut puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (B =.231, t=3.128, p<.01; %95 CI= .086-.375). Üçüncü olarak, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını Kırılğan Kendilik alt boyut puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir (B =.072, t=2.659, p<.01; %95 CI= .019-.125). Analize dahil edilen PNE-

Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanlarının SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 23. SMBÖ-Tekrarlama Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	7.459	.517		14.427	.000**
SMBÖ-Tekrarlama	Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler-KN-PNE	.096	.014	.305	6.864	.000**

R= .305 R<sup>2</sup>= .093 aR<sup>2</sup>= .091 Sd:1/459 F: 47.118 p<.001\*\*

\* $p<.05$ ; \*\* $p<.01$ ; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 23'te SMBÖ-Tekrarlama puanlarının PNE tarafından yordanmasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Tekrarlama puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler, Kırılgan Kendilik, Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlıdır ( $F_{(1, 459)}=47.118, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Tekrarlama puanları varyansının %9.1'i kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Tekrarlama puanlarını PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .096, t = 6.864, p<.01; \%95$  CI= .068-.123). Analize dahil edilen PNE- Kendini Onaylatma, Kırılgan Kendilik, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanlarının SMBÖ-Tekrarlama puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 24. SMBÖ-Çatışma Puanlarının PNE Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	19.879	1.633		12.170	.000**
SMBÖ-Çatışma	Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler-KN-PNE	.324	.047	.372	6.872	.000**
	Kırılgan Kendilik-KN-PNE	.164	.071	.125	2.312	.021*

R= .463 R<sup>2</sup>= .214 aR<sup>2</sup>= .211 Sd:2/458 F: 62.356 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 24'te SMBÖ-Çatışma puanlarının PNE tarafından yordanmasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Çatışma puanları, bağımsız değişken olarak PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler, Kırılgan Kendilik, Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı olarak bulunmuştur ( $F_{(2, 458)}=62.356, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Çatışma puanları varyansının %21.1'i kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Çatışma puanlarını PNE-Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .324, t = 6.872, p<.01; \%95 \text{ CI} = .231-.416$ ). İkinci olarak, SMBÖ-Çatışma puanlarını PNE-Kırılgan Kendilik puanlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ( $B = .164, t = 2.312, p<.05; \%95 \text{ CI} = .025-.303$ ). Analize dahil edilen PNE- Kendini Onaylatma, Kendini Feda ve Büyüklenmeci Hayaller alt boyut puanlarının SMBÖ-Çatışma puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişkenler analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

#### 4.6. SMBÖ Puanlarının LS Puanları Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulgular

**Tablo 25. SMBÖ-Toplam Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
	Sabit	75.260	2.621		28.711	.000***
SMBÖ-Toplam	Korku/Anksiyete-LS	.483	.162	.229	2.977	.003*
	Kaçınma-LS	.348	.175	.153	1.985	.048*

R= .366 R<sup>2</sup>= .134 aR<sup>2</sup>= .130 Sd:2/458 F: 35.402 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: SosyalMedya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 25'te SMBÖ-Toplam puanlarının LS tarafından yordanmasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-toplam puanları, bağımsız değişken olarak LS-Korku/Anksiyete ve Kaçınma alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki olarak anlamlı bulunmuştur (F<sub>(2,458)</sub>=35.402, p<.01). Bu model, SMBÖ-toplam puanları varyansının %13'ünü açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-toplam puanlarını LS-Korku/Anksiyete puanlarının istatistiki açıdan anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur (B = .483, t = 2.977, p<.01; %95 CI= .164-.803). İkinci olarak, SMBÖ-toplam puanlarını Kaçınma alt boyutu puanlarının istatistiki açıdan anlamlı biçimde yordadığı bulunmuştur (B = .348, t=1.985, p<.05; %95 CI= .003-.692).

**Tablo 26. SMBÖ-Meşguliyet Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Meşguliyet	Sabit	30.044	.865		34.727	.000**
	Korku/Anksiyete-LS	.205	.033	.279	6.220	.000**

R= .279 R<sup>2</sup>= .078 aR<sup>2</sup>= .076 Sd:1/459 F: 38.682 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 26’da SMBÖ-Meşguliyet puanlarının LS tarafından yordanmasına yönelik yapılan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmektedir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Meşguliyet puanları, bağımsız değişken olarak LS-Korku/Anksiyete ve Kaçınma alt boyut puanları eklenmiştir. Mevcut çalışmada kurulan bu model istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F_{(1, 459)}=38.682, p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Meşguliyet puanları varyansının %7.6’sı kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Meşguliyet puanlarının LS-Korku/Anksiyete puanları tarafından istatistiki açıdan anlamlı şekilde yordandığı bulunmuştur ( $B = .205, t = 6.220, p<.01; \%95 \text{ CI} = .140-.269$ ). Analize dahil edilen LS-Kaçınma alt boyut puanlarının SMBÖ-Meşguliyet puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişken analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 27. SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme	Sabit	10.851	.429		25.277	.000
	Korku/Anksiyete-LS	.122	.016	.328	7.442	.000

R= .328 R<sup>2</sup>= .108 aR<sup>2</sup>= .106 Sd:1/459 F: 55.379 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 27’de SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarının LS tarafından yordanmasına yönelik kurulan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyonu bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları, bağımsız değişken olarak LS-Korku/Anksiyete ve Kaçınma alt boyut puanları dahil edilmiştir. Kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F_{(1, 459)}=55.379$ ,  $p<.01$ ). Model, SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları varyansının %10.6’sını açıklamaktadır. İlk olarak, LS-Korku/Anksiyete puanlarının SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını istatistiki açıdan anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır ( $B = .122$ ,  $t = 7.442$ ,  $p<.01$ ; %95 CI= .089-.154). Analize dahil edilen LS-Kaçınma alt boyut puanlarının SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişken analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 28. SMBÖ-Tekrarlama Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Tekrarlama	Sabit	8.379	.465		18.015	.000**
	Kaçınma-LS	.099	.018	.254	5.615	.000**

R= .254 R<sup>2</sup>= .064 aR<sup>2</sup>= .062 Sd:1/459 F: 31.531 p<.001\*\*

\* $p<.05$ ; \*\* $p<.01$ ; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 28’de SMBÖ-Tekrarlama puanlarının LS tarafından yordanmasına yönelik Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analiz bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Tekrarlama puanları, bağımsız değişken olarak LS-Korku/Anksiyete ve Kaçınma alt boyut puanları eklenmiştir. Kurulan bu modelin istatistiki açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur ( $F_{(1, 459)}=31.531$ ,  $p<.01$ ). Bu model, SMBÖ-Tekrarlama puanları varyansının %6.2’sini açıklamaktadır. İlk olarak, SMBÖ-Tekrarlama puanlarını LS-Kaçınma alt ölçek puanlarının istatistiki açıdan anlamlı olarak yordamış olduğu bulunmuştur ( $B = .099$ ,  $t = 5.615$ ,  $p<.01$ ; %95 CI= .064-.134). Analize dahil edilen LS-Korku/Anksiyete alt boyut puanlarının SMBÖ-Tekrarlama puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişken analiz dışında kalmıştır ( $p>.05$ ).

**Tablo 29. SMBÖ-Çatışma Puanlarının LS Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Çatışma	Sabit	27.774	1.160		23.938	.000**
	Korku/Anksiyete-LS	.333	.044	.332	7.534	.000**

R= .332 R<sup>2</sup>= .110 aR<sup>2</sup>= .108 Sd:1/459 F: 56.755 p<.001\*\*

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 29’da LS puanlarının SMBÖ-çatışma alt ölçek puanlarını yordamasına yönelik kurulan Çoklu (Stepwise) Doğrusal Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir.

Analize bağımlı değişken olarak SMBÖ-Çatışma puanları, bağımsız değişken olarak LS-Korku/Anksiyete ve Kaçınma alt boyut puanları dahil edilmiştir. Kurulan modelin istatistiki açıdan anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir (F<sub>(1, 459)</sub>=56.755, p<.01). Bu model SMBÖ-Çatışma alt ölçekten aldıkları puanlar varyansının %10.8 kadarını açıklamaktadır. İlk olarak, LS-Korku/Anksiyete skorlarının SMBÖ-Çatışma alt boyutu puanlarını istatistiki açıdan anlamlı bir şekilde yordamış olduğu tespit edilmiştir (B = .333, t = 7.534, p<.01; %95 CI= .246-.419). Analize dahil edilen LS-Kaçınma alt boyut puanlarının SMBÖ-Çatışma puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiş ve bu değişken analiz dışında kalmıştır (p>.05).

**Tablo 30. SMBÖ Puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği Tarafından Yordanmasına Yönelik Kurulan Regresyon Analizi Bulguları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standard Hata <sub>B</sub>	Beta	t	p
SMBÖ-Toplam	Sabit	61.348	4.919		12.473	.000**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	.864	.127	.303	6.809	.000**
R= .303 R <sup>2</sup> = .092 aR <sup>2</sup> = .090 Sd:1/459 F: 46.361 p<.001**						
SMBÖ-Meşguliyet	Sabit	30.150	1.786		16.882	.000**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	.116	.046	.116	2.510	.012*
R= .116 R <sup>2</sup> = .014 aR <sup>2</sup> = .011 Sd:1/459 F: 6.300 p<.05*						
SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme	Sabit	8.622	.876		9.844	.000**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	.130	.023	.260	5.772	.000**
R= .260 R <sup>2</sup> = .068 aR <sup>2</sup> = .066 Sd:1/459 F: 33.312 p<.001**						
SMBÖ-Tekrarlama	Sabit	7.219	.871		8.289	.000**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	.091	.022	.185	4.043	.000**
R= .185 R <sup>2</sup> = .034 aR <sup>2</sup> = .032 Sd:1/459 F: 16.342 p<.001**						
SMBÖ-Çatışma	Sabit	15.357	2.262		6.788	.000**
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	.527	.058	.388	9.032	.000**
R= .388 R <sup>2</sup> = .151 aR <sup>2</sup> = .149 Sd:1/459 F: 81.582 p<.001**						

\*p<.05; \*\*p<.01; BN: Büyükleme Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 30'da UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının SMBÖ puanlarını yordamasına yönelik yapılan Basit Doğrusal Regresyon analizi sonuçları gösterilmektedir.

SMBÖ-toplam puanların UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına ilişkin elde edilen model istatistik açıdan anlamlı olarak bulunmuştur ( $F_{(1, 459)} = 46.361, p < .01$ ). Bu model, SMBÖ-Toplam puanları için bu varyansın %9'u kadarını açıklamakta olduğu bulunmuştur. UCLA Yalnızlık Ölçeği

puanlarının SMBÖ-toplam puanlarını yordaması açısından anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (B = .864, t = 6.809, p<.01; %95 CI= .615-.1.114).

SMBÖ-Meşguliyet puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına yönelik elde edilen model istatistiki açıdan anlamlıdır ( $F_{(1, 459)} = 6.300$ , p<.05). Bu modelde, SMBÖ-Meşguliyet puanları varyansı için %1.1 oranında açıklayıcılık bulunmuştur. UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının SMBÖ-Meşguliyet alt ölçeği puanlarını istatistiki açıdan anlamlı olarak yordadığı sonucu elde edilmiştir (B = .116, t = 2.510, p<.05; %95 CI= .025-.206).

SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına yönelik tasarlanan modelin istatistiki açıdan anlamlı olduğu görülmüştür ( $F_{(1, 459)} = 33.312$ , p<.01). Bu modelde SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme puanları varyansının %6.6'sını açıklamaktadır. UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının SMBÖ-Duygu Durum Düzenleme alt ölçek puanlarını istatistiki açıdan anlamlı şekilde yordamış olduğu belirlenmiştir (B = .130, t = 5.772, p<.01; %95 CI= .086-.175).

SMBÖ-Tekrarlama puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordanmasına yönelik elde edilen model istatistiki açıdan anlamlıdır ( $F_{(1, 459)} = 16.342$ , p<.01). Bu modelde SMBÖ-Tekrarlama puanları varyansının %3.2'sini açıklamaktadır. UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının SMBÖ-Tekrarlama alt ölçek puanları için istatistiki olarak yordayıcı gücü olduğu belirlenmiştir (B = .091, t = 4.043, p<.01; %95 CI= .047-.135).

SMBÖ-Çatışma puanlarının UCLA Yalnızlık Ölçeği tarafından yordayıcı gücü olup olmadığına yönelik elde edilen model istatistiki açıdan anlamlı olarak bulunmuştur ( $F_{(1, 459)} = 81.582$ , p<.01). Bu model, SMBÖ- Çatışma puanları varyansının %14.9'unu açıklamaktadır. UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının SMBÖ- Çatışma alt ölçek puanları için istatistiki açıdan anlamlı bir şekilde yordayıcı gücü olduğu bulunmuştur (B = .527, t = 9.032, p<.01; %95 CI= .413-.642).

#### 4.7. Güvenirlik Analizi

**Tablo 31. PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeklerinin Güvenirlik Analizleri için Cronbach Alfa Değerleri**

Ölçekler	Cronbach Alfa
Kırılgan Narsisizm Toplam-PNE	.943
Fark Edilmeye Yönelik Beklentiler KN	.929
Kırılgan Kendilik KN	.864
Kendini Onaylatma KN	.642
Kendini Feda KN	.716
Büyüklenmeci Narsisizm Toplam-PNE	.507
Büyüklenmeci Kendilik BN	.773
Büyüklenmeci Hayaller BN	.815
Liebowitz Skalası Toplam	.961
Korku/Anksiyete LS	.941
Kaçınma LS	.922
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam	.967
Meşguliyet SMBÖ	.926
Duygu Durum Düzenleme SMBÖ	.918
Tekrarlama SMBÖ	.935
Çatışma SMBÖ	.950
UCLA Yalnızlık Ölçeği	.911

BN: Büyüklenmeci Narsisizm; KN: Kırılgan Narsisizm; LS: Liebowitz Skalası; PNE: Patolojik Narsisizm Envanteri; SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 31’de PNE, LS, SMBÖ ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanlarının güvenirlik analizi olan Cronbach Alfa değerleri bulguları gösterilmiştir.

PNE-kırılğan narsisizm boyutunun güvenirlık değeri .943; fark edilmeye yönelik beklentiler boyutunun güvenirlık değeri .929; kırılğan kendilik alt boyutunun güvenirlık değeri .864; kendini onaylatma alt boyutunun güvenirlık değeri .642; kendini feda alt boyutunun güvenirlık değeri .716 olarak bulunmuştur. PNE-büyüklenmeci narsisizm boyutunun güvenirlık değeri .507; büyüklenmeci kendilik alt boyutunun güvenirlık değeri .773; büyüklenmeci hayaller alt boyutunun güvenirlık değeri .815 şeklinde elde edilmiştir.

Liebowitz Skalası toplam puanlarının güvenirlık değeri .961; korku/anksiyete alt boyutunun güvenirlık değeri .941; kaçınma alt boyutunun güvenirlık değeri .922 olduğu sonucu elde edilmiştir.

SMBÖ-toplam leğinin güvenirlık değeri .967; meşguliyet alt boyutunun güvenirlık değeri .926; duygu durum düzenleme güvenirlık değeri .918; tekrarlama alt boyutunun güvenirlık değeri .935; çatışma alt boyutunun güvenirlık değeri .950 bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık leğinin güvenirlık katsayı değeri .911 bulunmuştur.

## BÖLÜM V

### 5. TARTIŞMA

#### 5.1.Sosyo-Demografik Değişkenler ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki Farklılıkların Tartışılması

Mevcut araştırmada sosyal medya bağımlılığı toplam puanı ile **cinsiyet** değişkeni arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre değişmemesi bulgusu; birçok çalışmayla benzerdir (Baz 2018: 288; Tateno vd. 2019). Yılmazsoy ve Kahraman (2017: 14) Facebook kullanımı üzerine yaptıkları bağımlılık çalışmasında, Facebook bağımlılığında kadın ve erkekler arasında fark bulsalar da bu farkı istatistiksel olarak anlamlı bulmamışlardır. Benzer şekilde Tutgun-Ünal (2019: 56)'ın çalışmasında, öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının ve sosyal medya bağımlılığı alt boyutları puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Köse ve Doğan (2019)'ın yaptıkları çalışmada bulunduğu üzere; cinsiyet değişkeni ile bağımlılık davranışı farklılaşmamaktadır. Bazı araştırmacılar cinsiyetler arasında farklılıklar bulsalar da (Güleryüz vd. 2020: 38), özellikle bu internet çağında doğan ve kişilikleri bu yeni toplumda şekillenen genç nesiller için internet ve sosyal medya kullanımında cinsiyet bir faktör olarak düşünülmemelidir (Köse, Doğan 2016: 186). Mevcut çalışmada; meşguliyet ve duygu durum düzenleme alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmekte olup, kadınların erkeklere göre sosyal medya ile daha fazla meşgul oldukları ve sosyal medyada duygusal destek amaçlı daha fazla buldukları söylenebilmektedir. Bu sonuçlarla benzer şekilde; Tutgun-Ünal ve Deniz (2016: 162)'in üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarında; kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre sosyal medyadan daha fazla duygusal destek aldığını ve kadın katılımcıların sosyal medya ile erkek katılımcılardan daha fazla meşgul oldukları sonucu elde edilmiştir. Alan yazında yer alan başka bir çalışmada ise; erkekler kadınlara göre, teknolojik iletişim araçları kullanımında çok daha yüksek bağımlılık puanları elde ediyorken, sosyal medya kullanımı açısından bu fark bulunmamıştır; yani sosyal medya kullanımı kadın ve erkekler açısından fark etmemektedir (Nelson, Pieper 2020: 7). Öğrenciler üzerinde yapılan başka bir çalışmada ise; erkeklerin kadınlardan daha yüksek dijital bağımlılık puanı aldıkları bulunmuştur (Arslan, Bardakçı 2021: 912). Bir taraftan da kadınların sosyal medyayı erkeklere göre ruh hali değiştirici olarak daha fazla kullanmakta olduğu söylenmekle beraber, kadınların sosyal medyayı duygusal destek kazanmak, yalnızlığı azaltmak, hayatları hakkında bilgi almak ve arkadaşlarıyla bağlantı kurmak için kullandığı da eklenebilir (Köse, Doğan 2019: 186). Roberts, Yaya ve Manolis (2014: 259) yaptıkları çalışmada kadınların sosyal medyayı arkadaşlıklarını derinleştirmek ve sosyal ağlarını genişletmek için kullanma

eğilimi göstermelerine dair bulguları, mevcut çalışma bulgularını destekler niteliktedir. Ek olarak; bu bulgular başka araştırmalarla da desteklenmekle beraber; (Andreassen vd. 2012, 510; Tutgun-Ünal, Deniz 2016, Andreassen vd. 2017); alan yazın incelemeleri sonucunda sosyal medya bağımlılığı ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki bulgularının değişken olduğu görülmektedir.

Mevcut çalışma bulgularında; katılımcıların kırılğan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizm puanlarının **cinsiyet** değişkenine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular; çalışmanın beklentileri ile uyuşmamakla beraber literatürdeki birçok bulguyla da çelişmektedir. Alan yazın incelendiğinde görülmektedir ki; birçok çalışma kırılğan narsisizmi kadınlarla daha ilişkili bulurken, bazı çalışmalarda ise; büyüklenmeci narsisizm erkeklerle daha ilişkili bulunmaktadır (Casale 2016: 4, Balcı, Gargarlık 2020: 136). Öyle ki; kadınların kırılğan narsisizm düzeylerinin daha yüksek çıkması, toplumsal cinsiyet algısı ile ilişkilendirilmiştir (Bora, Belendir, Ekinci 2019: 20). Mevcut çalışma bulgularında, cinsiyetin narsisizm ile ilişkili çıkmaması, ölçeklerden kaynaklanabileceği gibi, örneklemeindeki değişikliklerden de kaynaklanıyor olabilmektedir. Yapılan çalışmada katılımcıların sosyal kaygı toplam puanları ve korku/anksiyete alt boyut puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklı bulunmuştur. Çalışmada kadınların sosyal kaygı ve korku/anksiyete alt boyutu puanlarının erkekler katılımcıların puanlarından daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. DSM-5'e göre kadınlarda sosyal anksiyete bozukluğu yaygınlığı daha yüksektir (Amerikan Psikiyatri Birliği 2013). Benzer sonuçlar ilgili alan yazın incelendiğinde de bulunmuş ve yapılan birçok çalışmada kadınların sosyal kaygıya sahip olma ihtimalinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Stein vd. 2017; Bora vd. 2019: 20; Zentner vd. 2022). Yapılan çalışmadan elde edilen sonuç, alanda yapılan diğer çalışmalarla tutarlıdır. Yapılan araştırma sonucunda, yalnızlık ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu, alan yazında bulunan birçok araştırmayla tutarlı çıkmaktadır (Korkut, Gençtürk 2020: 227; Hedaynazarova vd. 2021: 192). Alan yazın incelendiğinde; çalışmalardan bazıları kadınların yalnızlık ile daha ilişkili olduğunu bulmuştur (Yüksel vd. 2020: 78). Alanyazındaki bu bulguların sebebi; yapılan çalışmalarda kullanılan UCLA Yalnızlık Ölçeğinin cinsiyetçi sosyal rollerin göz ardı edilmesi ile sonucun kadınların daha fazla yalnızlık ile ilişkilendirilmesi şeklinde çıkmış olabileceğini söylemektedir (Kozaklı 2006: 98).

Mevcut çalışmadan elde edilen bulgular göstermektedir ki, katılımcıların **çalışma durumu** sosyal medya bağımlılıklarıyla ilişkili bulunmamıştır. Yalnızca, duygu durum düzenleme alt boyutu açısından bir fark bulunmaktadır. Öğrenciler düzenli çalışan katılımcılara kıyasla duygu durum düzenleme puanları daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin çalışan kişilere kıyasla sosyal medya bağımlılıkları açısından duygu durum düzenleme alt boyut ölçeğinden aldıkları puanları anlamlı olarak daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan şu yorum çıkarılabilir ki; çalışıyor olmak beraberinde düzenli bir hayatı getirmekte, düzenli hayat ve çalışıyor olmak da sosyal medyada daha az duygu durum düzenleme ile ilişkilendirilebilir. Benzer şekilde; ilgili literatürdeki çalışmaların öğrenciler üzerinde yoğunlaşması, sosyal medya kullanımının öğrencilerde daha yoğunlukta görülmesi ile ilişkilendirilebilir (Çömlekçi, Başol 2019: 183; Arslan, Bardakçı 2021). Katılımcıların **eğitim**

**düzeyleriyle** sosyal medya bağımlılıkları arasında da çalışma durumlarında olduğu gibi anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde birçok çalışma bu bulguyu destekler niteliktedir (Uslu 2021: 386).

Yapılan çalışmada; katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar ve duygu durum düzenleme ölçeklerinden aldıkları puanlar il yine bu katılımcıların **çalışma durumu** ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmadaki verilere göre; öğrenci olan katılımcıların, çalışan olanlara göre sosyal medyada daha fazla duygu düzenlemek amacı ile bulunmaktadır. Araştırma hipotezi beklentilerinde katılımcıların sosyal medya bağımlılıklarının da çalışma durumlarına göre farklılaşması beklenmekteydi fakat bulgular bu beklentinin aksi yönde çıkmıştır. Literatür incelendiğinde; araştırmaların genel olarak öğrenciler ile yapılmış olması (Uslu 2021: 391) sebebiyle, sosyal medya bağımlılığının öğrencilerde, çalışan gruplara oranla daha yüksek çıkacağını düşündürmektedir. Benzer şekilde, alan yazın incelendiğinde birçok çalışmada öğrenci olan kişilerin çalışan kişilere kıyasla sosyal medya bağımlılığı ile daha fazla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır (Uslu 2021: 381). Bazı çalışmalarda ise çalışan olmak ve öğrenci olmak ile sosyal kaygı düzeylerinin farklılaşmadığı görülürken, işsiz olmanın bu anlamda farklı sonuçlar getirdiği görülmüştür (Jefferies, Ungar 2020: 17). Mevcut çalışmada; sosyal medya bağımlılığı toplam, sosyal kaygı- kaçınma alt boyutu, kırılğan ve büyülenmeci narsisizm ve yalnızlık düzeylerinin katılımcıların çalışma durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Yapılan çalışmadaki bulgular, sosyal medya bağımlılığı ve çalışma durumu ile ilgili alan yazındaki bulgularla benzer sonuçlar bulamamış ve araştırma beklentileri ile aynı yönde çıkmamıştır. Sonuçların alan yazından farklı olmasının sebebi; çalışmada katılımcıların yaş aralığının 18-35 yaş aralığında olması, öğrenci ve çalışan katılımcı sayılarındaki farklılıklar olabilmektedir. Mevcut çalışma bulgularında; sosyal kaygı toplam ve korku/anksiyete alt boyutu, çalışma durumu ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu sonucu bulunmuştur. Sonuçlara göre öğrenci olan katılımcılar, düzenli çalışan katılımcılardan daha fazla sosyal kaygı taşıyor olmaktadır. Sonuçların bu şekilde çıkması; öğrenci olmanın çalışan olmaktan daha fazla performans gerektirmesi ve yüz yüze iletişim gerektirmesi ile ilgili olabilmektedir.

Mevcut araştırmada, **medeni durum** değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı, kırılğan narsisizm, büyülenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık değişkenlerinin anlamlı bir şekilde ilişkili olup olmaması durumuna bakılmış ancak bu değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bekar bireylerin hayat memnuniyet düşüklüğü ile sosyal medyaya yönlenebileceğinin düşünülmesi ve alan yazın incelendiğinde bekar bireylerde sosyal medya kullanımının daha fazla olabileceğini gösteren çalışmaların varlığı (Andreassen 2017: 291) sebebiyle; katılımcıların medeni durumları ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin anlamlı olabileceği beklenmekteydi. Fakat yapılan analizler sonucunda beklendiği gibi bir ilişki bulunmamıştır. Sezer ve arkadaşlarının (2019: 171) yaptıkları çalışma sonucuna göre ilişkisi olan ve ilişkisi olmayanların yalnızlık düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Bazı çalışmalarda; bekar olmak yalnızlık ile ilişkilendirilmiş olup, evli

olan bireylerin çocuk ve eş durumundan dolayı daha az yalnız olacakları nedeniyle bekarların sosyal medya kullanımını daha fazla bulmuşlardır (Uslu 2021: 391; Arıbaş, Özşahin 2022: 42). Alan yazın incelemelerinden anlaşılmaktadır ki; yalnızlık ve medeni durumun ilişkisi netlik barındırmamaktadır.

Araştırmanın bir başka sonucu ise; **kardeş sayısının** araştırma değişkenleri ile istatistiksel bir anlamlılık oluşturmadığıdır. Yapılan çalışmada; kardeş sayısının katılımcıların yalnızlık puanlarında bir fark yaratacağı beklenmiş olup, sonuçlar beklenen doğrultuda bulunmamıştır. Sonuçlarla benzer şekilde; Yılmaz vd. (2008: 75) de yaptıkları çalışmada yalnızlık ve kardeş sayısı arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. İlgili alan yazın incelemelerinde, kardeş sayısı ile ilişkili net bir sonuç bulunmamaktadır.

Mevcut çalışma bulgularına göre; katılımcıların sosyal medya bağımlılık ölçeğinden alınan toplam puanlar ve tüm alt boyutlarından alınan puanların **psikiyatrik tanı** alıyor olma sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. İnternet ve sosyal medya kullanımının özellikle gençler arasında artışı, yoğunluğu bu kullanıma bağlı artabilecek farklı rahatsızlıkları gündeme getirebileceği gibi, psikolojik birçok rahatsızlıkla ilişkili olarak kullanım görülebileceği düşünülerek, psikiyatrik tanı ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının ilişkililiğinin anlamlı olacağı düşünülmüştür. Yapılan çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ve **psikiyatrik tanı alma ve psikolojik destek** ile ilişkisi sonuçları birbirinden farklı ilişki anlamlılık bulguları vermiştir. Mevcut çalışma analizlerinde, sosyal medya bağımlılığı puanları ve tüm alt boyutları ile psikiyatrik tanı alıyor olma değişkeni arasında anlamlı şekilde bir ilişki bulunmazken, psikolojik destek alma arasında ilişki bulunmuştur. Konuyla ilgili literatür araştırmaları yapıldığında; mental bozukluklar ile sosyal medya bağımlılığının ilişkisine vurgu yapıldığı görülmektedir (Szczygieł, Podwalski, 2020; Bozkurt, Bozkurt 2022). Özellikle gençlerin, günlük sıkıntılarından kaçmak, yüz yüze iletişimde yaşayacakları kaygıdan uzaklaşmak için sosyal medyayı tercih ediyor oluşları sebebiyle, sosyal medya bağımlılığının diğer ruhsal bozukluklarla ilişkisi, incelenmesi gereken bir ilişki olarak görülmektedir (Szczygieł, Podwalski 2020: 7). Alanyazın incelendiğinde, özellikle; depresyon, kaygı ve uyku bozukluğu tanıları ile sosyal medya kullanım yoğunlukları arasındaki ilişki dikkat çekmektedir (Demirci 2019: 20; Szczygieł, Podwalski 2020: 9). Kişilerin yaşayacakları kaygı, depresyon, suçluluk ve çaresizlik sosyal medya kullanımını artırabileceği gibi (Andreassen 2015: 178); kullanıma bağlı depresyon ve kaygı belirtilerinde artış da yaşanabilmektedir (Demirci 2019: 20). Mevcut çalışmadaki bulguların psikiyatrik tanı alma ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı ilişki bulunmaması, araştırma beklentileri ile örtüşmemektedir. Bulguların bu şekilde çıkmış olması, katılımcıların ruhsal sıkıntı çekiyor olabileceği fakat psikiyatrik tanı almamış olmaları sebebiyle olabilir. Bulgulardan elde edilen bir başka sonuç ise; sosyal medya bağımlılığı ve tüm alt boyutlarının psikolojik destek alıyor olmak ile olumlu yönde anlamlı ilişkili olduğu sonucu bulunmuş olmasıdır. Düşünülebilir ki; kişilerin belirli bir ruhsal sıkıntı yaşamaları psikolojik destek alıyor olmaları anlamına gelebileceğinden, yukarıda bahsedilen literatür

incelemelerinde görüldüğü üzere, sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik sıkıntı arasında ilişki olması beklenmekte olup, bulgular bu yönde bulunmuştur.

Mevcut çalışmada yapılan analiz sonucunda, kişilerden **sosyal medyada günlük olarak** 2-5 saat ile 5 saat ve 5 saat üzeri sürelerde vakit geçirenlerin 0-2 saat aralığından daha az süre sosyal medya kullananlara kıyasla daha güçlü bağımlılık puanı aldığı görülmüştür. Sosyal medyada bulunma süresi arttıkça, bağımlılık ihtimalinin artacağı beklenen bir sonuç olup, incelenen alanyazın ile de tutarlı sonuçlar olduğu görülmüştür (Ekşi vd. 2018: 731; Aktan 2018: 416; Çömlekçi ve Başol 2019: 183). Katılımcıların SMBÖ ve tüm alt boyutlarından alınan puanların da benzer şekilde sosyal medya kullanımına bağlı olarak arttığı görülmektedir. Düşünülebilir ki, kişilerin sosyal medyada vakit geçirme süresinin fazlalığı kişilerin sosyal medya ile meşgul olma, duygu durum düzenleme olarak sosyal medyada vakit geçirme, süre arttıkça kişilerin bu eylemleri tekrarlama ve sosyal medya ile ilgili çatışma yaşama durumları ile ilişkilendirilmektedir (Balcı, Gargarlık 2020: 136). Sonuçların günlük **internet kullanımı süresinin** sosyal medya bağımlılığı ve alt boyutlarında farklılık oluşturması açısından da benzer olduğu görülmüştür. İnternette kalınan süre arttıkça kişilerin bağımlılıkları da artmaktadır. Benzer şekilde yapılan araştırmadaki bulgular göstermektedir ki, kişilerin internette ve sosyal medyada vakit geçirme süreleri arttıkça kişilerin kırılğan narsisizm düzeyleri de artmaktadır. Balcı ve Gargarlık (2020: 136) yaptıkları çalışmada; kişilerde narsisizm düzeyi artışı ile günlük sosyal medya kullanım süresinde de artış yaşandığını bulmuşlardır. Kırılğan narsisizm boyutu ve sosyal medya bağımlılığının ilişkili olduğuna dair beklenti ile bu sonuç örtüşmektedir. Araştırma bulgularında yer alan, büyüklenmeci narsisizm ile sosyal medya bağımlılığının negatif yönlü ilişkisi ile sosyal medya kullanım süresi ve büyüklenmeci narsisizm arasında bulunan negatif ilişki birbirini doğrular şekilde olmakla beraber alanyazın ile çelişmektedir. Kişilerin kırılğan narsisizm ve sosyal kaygı puanlarının sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile pozitif yönlü ilişkili bulunması, sosyal kaygı ve sosyal medya kullanım süresi arasında bulunan pozitif anlamlı ilişki birbiri ile tutarlıdır. Söylenebilir ki; kişilerin **sosyal medya kullanım süresindeki** artışla beraber sosyal medya ile meşgul olmaları da artacak (Keles, McCrea, Grealish 2020: 88); duygu durum düzenleme, çatışma ve tekrarlama ihtimalleri artacaktır. Kırılğan narsisizm düzeyi yüksek olan kişiler ile sosyal kaygılı kişilerin sosyal medyada zaman geçirme açısından ihtimalleri daha yüksek olacağı söylenebilir.

Yapılan çalışmada; sosyal medya kullanım amaçları ile değişkenler arasındaki ilişkiye bakıldığında sosyal medya bağımlılığı puanları ve tüm alt boyut puanlarının **sosyal medya kullanım amaçları** açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Türkiye’de sıkça tercih edilen sosyal medya uygulamaları Facebook, Youtube, Whatsapp, FB Messenger ve Instagram şeklindedir (We are social,2019). Türkiye’de yapılan araştırmalarda; sosyal medyada en fazla vakit geçirilen uygulama olarak Instagram olduğu görülmektedir (Çömlekçi, Başol 2019: 180). Mevcut araştırmanın bulgularında elde edilen meşguliyet alt boyutu puanları, Instagram uygulaması tercih edenlerin Youtube ve diğer uygulamaları kullananlara göre yüksek çıkması bulgusu literatürle uyumaktadır. Kişilerin sosyal medya

kullanım amaçları değişkenlik göstermekle birlikte, çalışmadaki bulgular genel bulgularla örtüşmektedir.

Mevcut çalışmada bir diğer demografik değişken ise **yaştır**. 18-35 yaş aralığındaki katılımcılardan oluşan mevcut çalışmada, yaş değişkeni sosyal medya bağımlılığı ve diğer değişkenler açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Sosyal medya kullanımının ağırlıklı olarak gençlerde olduğunu düşünen Çömlekçi ve Başol, 18-28 yaşları arasındaki katılımcılarla yaptıkları çalışmada sosyal medya kullanımını incelemişlerdir. Ek olarak; Dailey ve diğerlerinin (2020: 162) yaptıkları çalışmada daha yaşlı insanların sosyal medya bağımlılıklarının daha zayıf olduğu görülmüştür. İlgili literatür incelemelerinde görülmektedir ki; çoğunluklar sosyal medya üzerine yapılan çalışmalarda örneklem olarak ergen bireyleri (Yüksel-Şahin, Öztoprak 2019; Güney, Taştepe 2020) ve üniversite öğrencileri (Tutgun-Ünal, Deniz 2015; Köse, Doğan 2019; Karadağ, Akçınar 2019; Dikmen 2021) tercih edilmektedir. Bu nedenle yaş mevcut çalışmada etken bir faktör olarak düşünülmüştür. Bunu ölçebilmek için mevcut çalışmada, 18-26 yaş aralığı ve 27-35 yaş aralığı olmak üzere iki grup belirlenmiştir. Çalışma bulgularına göre 26 yaş altı katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları 27 yaş üstü katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Sosyal medya kullanımının giderek her yaş grubunda yayılmasının yanında, sosyal medyanın kullanım amacı olarak gençlere daha fazla hizmet ettiği söylenebilmektedir (Çömlekçi, Başol 2019: 183). Mevcut araştırma bulgularında, meşguliyet ve duygu düzenleme puanlarının da benzer bir şekilde yaşla ilişkilendiği bulgusu, 18-26 yaş grubunun öğrenci olması ihtimalinin daha yüksek olması, ölçeğin aslının öğrenciler üzerinde olması gibi nedenlerle bulgular beklenildiği gibidir. Mevcut çalışmada narsisizm düzeyleri ve yaş grupları arasında anlamlı farklar bulunmuştur. 18-26 yaş arası gençlerin kırılğan narsisizm düzeyleri 27-35 yaş aralığından daha yüksek bulunurken, tam tersi büyüklenmeci narsisizm düzeyi için bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde, bu iki yaş aralığı birbirine yakın olduğundan net bir karara varılamazken, bazı çalışmalar daha genç yaşların büyüklenmeci narsisizm değerlerini yüksek bulurken (Hacıoğlu, 2018: 47), bazı çalışmalar tam tersini bulmuşlardır. Genç yetişkinler üzerine yapılan bir çalışmada, yaş ilerledikçe büyüklenmeci narsisizm özelliklerinin azaldığına dair sonuç elde edilirken, gençlerde narsisizm eğilimlerinin yüksek olmasının nedeninin, bu kişilerin kabul görme ile ilgili yaşadıkları sorunlarla başa çıkmak için narsistik savunma olarak büyüklenmeci davranışlar sergileyebilecekleri savunulmaktadır (Gezer 2017: 574). Bazı çalışmalar ise anlamlı bir fark bulamamıştır (Çoban, İrmiş 2019: 141).

## **5.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ile Değişkenler Arasındaki Korelasyonuna Yönelik Bulguların Tartışılması**

Mevcut çalışmada sosyal medya bağımlılığı ve alt boyutlarının, kırılğan narsisizm ve tüm alt boyut ölçekleri, büyüklenmeci narsisizm ve tüm alt boyut ölçekleri, sosyal kaygı ve tüm alt boyut ölçekleri ve yalnızlık ile ilişkisini görebilmek için Pearson Korelasyon analizleri yapılmıştır.

Mevcut çalışmada yapılan analizler sonucunda; kırılğan narsisizm ve alt boyut puanlarının, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisine bakıldığında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişkili bulunurken, büyüklenmeci narsisizmin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisine bakıldığında düşük düzeyde ve yönü negatif olan bir ilişkinin varlığı bulunmuştur. Narsisizm ve sosyal medya kullanımı arasında ilişki olduğunu savunan Buffardi ve Campbell (2008: 1304) yaptıkları çalışmada narsisizmin sosyal medya kullanımı ile ilişkinin üç yönünden bahsetmektedirler. Bunlardan ilki; narsistik özellikler gösteren bireylerin sosyal medya üzerinden sevilme dürtülerini, bağlantı kurdukları insanlarla sürekli iletişim beklentilerini karşılayabildikleri için narsisizm ile sosyal medyaya yönelimi arasındaki ilişkinin pozitif yönlü olduğunu doğrular yönde olacağıdır. İkincisi; narsisizmin, yüz yüze iletişimdeki sıcaklık, empati, yakınlık gibi kavramlardan uzak olduğundan dolayı sosyal medya kullanımını daha cazip hale getirmesidir. Üçüncüsü ise; sosyal medyanın, narsistik kişilik özelliklerine sahip kişilerin diğerleri ile ilişkilerini geliştirmek için bir fırsat sunmasından dolayı tercih sebebi olabileceğidir. Başka bir deyişle; sosyal medyada narsistik kültür yeniden üretilmekte ve narsisizm teşvik edilmektedir. Akkoz ve Erbaş (2020: 36)'a göre de bu çift yönlü bir ilişki taşımaktadır. Sosyal medya sitelerinin narsistik ihtiyaçlara cevap verebilmek, bu ihtiyaçları tatmin edebilmek ve bu narsistik davranışların ödüllendirilmesine imkân tanımaktadır. Bu ve benzer birçok araştırmada; büyüklenmeci narsisizm ile sosyal medya bağımlılığının pozitif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir (Casale 2016; Maccain, Campbell 2016: 318; Kong vd. 2020). Ego yükseltici bir etkisi olan sosyal medya araçlarının sağladığı bu imkan, egosunu tatmin etmek isteyenler için sosyal medyayı cazip kılmaktadır (Wang vd. 2012). Andreassen, Pallesen ve Griffiths (2017) yapmış oldukları araştırmalarında, sosyal medya bağımlılığı ile narsisizm arasındaki ilişkiyi düşük düzeyde fakat pozitif yönlü bir şekilde bulmuşlardır. Büyüklenmeci narsisizmi yüksek bireylerin sosyal medyada kendi fotoğraflarını daha sık paylaştığı bulgusu da platform tarafından yönetiliyor gibi görünüyor (Maccain, Campbell 2016:). Alanyazında hâkim olan büyüklenmeci narsisizm ile sosyal medya bağımlılığının pozitif ilişkisi, mevcut çalışma bulguları ile çelişmektedir. Bunun sebebi ise, kullanılan ölçeğin kırılğan narsisizm boyutu için daha uygun olması ile ilgili olabilmektedir. Ek olarak, büyüklenmeci narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasında ilişkinin negatif yönlü çıkmasının sebebi; kişilerin sosyal medya dışında da kendilerini var edebilmek için birçok fırsatlarının olması ile ilgili olabilir (Casale 2016: 4). Alan yazın incelendiğinde büyüklenmeci narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasında negatif ilişki bulan bazı çalışmalara rastlanılmıştır (Kong vd. 2020). Kong ve arkadaşları (2020: 268-269) yaptıkları çalışmada; büyüklenmeci narsisizm ve akıllı telefon kullanımının negatif ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bir yandan da, sosyal çevrimiçi öz düzenleme teorisi, kendini olumlu ifade etmek açısından açık narsistlerin yani; büyüklenmeci narsistlerin örtük narsistlere yani; kırılğan narsistlere göre yüz yüze iletişimi kullanmaya daha yatkın olduklarını göstermiştir (Ozimek vd. 2018: 173-174). Büyüklenmeci narsisizm kişinin ruh sağlığını besleyen onu geliştiren bir durum olarak görülürken; kırılğan narsisizm daha fazla düşük benlik saygısı ile eşleştirilmiş olması sebebi ile kırılğan narsisizmin büyüklenmeci narsisizme göre sosyal medya

kullanımı ve cep telefonu kullanımı ile daha fazla ilişkili görülmektedir (Kong vd. 2020: 270). Mevcut çalışmada; sosyal medya bağımlılığının tüm alt boyutları ile büyüklenmeci hayaller ve büyüklenmeci kendilik alt boyutları negatif yönlü ilişkili bulunmuştur. Diğer taraftan mevcut çalışma bulgularında, katılımcıların kırılğan narsisizm düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişki pozitif yönlü bulunmuştur. Mevcut çalışmadaki bulgular, kırılğan narsisizm özellikleri gösteren bireylerin sosyal etkileşimlerden kaynaklanan kaygıların daha fazla olduğunu ve çevrimiçi sosyal etkileşimleri gerçek dünyaya tercih etme olasılıklarının daha yüksek olduğunu gösteren önceki çalışmaları doğrular niteliktedir (Miller vd. 2012: 510; Casele, Fioravanti, Rugai 2016: 4; Ksinan, Vazsonyi 2016: 121; Kahraman, Sapanacı, Serbes 2020: 197). Mevcut çalışma bulgularında; SMBÖ alt boyutları ile kırılğan narsisizmin ilişkisi pozitif yönlü zayıf bir ilişki olarak bulunmuştur. Alt boyut bulguları, üst boyut bulguları ile tutarlıdır. Mevcut çalışma bulgularında, sosyal medya bağımlılığının duygu düzenleme alt boyutu kırılğan narsisizm ve kırılğan narsisizmin alt boyutları ile pozitif ilişkili bulunurken, büyüklenmeci narsisizm ve büyüklenmeci narsisizmin tüm alt boyut ölçekleri ile arasındaki ilişki negatif yönlü bir ilişki olarak bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde yapılan birçok çalışmada; kırılğan narsisizm ile duydu düzenleme güçlüğü arasında ilişki olduğu görülmüştür (Wolven 2015; Pierro vd. 2017; Aktaş, Şahin 2018). Czarna, Zajenkowski ve Dufner (2018) senesinde yaptıkları çalışmada; duygu düzenlemedeki güçlüklerin kırılğan narsisizmde, büyüklenmeci narsisizmden daha fazla görüleceğini varsaymaktaydılar. Öyle ki; kırılğan narsisizme sahip kişilerin duygu durumunu kabul etmeme, dürtü kontrol zorlukları, duygusal netlik eksikliği gibi olumsuz duygu durum düzenlemelerle pozitif ilişkili olduğu düşünülürken, büyüklenmeci narsisizmin duygusal zorluklarla negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Zhang vd. 2015). Bu anlamda düşünülebilir ki, mevcut çalışma bulgularından elde edilen kırılğan narsisizmin duygu düzenleme boyutu ile pozitif ilişkili çıkması, kırılğan narsisizm sahibi kişilerin, duygu düzenlemede güçlük çektikleri için sosyal medyayı bu amaçla kullanıyor oldukları sebebiyledir. Yapılan bir çalışmada; kırılğan narsistlerin, olumsuz duyguları düzenlemek için sosyal ağları büyüklenmeci narsistlere göre daha sık kullanma olasılıkları daha yüksek çıkmıştır (Casale vd. 2016: 4). Benzer şekilde bulgular; katılımcıların büyüklenmeci narsisizm puanları ile duygu düzenleme alt boyutu puanları arasındaki ilişkinin negatif yönlü olduğunu göstermiştir. Yani; büyüklenmeci narsistler duygu düzenleme amacıyla sosyal medyaya ihtiyaç duymamaktadırlar. Varsayılabilir ki, büyüklenmeci narsisizm ile duydu düzenleme güçlüğü arasındaki negatif ilişki (Pierro, Sarno, Madeddu 2017; Zhang vd. 2017) nedeniyle; mevcut çalışma bulgularındaki büyüklenmeci narsisizm ve duygu düzenleme alt boyutu arasındaki negatif ilişki açıklanabilmektedir. Alan yazın incelemelerinde; kırılğan narsisizm birçok duygusal sorunla ilişkili bulunmuştur (Loeffler vd. 2020: 8). Bu açıdan bakıldığı zaman, mevcut çalışma bulgularında yer alan kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılığının tüm alt boyutları arasında bulunan pozitif ilişki, kırılğan narsisizmin duygusal birtakım sorunlar yaşaması ile bağlantılı olduğundan kaynaklandığını düşündürtebilir. Mevcut çalışma bulgularında sosyal medya kullanım süresi artışı ile kırılğan narsisizm puanları artışı ilişkili bulunmuştur. Yani; kırılğan narsisizm

özelliği gösteren kişilerin sosyal medya süresi kullanımı ilişkili çıkmıştır. Mevcut çalışmadaki meşguliyet alt boyutu ile kırılğan narsisizm arasındaki pozitif anlamlı ilişki bu açıdan yorumlanabilir. Kırılğan narsisizm özelliği gösteren bireyler bu açıdan bakıldığında, sosyal medyada kullanım sürelerine bağlı olarak sosyal medya ile daha meşgul oldukları söylenebilir. Diğer taraftan mevcut bulgularda, SMBÖ tüm alt boyutlarının büyüklenmeci narsisizm ile negatif yönlü ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu göstermektedir ki; sosyal medyayla meşgul olan, sosyal medyada duygu durumunu düzeltmek için bulunan, sosyal medya kullanımı ile ilgili çatışmalar yaşayan ve bırakmaya çalışsa da çoğu kez tekrar tekrar kullanıma başlayan ve bu bağımlılık örüntülerini gösteren kişiler, bu çalışmada daha fazla kırılğan narsistik özellikler ile ilişkilendirilmiştir. Büyüklenmeci narsisizm özelliği gösteren kişilerin sosyal medyadan uzaklaşmış olduğu görülmektedir. Bu bulgu, büyüklenmeci narsisizm ve sosyal medya kullanımına dair alanyazın ile çelişmiş olmakla beraber kırılğan narsisizm için tutarlı bir bulgudur.

Yapılan çalışmadaki analiz sonuçları göstermektedir ki katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ve sosyal kaygı düzeylerinin ilişkisi pozitif yönlü zayıf bir ilişkidir. Benzer şekilde katılımcıların kırılğan narsisizm ve sosyal medya bağımlılıkları arasında da pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Kırılğan narsisizm ve sosyal kaygı taşıyan kişilerin pozitif bir şekilde sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili çıkması beklenmekte olup, sonuçlar bu beklentiyi doğrulamıştır. Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı arttıkça sosyal kaygı düzeyleri de artmaktadır. Alan yazın incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışmanın varlığından söz edilebilir (Aktan 2018; Chen 2019; Kıran 2020: 440). Sosyal medya bağımlılığının yanı sıra cep telefonu kullanımı yoğunluğunun sosyal kaygılı bireylerde daha fazla olduğuna dair çalışmalar da mevcuttur (Darcin vd. 2016). Sosyal kaygı belirtileri artan bireylerde, sosyal kaygı gerçek zamanlı ilişkilerden kaçınmaya neden olduğu için akıllı telefona bağımlılık riski artmaktadır (Darcin vd.2016: 524). Bu çalışmalarda bu ilişkinin yönü genel olarak pozitif çıkmakla beraber, hangisinin hangisine sebep olduğu ise tartışmalı bir konudur (Vanucci 2017). Bilge ve arkadaşları (2020: 231) yaptıkları çalışmada sosyal kaygısı bulunan bireylerin bulunmayan bireylerden daha fazla sosyal medya kullanacağını iddia ederken; sosyal medyanın kullanıma bağlı olarak sosyal kaygıyı arttırdığı da söylenebilir (Kahraman, Sapancı, Serbes 2020: 197). Sonuç olarak, sosyal medya kullanımı, bu kullanım nedenleri ve sosyal kaygı arasında ilişkinin varlığı birçok çalışma ile desteklenmiş olup, mevcut çalışma bulgularının alan yazın ile tutarlı olacak şekilde olduğu görülmüştür. Mevcut çalışma bulgularında; katılımcıların SMBÖ tüm alt boyut ölçeklerindeki puanları ile sosyal kaygı/korku ve kaçınma alt boyut puanları pozitif yönde zayıf ilişkili bulunmuştur. Açıklandığı gibi, sosyal ortamdan çekinen korkan ve birtakım endişeler yaşayan birey sosyal medya ile meşgul olmakta, duygularını sosyal medyada düzenlemektedir. Sosyal kaygı ve sosyal kaygının alt boyutları olan kaçınma ve kaygı puanlarının psikiyatrik tanı alma durumlarına göre anlamlı olarak farklılaşması ve psikiyatrik tanı alan katılımcıların bu puanlarının psikiyatrik tanı almayan katılımcılardan daha yüksek olması; sosyal kaygının birtakım patolojilerle ilişkilendirilmesi ile

yorumlanabilir. Bu da söylenebilir ki; bağımlılığın ıraksak sebeplerinden olan (Ögel 2012:128-129) psikopatolojilerin sosyal kaygılı bireylerle ilişkili çıkmış olması, sosyal kaygılı bireylerin tüm alt boyutlarda, sosyal medya bağımlılığının tüm alt boyutları ile ilişkili çıkmasını açıklıyor olabilmektedir.

Yapılan çalışmadaki bir diğer bulgu ise; kırılğan narsisizm ile sosyal kaygı arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki olduğudur. Bora ve arkadaşlarının (2019: 20) yaptıkları çalışmada bulunan korelasyon analizi sonucunda kırılğan narsisizm ile kaygı ve kaçınma arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki saptanırken, büyüklenmeci narsisizm ve sosyal kaygı ölçeğinin alt boyutları arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Ek olarak; alan yazında, sosyal kaygı ve kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ile pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Sosyal kaygılı bireylerle benzer şekilde; kırılğan narsisizm belirtileri gösteren kişilerin sosyal etkileşimlerden dolayı yaşadıkları kaygı sebebi ile çevrimiçi iletişimi tercih etmeleri (Ksinan, Vazsonyi 2016: 121); bu tercihin de kaygıyı daha fazla beslediği (Kim vd. 2009) belirtilmiştir. Bir başka çalışmada ise, Ksinan ve Vazsonyi (2016: 121) büyüklenmeci narsisizmi yüksek olan kişilerin öz yeterliliğini de yüksek bulurken, sosyal etkileşimlere karşı duydukları kaygının ise düşük olduğunu bulmuşlardır. Yani çalışmamızdaki bulgularla da örtüşen bir sonuç olarak; Ksinan ve Vazsonyi (2016) sosyal kaygı ve büyüklenmeci narsisizm arasında negatif bir ilişki bulmuştur. Mevcut çalışma bulgularında; sosyal kaygının, kaygı ve kaçınma alt boyut puanlarının sosyal medya bağımlılığı ile pozitif yönde ilişkili çıkması, sosyal medyayı kullanan kişilerin çevrimiçi olmayan sosyal ortamdan kaçınmak için sosyal medya kullandığını desteklemektedir. Bu yöndeki bulgular göstermektedir ki, kişiler yaşadıkları kaygılarla baş edemeyip kaygı ve korku yaşayıp sosyal medyayı tercih ediyor olabilirler (Darcin vd. 2016: 524). Çalışma bulguları, sosyal kaygı ve kırılğan narsisizm ile pozitif ilişki bulurken, sosyal kaygı ve büyüklenmeci narsisizm arasında negatif ilişki bularak, beklentileri karşılar şekildedir.

Mevcut araştırmanın bulgularından biri de yapılan korelasyon analizleri sonucu kırılğan narsisizmin yalnızlık ile ilişkisi pozitif yönlü zayıf bir ilişki olarak bulunmuştur. Bu bulgu diğer araştırmalar tarafından da desteklenmektedir (Twenge, Campbell 2009; Krizan, Herlache 2018). Çağlayaner ve Okutan (2021)'ın yaptıkları araştırmada reddedilme duyarlılığı yalnızlığın aracı rolü olarak kırılğan narsisizm bulunmuştur ve yalnızlık ile kırılğan narsisizmin pozitif yönlü anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Kırılğan narsist bireylerin iletişimden uzak durmakta olması (Czarna, Dufner, Clifton 2014: 44) sebebi ile yalnızlık puanlarının yüksek olması olağan görülmektedir. Benzer şekilde, yapılan bir çalışmada kırılğan narsisizm ile cep telefon kullanımı pozitif ilişkili bulunurken, aynı zamanda yalnızlık ve cep telefon kullanımı pozitif ilişkili bulunmuş olup, çalışmanın bu bulgusu sonucunda, kırılğan narsisizm ve yalnızlığın ilişkilendirilebileceği yorumlanmıştır (Darcin vd. 2016: 524).

Mevcut çalışma bulgularında; kişilerin yalnızlık düzeylerinin sosyal medya bağımlılık toplam puanları ve alt boyut puanları arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişkili bulunmuştur. Yani kişilerin yalnızlık

düzeyleri arttıkça bağımlılıkları da artacaktır. Bulgular; incelenen alan yazın ile tutarlıdır (Rachubińska, Cybulska, Grochans 2021: 1987). Psikososyal bir değişken olan yalnızlık, sosyal medya bağımlılığı değişkenleri açısından incelendiğinde; yalnızlığın hem sebep (Primack vd. 2017: 7) hem de sonuç (Dossey 2014) olabileceği görülmektedir. Kurt ve Bayrakçı (2021) yaptıkları çalışmada sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlığın pozitif ilişkili olduklarını bulmuş ve yalnızlığın sosyal medya kullanımı ile artabileceği için bu anlamda önlem alınmasını uygun görmüştür. Yine benzer şekilde bu çalışmalarında, yaptıkları regresyon analizi sonucu sosyal medya bağımlılığının yalnızlığı yordadığını bulmuşlardır. Karapetsas ve diğerleri (2015: 8) tarafından yapılan çalışmada; yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında doğrudan bir ilişki olduğunu göstermiş ve internet bağımlısı gençlerin, bağımlı olmayan gençlere kıyasla daha yüksek yalnızlık oranlarına sahip olduğunu bulmuşlardır. Mevcut çalışma bulgularında yer alan yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki anlamlı ilişki, alan yazın tarafından desteklenmektedir.

### **5.3. Sosyal Medya Bağımlılığı Yordayıcılarına Yönelik Doğrusal Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması**

Yapılan çalışmada katılımcıların kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeylerinin sosyal medya bağımlılıklarında etkili olacağı hipotez edilmiştir. Bu hipotezi test edebilmek amacıyla, öncelikle korelasyon analizi yapılmış ardından kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı üzerinde açıklayıcı gücü olup olmadığını görebilmek için çoklu regresyon modeli kullanılarak analiz yapılmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda kırılğan narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlığın sosyal medya üzerinde anlamlı şekilde yordayıcı güçleri olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucu bu model, sosyal medya bağımlılığı-toplam puanları varyansının %28.8'ini açıklamaktadır. Model içerisinde sosyal medya bağımlılığını en güçlü kırılğan narsisizmin yordadığı görülmüştür. Üçünün arasında en az yalnızlığın yordayıcı gücü olduğu görülmüştür. Beklenenin aksine; büyüklenmeci narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerinde yordayıcı bir gücü bulunmamıştır. Bulguların kısmen hipotezi doğrulamakla beraber, çelişen noktalar da bulunmuştur. Bu bölümde; ilgili literatür çerçevesinde bulgular tartışılacaktır.

Mevcut çalışmanın bulgularında; kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığını açıklamada bir etkisi olduğu görülmektedir. Kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığını açıklamadaki yordayıcı gücü literatür tarafından da desteklenmektedir (Liu, Ma 2018: 55-59; Hawk vd. 2019: 72; Şafak, Kahraman 2019: 6; Kong vd. 2020). Yapılan bir çalışmada (Ksinan, Vazsonyi 2016: 121), kırılğan narsisizmi daha yüksek olan kişilerin sosyal etkileşimlerde daha fazla sorun yaşadığını ve sosyal etkileşimden kaynaklanan bir kaygı yaşadığını bulmuş olup, kırılğan narsisizmi yüksek olan kişilerin gerçek etkileşimlerden ziyada çevrimiçi sosyal etkileşimleri tercih etmelerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Yapılan bir araştırmada, kırılğan narsisizm özelliği gösteren katılımcıların sosyal medyada daha fazla güvende hissettiği bulgusu elde edilmiştir (Casele, Fioravanti, Rugai 2016: 4). Sosyal

medyada oluşan bu güven duygusu, bu kullanımın sosyal ağların sorunlu kullanımının bir habercisi olarak düşünülmesiyle beraber; iddia edildiği gibi kırılğan narsisizmi güçlü olan kişilerin daha fazla sosyal medya kullanımı ile ilişkilendirileceği beklentisini destekler niteliktedir. Sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarına bakıldığında kırılğan narsisizmin fark edilmeye yönelik beklentiler alt boyutu, tüm sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarını yordamıştır. Kırılğan narsisizme sahip kişilerin bir takım kaçınma davranışları ile sosyal medyaya yönelebilecekleri, sahip oldukları utanç duygusu, reddedilme ve dışlanma kaygısı ile sosyal ilişkilerinden kaçınabilmek için bu davranışları sergiledikleri söylenebilir (Dickinson, Pincus 2003). Yapılan çalışmadaki bir başka yordayıcı güç ise, sosyal kaygıdır. Baltacı (2019: 78), öğrencileri çalışma grubu olarak belirlediği bir çalışmada, sosyal kaygının sosyal medya bağımlılığını yordadığını bulmuştur. Sosyal kaygı yaşayan bireyler, yüz yüze iletişimde kaygı yaşayacakları için buradan uzaklaşarak sosyal medya tercih edebilmektedirler (Savcı 2017). Chen ve arkadaşlarının (2019: 7) yaptıkları çalışmada, sosyal kaygının ileriye dönük olarak sosyal ağlar bağımlılığı ile ilişkili olduğu bulunmuş olup, insanların sosyal ağları, sosyal kaygılarını azaltmak için kullandıklarını buldular. Özellikle sosyal kaygının kaygı alt boyutu sosyal medya bağımlılığının toplam puanlarını ve tüm alt boyutlarını yordamıştır. Söylenebilir ki; sosyal kaygı sosyal medya bağımlılığını yordamaktadır (Nguyen vd. 2020: 268). Sosyal medya ortamları, yüz yüze iletişimin sebep olduğu kaygıların devre dışı kalabileceği bir ortam imkânı sunmasından dolayı tercih sebebi olabilmektedir.

Mevcut çalışma bulgularından elde edilen sonuçlara göre; yalnızlık sosyal medya bağımlılığını ve alt boyutlarını yordamaktadır. Yalnızlığın sosyal medyayı yordayacağını (Primack vd. 2017: 7; Arıbaş, Özşahin: 2021) gösteren birçok çalışma mevcuttur. Turan (2018: 428) yaptığı çalışmada; mesajlaşma ve yalnızlık arasında bulunduğu negatif yönlü ilişki; sosyal medya kullanımında yalnızlıktan kurtulmak isteyen kişilerin başa çıkma olarak sosyal medyaya yöneldiğine dikkat çekmiştir. Başka bir ifadeyle ise; yalnızlık algısına sahip kişiler, sosyal medyaya yönelerek, daha fazla yalnızlıklarını beslemekte, sosyal ortamlardan uzaklaşmaktadır. Bu sosyal ortamdan uzaklaşma da kişilerin kaygılarını arttıracaktır (Boursier vd. 2020: 6).

Kırılğan narsisizm ve sosyal kaygının benzer yönlerden sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olabileceği, mevcut çalışmada tartışılmıştır. Beklenildiği gibi, model, bu iki değişkenin yordayıcı gücünün olduğunu desteklemiştir. Kırılğan narsisizm ve sosyal kaygılı bireylerin, açıklandığı gibi; yüz yüze iletişim yerine sosyal medyayı tercih etmeleri, sosyal medya bağımlılığına götüren yolda benzer sebepler olarak görülmektedir. Benzer şekilde; yalnız olduğunu düşünen bireyler sosyal medya kullanımına yönelmekte, yalnızlıklarını sosyal medya aracılığı ile gidermek amacı taşıyabilmekte oldukları söylenebilir. Öyle ki; yüz yüze iletişimde tetiklenme ihtimali taşıyan kırılğan narsistler (Fries vd. 2015: 890) ve sosyal kaygılı bireyler (Darcin vd. 2016: 524) bu yönleri ile benzerlik taşımakta olup sosyal medya bağımlılığını yordamaktadırlar (Ksinan, Vazsonyi 2016: 121; Savcı 2017).

Mevcut çalışmada, büyüklenmeci narsisizmin sosyal medya bağımlılığı toplam ve alt boyutlarını yordayıcı gücü çıkmamıştır. Yapılan çalışma bulgularında, korelasyon analizi sonuçlarına göre büyüklenmeci narsisizm ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki negatif ilişkinin de gösterdiği gibi, bulgular beklenilenin aksi yönünde çıkmıştır. Alanyazın incelendiğinde, narsisizmin büyüklenmeci yönü ile sosyal medya bağımlılığı arasında yapılan çalışmaların çokluğu söz konusudur (Avcılar, Atalar 2019). Narsisizmin daha çok büyüklenmeci yönünü ortaya çıkaran bir envanter kullanılarak yapılan bir çalışmada; büyüklenmeci narsisizmin sosyal medya bağımlılığını yordayıcı gücü bulunmuştur (Balcı, Sarıtaş 2019: 705). Bulguların beklenilenin aksi yönde çıkması, kullanılan ölçeğin narsisizmin daha çok kırılğan yönünü ölçüyor oluşu ile ilgili (Şen, Barışkın 2019: 8) olabileceği gibi; çalışma grubunun büyüklenmeci narsisizm ile daha az ilişkili olmasından kaynaklanıyor olabilir. Kullanılan ölçeğin, öz değerlendirme ile cevaplanıyor oluşu, büyüklenmeci narsist bireylerin soruları cevaplarken yanlı yanıtlamış olma ihtimallerinin bulunması, sonuçların beklenilenin aksi yönde çıkmasına sebep olmuş olabilir.

Sorunlu internet kullanımının bilişsel davranışçı modelinde altta yatan ıraksak nedenlerden biri de psikopatolojilerdir. Psikopatolojiler, insanları bağımlılığa eğilimli hale getirebilir. Birçok çalışmada depresyon, sosyal anksiyete ve madde bağımlılıkları internetin sorunlu kullanımı ile ilişkilendirilmiştir. İnternetin tek başına bağımlılık olmadığı, internet bağımlılığının diğer hastalıklarla beraber görülme olasılığı bulunduğu bahsedilmiştir (Yeşilay 2017: 15). Bu psikopatoloji durumunu ortadan kaldırdığımızda sorun ortadan kalkmaz ama psikopatoloji durumu ıraksak sebeplerden de biridir (Ögel 2012: 128-129). Bu anlamda, mevcut çalışmadaki değişkenlerin sosya medya bağımlılığını yordamış olmaları, sosyal medya bağımlılığı ile mücadele açısından önem taşımaktadır.

#### **5.4. Sonuç**

Bu çalışmada, yaş aralığı 18 ile 35 yaş olan genç yetişkin bireylere yönelik sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri incelenmiştir. Çalışma 461 kişinin katılımı ile gerçekleşmiş olup elde edilen sonuçlar şu şekildedir;

1. Katılımcıların duygu durum düzenleme ölçeği puanları cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Kadın katılımcıların duygu durum düzenleme puanlarının erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.
2. Katılımcıların duygu durum düzenleme alt ölçeğinden aldıkları puanlarının çalışıyor olma durumları açısından anlamlı düzeyde istatistiki olarak farklı olduğu görülmüştür. Öğrenci olan katılımcıların düzenli çalışıyor olanlara kıyasla duydu durum düzenleme ölçeğinden aldıkları puanlar daha yüksek bulunmuştur.
3. Sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin tüm alt boyut puanlarının psikolojik destek alma değişkenince değerlendirildiğinde anlamlı seviyede bir fark olduğu belirlenmiştir. Bu anlamda, psikolojik destek

aldığını belirten kişilerin sosyal medya bağımlılığı ölçeği ve tüm alt boyut ölçeklerinden aldıkları puanlarının psikolojik destek almayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4. Sosyal medya bağımlılık ölçeği toplam puanları ve tüm alt boyut puanlarının günlük internet kullanımı açısından anlamlı düzeyde istatistiki bir fark olduğu belirlenmiştir. Günlük internet kullanım süresi arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyinde de artış olacağı görülmüştür.

5. Sosyal medya bağımlılığı toplam ve alt boyut puanlarının günlük olarak sosyal medyayı kullanımına göre anlamlı düzeyde istatistiki olarak farklı olduğu görülmüştür. Post Hoc analizine göre, günlük sosyal medya kullanımı 2-5 saat ve 5 saat ve daha fazla olan katılımcıların 0-2 saat olan katılımcılara göre sosyal medya bağımlılığı toplam puanları ve alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Günlük sosyal medya kullanımı 5 saat ve daha fazla olan katılımcıların 2-5 saat olan katılımcılara göre meşguliyet puanları daha yüksek bulunmuştur.

6. Sosyal medya bağımlılığı toplam puanları ve tüm alt boyut puanlarının sosyal medyayı kullanma amaçlarına yönelik yapılan analizlerde anlamlı seviyede farklılaşma olduğu görülmüştür. Facebook kullananların Twitter kullananlara ve diğer uygulamaları tercihlerine kıyasla sosyal medya bağımlılığı puanları daha fazla çıkmıştır. Instagram uygulamasını tercih edenlerin Youtube ve diğer uygulamaları kullananlara göre meşguliyet alt boyut puanları daha yüksek çıkmıştır. Facebook kullananların Instagram, Youtube, Twitter ve diğer uygulamaları kullananlara göre çatışma alt boyutu puanları daha yüksek çıkmıştır.

7. Sosyal medya bağımlılığı toplam puanları ve alt boyut puanlarının yaş farkları açısından değerlendirildiğinde anlamlı olarak istatistiki açıdan fark olduğu sonucu elde edilmiştir. 26 yaş ve 26 yaşının altındaki kişilerin sosyal medyaya bağımlılık toplam puanları, meşguliyet alt boyut ve duygu durumu düzenleme alt boyut puanlarının 27 yaş ve üzerindeki katılımcıların puanlarına kıyasla daha fazla olarak bulunmuştur.

8. Sosyal medyada bağımlılık toplam puanları; kırılğan narsisizm toplam ve tüm alt boyutları, sosyal kaygı ve alt boyutları ve yalnızlık ile pozitif yönlü ilişkili bulunurken, büyüklenmeci narsisizm ve büyüklenmeci hayalleri alt boyutu ile ilişkisi negatif yönlü olarak bulunmuştur

9. Sosyal medya bağımlılığı tüm alt boyutları, kırılğan narsisizm ve alt boyutları ile pozitif ilişkili çıkarken, büyüklenmeci narsisizm ve büyüklenmeci hayaller ile negatif yönlü ilişkili bulunmuştur.

10. Sosyal medya bağımlılığı tüm alt boyutlarının sosyal kaygı alt boyutlarıyla pozitif ilişkili olduğu sonucu bulunmuştur.

11. Sosyal medya bağımlılığı tüm alt boyutlarının yalnızlık değişkeni ile ilişkisi pozitif yönlü olarak bulunmuştur.

12. Sosyal medya bağımlılığı toplam puanlarını; en fazla kırılğan narsisizm yordarken, sosyal kaygı ve yalnızlık da yordayıcı gücü çıkmıştır. Büyüklenmeci narsisizmin yordayıcı yönü bulunmamıştır.

13. Kırılğan kendilik, fark edilmeye yönelik beklentiler, korku ve kaygı alt boyutlarının sosyal medya bağımlılığı toplam puanları üzerinde yordayıcı gücü bulunmuştur.

14. Yalnızlık değişkeninin sosyal medya bağımlılık toplam puanları ve tüm alt ölçek puanları için yordayıcı gücü bulunmuştur.

## **5.6. Araştırmanın Güçlü Yönleri ve Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler**

Mevcut çalışmada sosyal medya bağımlılığını yordayabilecek değişkenler, yapılan literatür incelemeleri sonucunda belirlenmiştir. Yapılan çalışmada, beklenildiği gibi, genç yetişkinlerde kırılğan narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığını yordayıcı gücü bulunmuştur. Yapılan çalışma bu anlamda beklenileni vermiş olup, çalışma bulgularının konu ile ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Büyüklenmeci narsisizmin genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığını yordayıcı gücü çıkmaması beklenen bir durum olmamaktadır. Sonucun bu şekilde çıkmış olması; kullanılan ölçekle ilgili olabileceği gibi, seçilen yaş grubunun büyüklenmeci narsisizm için daha az ilişkili olabileceğinden kaynaklanabilmektedir. Bu anlamda benzer çalışma farklı yaş gruplarında yapılabilir.

Araştırmada kullanılan değişkenlerin alt boyutları çok fazladır. Alt boyutlar açısından yorumlanmak istendiğinde, yorumlamak oldukça güç olmuştur. Bu kadar fazla alt boyutun dahil olduğu bir çalışmada, değişken sayısının azlığı, yorumlamaları geliştirebilir. Bu yüzdendir ki, sosyal medya bağımlılığı ve narsisizm arasındaki ilişkiyi, bu ölçeklerle, ayrı bir çalışma olarak yapmak çalışmanın daha iyi yorumlanmasına yardımcı olacaktır.

Katılımcı sayısı 461 olan çalışmanın bu katılımcı sayısı yeterli görülmeyle beraber, daha fazla katılımcı sayısı ile çalışmalar yapılabilir.

Sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiye bir değişken aracı modeli ile daha detaylı bir çalışma yapılabilir.

Mevcut çalışma için literatür taraması yapılırken, sosyal medya bağımlılığı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi gösteren çalışmalara rastlanmıştır. Yine benzer literatür taramalarında, narsisizm, benlik saygısı ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisini inceleyen çalışmalar dikkat çekmektedir. Kırılğan narsisizm ve büyüklenmeci narsisizmin sosyal medya kullanımındaki rolünü incelemek için yapılacak olan çalışmalarda benlik saygısı dahil edilmesi, bu ilişkileri çalışmak için önemli olabilir.

Kullanılan patolojik narsisizm envanteri, büyüklenmeci narsisizmi tam olarak yansıtmadığı düşünülmektedir. Yapılacak başka bir çalışmada, kırılğan narsisizm boyutu için bu ölçek tercih edilirken, büyüklenmeci narsisizm boyutu için bir başka ölçek kullanılması, büyüklenmeci narsisizm

için daha doğru sonuçlar verebilir. Ek olarak söylenebilir ki; ölçeklerin öz bildirim ölçeği olması, özellikle büyülenmeci narsisizm için, kişilerin farkındalığının düşük olabilmesi ihtimalinden dolayı, kişilerin cevaplarının kendilerine dair pozitif olarak yanlı bir şekilde cevaplama ihtimallerini arttırmaktadır. Bu anlamda; ileriki çalışmalar, farklı yöntemler ile gerçekleştirilebilir.

Yapılan çalışma, sosyal medya bağımlılığı ile ilgili literatüre katkı sağlayacağı gibi, bulgular klinik alanda bağımlılığın gözlemlenebilmesi ve değerlendirmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ek olarak; literatürdeki çalışmalara bakıldığında, kısıtlı olarak araştırıldığı görülen kırılğan narsisizmin çalışmaya dahil edilmiş olması alanyazına bu anlamda katkı sağlayacaktır. Sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak bu dört değişkenin çalışılması, çalışmaya özgünlük değeri katmaktadır. İlerleyen çalışmalarda, bu değişkenler ile hiyerarşik regresyon analizi yapılarak çalışma geliştirilebilir.

Kırılğan narsisizm, narsisizm kavramının önemli bir alt boyutudur. Öyle ki, alan yazın incelendiğinde görülmektedir ki, birçok patolojik kavram, duygu durum bozuklukları, yalnızlık gibi kavramlar, büyülenmeci narsisizmden daha çok kırılğan narsisizm ile ilişkilendirilmiştir. Mevcut çalışmada, kırılğan narsisizm boyutunu ve yalnızlık değişkeninin inceleniyor olması çalışmanın güçlü bir yönüdür. Mevcut çalışma bu anlamda önemli bir değer taşıırken, kavramlar diğer değişkenler sebebi ile tam olarak tartışılmamıştır. Sosyal medya bağımlılığının yalnızlık ve kırılğan narsisizm açısından ayrı bir şekilde ele alınması, sosyal medya bağımlılığının sebeplerini ve etkilerini görebilmek açısından daha etkili olacaktır. İleride yapılacak olan çalışmalar konu seçiminde buna dikkat edebilirler.

Yalnızlık kavramının başlı başına günümüz dünyasında birçok patolojik kavramın sebebi olduğu görülmektedir. Mevcut araştırma özelinde yalnızlık kavramı yüzeysel geçilmiştir. Yalnızlık kavramının tek başına sosyal medya bağımlılığı ile detaylı bir şekilde çalışılmasına alanyazında ihtiyaç olduğu görülmekle beraber böyle bir çalışmanın klinik anlamda da önemli bir katkısı olacağı düşünülmektedir. Bununla beraber, yalnızlık kavramının başlı başına kendisinin araştırılması, ilişkili başka değişkenlerle çalışılması, günümüz insan psikolojisini anlama ve sosyolojik ve psikolojik analizler açısından önem taşımaktadır. Özellikle pandemi süreci sonrası yalnızlık kavramının, Türkiye özelinde görülen depresyon ve kaygı durumlarının önemli belirleyicisi olduğu düşünülmektedir. Bu açıdan bakıldığında kavram başlı başına önem taşımaktadır. Mevcut çalışma özelinde, bu kavram olabildiğince diğer kavramlarla ilişkilendirilerek çalışılmış ve tartışılmıştır. Mevcut çalışma bulguları, ileriki çalışmalar için bir kaynak niteliği taşımaktadır.

## KAYNAKÇA

- Aboujaoude, E. (2010), "Problematic Internet use: an overview", *World Psychiatry*, 9/2, 85.
- Ahn, H., Kwolek, E.A., & Bowman, N.D. (2015), "Two faces of narcissism on SNS: The distinct effects of vulnerable and grandiose narcissism on SNS privacy control", *Computer Human Behavior*, 45: 375-381.
- Akhtar, S., Thomson, J. A. (1982), "Overview: Narcissistic personality disorder" *The American Journal of Psychiatry*, 139/1, 12-20%
- Akhter-Khan, S. C., Tao, Q., Ang, T. F. A., Itchapurapu, I. S., Alosco, M. L., Mez, J., Piers, R. J., Steffens, D. C., Au, R., Qiu, W. (2021), "Associations of loneliness with risk of Alzheimer's disease dementia in the Framingham Heart Study", *Journal of the Alzheimer's Association*, 17/10: 1619-1627. Doi:10.1002/alz.12327.
- Aksoy, M.E. (2018), "A Qualitative Study on the Reasons for Social Media Addiction", *European Journal of Educational Research*, 7/4: 861- 865.
- Aktan, E. (2018), "Sosyal medya ve sosyal kaygı: Sosyal medya kullanıcıları üzerine bir araştırma", *Selçuk İletişim*, 11/2: 35-53.
- Aktaş, A.; Şahin, M. (2018), "Narsistik özellik, öz-şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi", *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5/6: 362-374.
- Alexandrova, N., Babakova, L., Murtazina, I., Strizhitskaya, O., Petrash, M., Chankova, Y. (2021), "Comparative analysis of the experience of loneliness between Bulgarians and Russians", *Proceedings of CBU in Social Sciences*, 2: 1-6. Doi: 10.12955/pss.v2.194
- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, Beşinci Baskı (DSM-5). (Çev. Ed.: E Köroğlu). Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Andreassen, C. S. (2015), "Online social network site addiction: A comprehensive review", *Current Addiction Reports*, 2/2: 175-184.
- 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.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., Pallesen, S. (2012), "Development of a Facebook addiction scale", *Psychological reports*, 110/2: 501-517.
- 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.

- Arı, A., Cergibozan, R. (2018), "Sustainable Growth in Turkey: The Role of Trade Openness, Financial Development, and Renewable Energy Use", Yülek, M. (Ed.), *Industrial Policy and Sustainable Growth*, Dordecht: Springer: 435-456.
- Arslan, A., Bardakçı, S. (2021), "Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi", *Milli Eğitim Dergisi*, 50/230: 899-922.
- Avcılar, M. Y., Atalar, S. (2019), "Narsistik Kişilik Özelliklerinin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyi ve Gösterişçi Tüketim Eğilimleri Üzerine Etkisinin Tespiti", *OPUS International Journal of Society Researches*, 11/18: 1373-1407 . DOI: 10.26466/opus.553969
- Ayazoğlu, B. A., Melisa, A. K. S. U., Ünübol, H., Sayar, G. H. (2019), "Alışveriş bağımlılığı", *Etkileşim*, 4: 44-64.
- Babacan, M. E. (2016), "Sosyal medya kullanım alanları ve bağımlılık ilişkisi" *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3/1: 7-28.
- Balcı, Ş., Sarıtaş, H. (2019), "Sosyal medya kullanımının bir belirleyicisi olarak narsisizm: konya'da yaşayan kullanıcılar üzerine bir inceleme", *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 31: 689-709.
- Balci, Ş., Gargalik, E. (2020), "Narsistik Kişilik Özellikleri ile Sosyal Medya Kullanımı Arasında Bir Bağlantı Var mı?", *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 44: 125-140.
- Baltacı, Ö. (2019), "The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness", *International Journal of Progressive Education*, 15/4: 73-82.
- Barlow, D. H. (Ed.). (2014), *Handbook of assessment and treatment planning for psychological disorders*, London: New York: Guilford Publications.
- Bat, Z. B. A. V. M., Vural, Z. B. A. (2010), "Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma", *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 5/20: 3348-3382.
- Baz, F. Ç. (2018), "Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Çalışma", *OPUS International Journal of Society Researches*, 9 /16, 276-295. DOI: 10.26466/opus.470118
- Beard, K. W., Wolf, E. M. (2001), "Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction", *Cyberpsychology & Behavior*, 4: 377-383.
- Behary Wendy, T., Narsistle Ateşkes, Psikonet Yayınları, İstanbul, 2014.
- Black D. W. (2007), "A review of compulsive buying disorder", *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 6/1: 14-18.
- Bora, A., Belendir, Ç., Ekinci, E. A. (2019), "Narsistik Kişilik Örgütlenmesinde Sosyal Endişenin Görünümü", Hamarta, E. (Ed.), *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Ankara: Türk PDR Derneği Yayınları; 15-23.

- Boursier, V., Gioia, F., Musetti, A., Schimmenti, A. (2020), "Facing loneliness and anxiety during the COVID-19 isolation: the role of excessive social media use in a sample of Italian adults", *Frontiers in psychiatry*, 11: 1-10.
- Buffardi, L. E., Campbell, W. (2008), "Narcissism and Social Networking Web Sites", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34 /10: 1303-1314.
- Campbell, W. K., Miller, J. D. (2011), *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L. (2016), "Grandiose and Vulnerable Narcissists: Who Is at Higher Risk for Social Networking Addiction?", *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 19:8: 510–515. Doi:10.1089/cyber.2016.0189.
- Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L. (2016). "Grandiose and Vulnerable Narcissists: Who Is at Higher Risk for Social Networking Addiction?", *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 19:8: 510–515. Doi: 10.1089/cyber.2016.0189
- Chamberlain, S. R., Lochner, C., Stein, D. J., Goudriaan, A. E., van Holst, R. J., Zohar, J., Grant, J. E. (2016), "Behavioural addiction-A rising tide?", *European neuropsychopharmacology: the journal of the European College of Neuropsychopharmacology*, 26/5: 841–855. Doi: 10.1016/j.euroneuro.2015.08.013
- Chen, J., Wang, Y. (2021), "Social media use for health purposes: systematic review". *Journal of medical Internet research*, 23/5: 1-16.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B. ve Turner, L. A. (2015), *Research Methods, Design, and Analysis*, England: Pearson.
- Czarna, A. Z., Dufner, M., Clifton, A. D. (2014), "The effects of vulnerable and grandiose narcissism on liking-based and disliking-based centrality in social networks.", *Journal of Research in Personality*, 50: 42-45.
- Çağlayaner, A., Çoklar Okutkan, I. (2021), "Reddedilme duyarlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Kırılgan narsisizm, büyüleneci narsisizm ve benlik saygısının aracı rolü" *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5/2: 160-182. DOI: 10.5455/kpd.26024438m000043
- Çakır, H., Topçu, H. (2005), "Bir iletişim dili olarak İnternet", *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19/2: 71-96.
- Çakmak, V. (2018), "Online benlik sunumu ve narsisizm arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma", *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 9/31: 137-152.
- Çiftçi, H. (2018), "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı", *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 /4, 417-434.

- Çömlekçi, M. F., & Başol, O. (2019), “Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi” *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17/4: 173-188. Doi:10.18026/cbayarsos.525652
- Darcin, E.A., Kose, S., Noyan, C. O., Nurmedov, S., Yılmaz, O., Dilbaz, N. (2016), “Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness”, *Behaviour & Information Technology*, 35/7, 520-525.
- Davis, R. (2001), “A cognitive–behavioral model of pathological Internet use” *Computers in*
- De Jong-Gierveld J. (1987), “Developing and testing a model of loneliness”, *Journal of personality and social psychology*, 53/1: 119–128. Doi: 10.1037//0022-3514.53.1.119
- Dawson, B. and Trapp, R.G. (2001), *Basic & Clinical Biostatistics*, New York: Lange Medical Books/McGraw-Hill.
- Demir, A. (1989), “UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği”, *Psikoloji dergisi*, 7/23, 14-18.
- Demirci, İ., Ekşi, F. (2017), “Büyükleme Narsisizmin İki Farklı Yüzü: Narsistik Hayranlık ve Rekabetin Mutlulukla İlişkisi”, *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 46 /46:, 37-58 . DOI: 10.15285/maruaebd.330008.
- Demirci, İ. (2019), “Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, depresyon ve anksiyete belirtileriyle ilişkisinin değerlendirilmesi”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20: 15-22.
- Dickinson, K. A., Pincus, A. L. (2003), “Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism”, *Journal of Personality Disorders*, 17/3: 188–207. DOI:10.1521/pedi.17.3.188.22146
- Dikmen, M. (2021), “COVID-19 pandemisinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki rolünün incelenmesi: Bir yapısal eşitlik modeli”, *Bağımlılık Dergisi*, 22/1: 20-30.
- Di Pierro, R., Di Sarno, M., Madeddu, F. (2017), “Investigating the relationship between narcissism and emotion regulation difficulties: the role of grandiose and vulnerable traits”, *Clinical Neuropsychiatry*, 14/3: 209-215.
- Dobrea, A., Păsărelu, C. R. (2016), *Impact of Social Media on Social Anxiety: A Systematic. New developments in anxiety disorders*, 129.
- Dossey L. (2014), “FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment”, *Explore: The Journal of Science and Healing*, 2/10: 69–73.
- Dumas, T. M., Maxwell-Smith, M., Davis, J. P., Giulietti, P. A. (2017), “Lying or longing for likes? Narcissism, peer belonging, loneliness and normative versus deceptive like-seeking on Instagram in emerging adulthood” *Computers in Human Behavior*, 71: 1–10. DOI: 10.1016/j.chb.2017.01.037
- Dykstra, P. A., Fokkema, T. (2007), “Social and Emotional Loneliness Among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives”, *Basic and Applied Social Psychology*, 29/1: 1–12.

- Eley, B., Tilley, S. (2009), *Online Marketing Inside Out*, Australia: Sitepoint Pty. Ltd.
- Ersöz, B. (2020), “Yeni nesil web paradigması-web 4.0”, *Bilgisayar Bilimleri ve Teknolojileri Dergisi*, 1/2: 58-65.
- Etikan, I., Bala, K. (2017), “Sampling and Sampling Methods”, *Biom Biostat Int J.* 5/6: 215-217. Doi: 10.15406/bbij.2017.05.00149
- Fisher, S. (1994). *Stress in Academic Life: The Mental Assembly Line*. Buckingham: SHRE and Open University Press.
- Freis S, Brown A, Carroll P, Arkin R (2015), “Shame, Rage, and Unsuccessful Motivated Reasoning in Vulnerable Narcissism”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34: 877-895.
- Fresco, D.M., Coles, M.E., Heimberg, R.G., (2001), The Liebowitz Social Anxiety Scale: A comparison of the psychometric properties of self-report and clinician-administered formats. *Psychological Medicine*, 31: 1025-1035.
- Gentry, M., Palmer, B. W. (2021), “The “timbre” of loneliness in later life”, *International Psychogeriatrics*, 33/12: 1233–1236. Doi: 10.1017/s1041610221001046
- George, D., Mallery, M. (2019), *SPSS For Windows Step By Step: A Simple Guide and Reference*, 25.0 Update (15. Baskı), Boston: Pearson.
- Geray, C. (2002), *Halk eğitimi* (3.Baskı), Ankara: İmaj Yayıncılık.
- Gezer, E. (2017), “Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin narsistik eğilimleri”, *Journal of International Social Research*, 10/53: 566-575.
- Griffiths, M. (1996), Behavioural addiction: An issue for everybody? *Employee Counselling Today*, 8(3), 19–25.
- Griffiths, M. D. (1995), “Technological Addictions” *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Gunderson, J. G., Ronnigstam, E., SMITH, L. E. (1991), “Narcissistic Personality Disorder: A Review Of Data On DSM-III-R Descriptions”, *Journal of Personality Disorders*, 5/2: 167-177.
- Güleryüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K., Güzel, P. (2020), “Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi”, *FOCUSS Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 1/1: 31-45.
- Güney, M., Taştepe, T. (2020), “Ergenlerde sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı”, *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9/2: 183-190.
- Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Safren, S. A., Brown, E. J., Schneier, F. R., Liebowitz, M. R. (1999), “Psychometric properties of the Liebowitz Social Anxiety Scale”, *Psychological medicine*, 29/1: 199–212. Doi:10.1017/s0033291798007879
- Holtzman, N. S., Vazire, S., Mehl, M. R. (2010), “Sounds like a narcissist: Behavioral manifestations of narcissism in everyday life”, *Journal of Research in Personality*, 44/4:478–484. Doi: 10.1016/j.jrp.2010.06.001.

- Horzum, M.B., Ayas, T., Çakır-Balta, Ö. (2008), “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3/30: 76-88.
- Hudaynazarova, A., Avşaroğlu, S., Nurkoyuncu, S., Başarıkan, R. (2021), “Yetişkinlerin Yaşam Doyumu, Yalnızlık ve Öz-tiksinme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10 /1: 183-198 . Doi: 10.33206/mjss.812760. *Human Behavior*, 17: 187–195.
- Hübscher, K. (2021), “Loneliness experienced by children in psychological offices in psychotherapists’ accounts” *Zeszyty Naukowe*, 1/38: 9–18. Doi:10.5604/01.3001.0014.8390
- Javanbakht, A. (2006) “Was the myth of Narcissus misinterpreted by Freud? Narcissus, a model for schizoid-histrionic, not narcissistic personality disorder”, *The American Journal of Psychoanalysis*, 66/1, 63-71.
- Jefferies, P., Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PloS one*, 15(9), e0239133. Doi: 10.1371/journal.pone.0239133
- Kahraman, A., Sapancı, A., Serbes, F. (2020), “Ergenlerin sosyal medya kullanımında yaşadıkları sosyal anksiyetenin kırılğan narsisizm bağlamında değerlendirilmesi”, *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 7/2: 189-203.
- Kaplan, A.M., Michael, H. (2010), “Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media”, *Business Horizons*, 52/1: 59-68.
- Karadağ, A., Akçınar, B. (2019), “Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişki”, *Bağımlılık Dergisi*, 20/3: 154-166.
- Karal, H. & Kokoç, M. (2010), “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amaçlarını Belirlemeye Yönelik Bir Ölçek Geliştirme Çalışması”, *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 1 (3) , 251-263.
- Karapetsas, A. V., Karapetsas, V. A., Zygouris, N. C., Fotis, A. I. (2015), “Internet addiction and loneliness”, *Encephalos*, 52/1: 4-9.
- Karasar, N. (2010), *Bilimsel Araştırma Yöntemi- Kavramlar, İlkeler, Teknikler*, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Keles, B., McCrae, N., Grealish, A. (2020), “A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents”, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25/1: 79-93.
- Kernberg, O. (1975), *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*, New York: Jason Aronson.
- Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & Behavior*, 12, 451–455.
- Koca, E. B., Tunca, M. Z. (2020), “İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkilerine dair bir araştırma” *Alanya Akademik Bakış*, 4/1: 77-103.

- Koçyiğit, A., Koçyiğit, M. (2018), “Değişen ve gelişen dijital iletişim: Yazılabilir web teknolojisi (web 2.0)”, Çakmak, V., Çavuş, S. (Ed.), *Dijital kültür ve iletişim*, İstanbul: Literatürk Yayınları.
- Kong, F., Tang, F., Zhang, H., Sun, X., Zhang, Y. (2020), “Does downward social comparisons affect mobile phone addiction? Narcissism matters!” *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5/3: 266–272. DOI: 10.1007/s41347-020-00136-9
- Korkut, G., Gençtürk, Z. (2020), “Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Aile Aidiyeti Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 8/24: 209-231.
- Kozaklı, H. (2006), Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Köse, Ö. B., Doğan, A. (2019), “The relationship between social media addiction and self-esteem among Turkish university students”, *Addicta Turk. J. Addict*, 6: 175-190.
- Krizan, Z., Herlache, A. D. (2018), “The narcissism spectrum model: A synthetic view of narcissistic personality”, *Personality and Social Psychology Review*, 22/1: 3-31.
- Ksinan, A. J., & Vazsonyi, A. T. (2016). Narcissism, Internet, and social relations: A study of two tales. *Personality and Individual Differences*, 94, 118-123.
- Ksinan, A. J., Vazsonyi, A. T. (2016), “Narcissism, Internet, and social relations: A study of two tales”, *Personality and Individual Differences*, 94: 118-123.
- Levy, K.N., Ellison, W.D., Reynoso, J.S. (2011), “A historical review of narcissism and narcissistic personality”, W. K. Campbell ve J. D. Miller (Editör), *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*, New York: Wiley: 3-13.
- Loeffler, L. A., Huebner, A. K., Radke, S., Habel, U., Derntl, B. (2020), “The association between vulnerable/grandiose narcissism and emotion regulation”, *Frontiers in psychology*, 11, 519330.
- Malesza, M., Kaczmarek, M. C. (2018), “Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism and impulsivity”, *Personality and Individual Differences*, 126: 61–65. Doi: 10.1016/j.paid.2018.01.021.
- Malesza, M. (2020), “Grandiose narcissism and vulnerable narcissism in prisoner's dilemma game”, *Personality and Individual Differences*, 158: 1-5.
- McCain, J.L., Campbell, W.K. (2016), “Narcissism and Social Media Use: A Meta-Analytic Review”, *Psychology of Popular Media Culture*, 7/3, 308-327.
- Miller, J. D., Price, J., Gentile, B., Lynam, D. R., Campbell, W. K. (2012), “Grandiose and vulnerable narcissism from the perspective of the interpersonal circumplex”, *Personality and Individual Differences*, 53: 507–512. Doi: 1016/j.paid.2012.04.026.
- Millon, T., Millon, C. M., Meagher, S. E., Grossman, S. D., Ramnath, R. (2012), *Personality disorders in modern life*, John Wiley & Sons.

- Nelson, J. J., Pieper, C. M. (2020), "Who's an iAddict? A Sociodemographic Exploration of Device Addiction Among American Adults", *Social Science Quarterly*, 101/5: 2071-2084.
- Neuman, M., Hogan, D. (2005), "Semantic Social Network Portal for Collaborative Online Communities", *Journal of European Industrial Training*, 29/6: 472.
- Nguyen, T. H., Lin, K. H., Rahman, F. F., Ou, J. P., Wong, W. K. (2020), "Study of depression, anxiety, and social media addiction among undergraduate students", *Journal of Management Information and Decision Sciences*, 23/4: 257-276.
- Ögel, K. (2001), İnsan, Yaşam ve Bağımlılık; Tartışmalar ve Gerçekler, İstanbul, IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Ögel, K. (2001). Madde Bağımlılarına Yaklaşım ve Tedavi. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Özdamar, K. (1999), Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi 1. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Ozimek, P., Baer, F., Förster, J. (2017), "Materialists on Facebook: the self-regulatory role of social comparisons and the objectification of Facebook friends", *Heliyon*, 3/11: 1-24.
- Paulhus, D. L., Williams, K. M. (2002), "The dark triad of personality: Narcissism, machiavellianism, and psychopathy", *Journal of Research in Personality*, 36/6: 556–563.
- Perlman, D., Peplau, L. A. (1981), "Towards a social psychology of loneliness", Gilmour R., Duck S. (Ed.), *Personal relationships 3: Personal relationships in disorder*, London: Academic Press.
- Petrash, M., Strizhitskaya, O., Murtazina, I., Vartanyan, G., Shchukin, A. (2021), "Attitude to loneliness: Behavioral strategies as coping resources", *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 11/4: 341-355. Doi: 10.21638/spbu16.2021.404
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G., Levy, K. N. (2009), "Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory" *Psychological assessment*, 21/3, 365.
- Pincus, A. L., Lukowitsky, M. R. (2010), "Pathological narcissism and narcissistic personality disorder", *Annual review of clinical psychology*, 6: 421-446.
- Pincus, A. L., Lukowitsky, M. R. (2010), Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. "Annual review of clinical psychology", 6, 421-446.
- Pincus, A. L., Roche, M. J. (2011), "Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability", Campbell W.K., Miller, J.D. (Ed), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments*, Wiley: 31–40.
- Pulver, S. E. (1970), "Narcissism: The Term and the Concept", *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 18/2: 319–341. Doi:10.1177/000306517001800204.
- Rachubińska, K., Cybulska, A. M., Grochans, E. (2021), "The relationship between loneliness, depression, internet and social media addiction among young Polish women", *Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 25/4: 1982-1989.

- Roberts, J. A., Yaya, L. H. P., Manolis C.; 2014, “The Invisible Addiction: CellPhone Activities and Addiction Among Male and Female College Students.” *Journal of Behavioral Addictions*, 3/4:254–65.
- Ronningstam, E. F. (2005), *Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*, Oxford University Press.
- Ruffolo, M. C., Price, D., Schoultz, M., Leung, J., Bonsaksen, T., Thygesen, H., Geirdal, A. Ø. (2021), “Employment Uncertainty and Mental Health During the COVID-19 Pandemic Initial Social Distancing Implementation: a Cross-national Study.”, *Global Social Welfare*, 8/2: 141–150. Doi:10.1007/s40609-020-00201-4.
- Russell, D., Peplau, L.A. and Cutrona, C.E. (1980) The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480. Doi:10.1037/0022-3514.39.3.472.
- Salim, A. T. A. Y. (2009). Narsistik kişilik envanteri'nin Türkçe'ye standardizasyonu. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 181-196.
- Sarasohn, K. M. (2004), “Balanced on the horns of a dilemma: Observations on work and chronic depression” *Clinical Social Work Journal*, 32: 171–183.
- Savci, M., Aysan, F. (2017), “Technological addictions and social connectedness: predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness”, *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 30/3: 202-216.
- Sayımer, İ. (2012), *Sanal Ortamda Halkla İlişkiler*(2. Baskı), İstanbul: Beta Yayınevi.
- Sezer, F., İşgör, İ. Y., Aktan, S. (2019): “Yalnızlık ve Sosyal Medya Kullanımı Üzerine Bir İnceleme”, *X. Uluslararası Eğitimde Araştırmalar Kongresi*: 169.
- Shamionov, R. M., Grigoryeva, M. V., Grinina, E., Sozonnik, A. V. (2022), “Satisfaction with Social Life and Academic Adaptation in Students with Different Types of Loneliness in the Process of Distance Learning During the COVID-19 Pandemic”, *OBM Neurobiology*, 6/2: 1. Doi: 10.21926/obm.neurobiol.2202124.
- Smith, A. (2015), *U.S. Smartphone use in 2015*, Pew Research Center.
- Soykan, C., Özgüven, H. D., Gençöz, T. (2003), “Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish version”, *Psychological Reports*, 93/3-2: 1059-1069.
- Stein, M. B., Stein, D. J. (2008), “Social anxiety disorder”, *The lancet*: 371/9618: 1115-1125
- Szczygiel, K., Podwalski, P. (2020), “Comorbidity of social media addiction and other mental disorders— an overview”, *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 4: 7-11.
- Şen, G., Barışkın, Elif. (2019), “Patolojik Narsisizm Envanterinin Türkçe Standardizasyonu, Geçerlik ve Güvenirliğinin Sınanması”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 30/2: 118-129.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. (2013), *Using Multivariate Statistics* (6. Baskı), Boston: Pearson.

- Tarhan, N., Nurmedov, S. (2013), Bağımlılık. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tateno, M., Kim, D. J., Teo, A. R., Skokauskas, N., Guerrero, A. P., Kato, T. A. (2019), “Smartphone addiction in Japanese college students: usefulness of the Japanese version of the smartphone addiction scale as a screening tool for a new form of internet addiction”, *Psychiatry investigation*, 16/2: 115-120.
- Tietjen, R. R., Ben-Ze’ev, A. (2021), “Loneliness, Love, and the Limits of Language”, *Southern Journal of Philosophy*, 59/3: 435–459. Doi:10.1111/sjp.12431.
- Turan, Y. (2018), “Yalnızlıkla başa çıkma: Yalnızlık, dini başa çıkma, dindarlık, hayat memnuniyeti ve sosyal medya kullanımı”, *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*: 22/1: 395-434
- Turel, O., Serenko, A. (2012), “The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites”, *European Journal of Information Systems*, 21: 512-528.
- Tutgun-Ünal, A. (2019), “İletişim Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının incelenmesi: Üsküdar Üniversitesi örneği” *Kastamonu İletişim Araştırmaları Dergisi*, 2: 49-80.
- Tutkun Ünal, A., Deniz, L. (2015), “Development of the social media addiction scale”, *Online Academic Journal of Information Technology*, 6/21: 52-70. Doi: 10.5824/1309-1581.2015.4.004.x
- TÜİK (2019, 27 Ağustos), “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması”. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2019-30574](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2019-30574).
- TÜİK (2020, 25 Ağustos), “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması”. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679)
- TÜİK (2021, 26 Ağustos), “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması”. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437).
- Ural, A., Kılıç, İ. (2018), Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS İle Veri Analizi Süreci, Ankara: Detay Yayıncılık
- Uslu, M. (2016), “Türkiye’de Sosyal Medya Bağımlılığı ve Kullanımı Araştırması”, *Turkish Academic Research Review*, 6/2: 370-396.
- Uzbay, İ. T. (2009), “Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler”, *Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*: 5-15.
- Uzun Ö., Yıldırım V., Uzun E. (2016), “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olan Ergenlerde Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları ve Sosyal Medya Bağımlılığı, Benlik Saygısı ve Algılanan Sosyal Destek İlişkisi”, *TJFM&PC*, 10/3: 142-147
- Ünlü, F. (2018). Orta Yaş Üstü Bireylerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal İzolasyon. PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 4 (1): 161-172 .
- Vaknin, S.(2016), Malignant Self Love: Narcissism Revisited, Narcissus Publications, Prague.

- Van den Eijnden, R. J., Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M. (2016), "The social media disorder scale", *Computers in human behavior*, 61, 478-487.
- Van Rooij, A. J., Prause, N. (2014), "A critical review of "Internet addiction" criteria with suggestions for the future", *Journal of behavioral addictions*, 3/4: 203–213. Doi:10.1556/JBA.3.2014.4.1
- Vannucci, A., Flannery, K. M., Ohannessian, C. M. (2017), "Social media use and anxiety in emerging adults": *Journal of affective disorders*, 207: 163-166.
- Verduyn, P., Gugushvili, N., Kross, E. (2021), "The impact of social network sites on mental health: distinguishing active from passive use", *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 20/1: 133–134. Doi:10.1002/wps.20820.
- Wang, C., Lee, M. K. O., Hua, Z. (2015), "A theory of social media dependence: evidence from microblog users", *Decision Support Systems*, 69: 40-49.
- Wang, J-L., Jackson, L. A., Zhang, D-J., Su, Z-Q. (2012), "The relationships among Big Five personality factors, self-esteem, narcissism, and sensation-seeking to Chinese University students' uses of social networking sites (SNSs)", *Computers in Human Behavior*, 28: 2313–9.
- Wang, D. (2017), "A study of the relationship between narcissism, extraversion, drive for entertainment, and narcissistic behavior on social networking sites", *Computers in Human Behavior*, 66: 138–148. DOI: 10.1016/j.chb.2016.09.036
- We Are Social (2019, 31 Ocak)
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010), "Internet Addiction or Excessive Internet Use", *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36: 277-283.
- Weinstein, Aviv, Lejoyeux, M., (2010), "Internet Addiction or Excessive Internet Use." *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36/5:277–83.
- Weinstein. Aviv, Lejoyeux. M (2010), "Internet Addiction or Excessive Internet Use." *American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 36(5): 277–83. Doi: 10.3109/00952990.2010.491880.
- Yaparel, R. (1984), Sosyal ilişkilerdeki başarı ve başarısızlık nedenlerinin algılanması ile yalnızlık arasındaki bağlantı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yazıcıoğlu, Y., Erdoğan, S. (2004), SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E., Karaca, F. (2008), "Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi", *Genel Tıp Dergisi*: 18/2: 71-79.
- Yılmazsoy, B., Kahraman, M. (2017), "Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medyayı eğitsel amaçlı kullanımları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Facebook örneği", *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 6/1: 9-20.
- Young, K. S. (1996), "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder", *CyberPsychology & Behavior*, 1: 237-244.

- Young, K. S. (1998), "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder" *CyberPsychology & Behavior*, 1: 237-244.
- Yukay-Yüksel, M., Çini, A. ve Yasak, B. (2020), "Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumunun incelenmesi", *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40: 66-85.
- Yüksel-Şahin, F., Öztoprak, Ö. (2019), "Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin benlik saygısına göre incelenmesi", *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi: özel sayı*: 363-377.
- Tutgun-Ünal A., Deniz, L. (2015), "Development of the Social Media Addiction Scale", *Online Academic Journal of Information Technology*, 6/21: 51-70. Doi: 10.5824/1309-1581.2015.4.004.x
- Zhang, H., Wang, W., You, X., Lu, W., Luo, Y. (2015), "Associations between narcissism and emotion regulation difficulties: Respiratory sinus arrhythmia reactivity as a moderator." *Biological Psychology*, 110: 1-11.
- Zhang, H., Luo, Y., Zhao, Y., Zhang, R., Wang, Z. (2017), "Differential relations of grandiose narcissism and vulnerable narcissism to emotion dysregulation: Self-esteem matters", *Asian Journal of Psychology*, 20/3-4: 232-237.

## EKLER

### EK 1

Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma, Marmara Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Özge Bedir Tarafından, Doç. Dr. Elif Yöyen danışmanlığında yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Bu form sizi araştırmaya katılım koşulları hakkında bilgilendirmektedir.

Çalışmanın amacı:

Bu çalışmada bireylerin sosyal medya bağımlılığı üzerinde nelerin etkili olabileceği araştırılmak istenmektedir.

Çalışmaya katılım koşulları:

- 18-35 yaş arasındaysanız bu araştırmaya katılabilirsiniz.

Katılımınız hakkında bilmeniz gerekenler:

Bu araştırma tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Sizden bir ücret talep edilmeyeceği gibi size de bir ücret verilmeyecektir. Araştırma sırasında sizden kimliğiniz ile ilgili hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız tamamen gizli tutulacaktır ve yalnızca bilimsel, eğitimsel çalışma ve yayın amacı ile kullanılacaktır.

Araştırmanın yaklaşık 15-20 dakika sürmektedir.

Çalışma kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Ancak, katılım sırasında kendinizi rahatsız hissederseniz soruları yanıtlamama hakkına sahipsiniz. Bunun dışında tüm sorulara içtenlikle cevap vermeniz beklenmektedir.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak isterseniz Özge Bedir (ozzgebedir@gmail.com) ile iletişim kurabilirsiniz.

Yukarıda yazılanları okudum, çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.

Evet hayır

## EK 2

### Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız: \_\_\_\_\_

2. Cinsiyetiniz: \_\_\_\_\_

3. Eğitim Durumunuz (en son mezun olduğunuz):

İlkokul () Üniversite ()

Ortaokul () Yüksek Lisans ()

Lise () Doktora ()

4. Medeni Durumunuz

Bekar () Boşanmış ()

Evli () Eşini kaybetmiş ()

Birlikte yaşıyor ()

5. Çalışıyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Mesleğiniz: \_\_\_\_\_

6. Öğrenci misiniz?

Evet () Hayır ()

Şuan okuduğunuz eğitim seviyeniz: \_\_\_\_\_

7. Şu anki aylık gelirinizi belirtiniz: \_\_\_\_\_

8. Bugüne kadar psikiyatrik bir tanı aldınız mı?

Evet () Hayır ()

Psikiyatrik tanınız neydi? \_\_\_\_\_

9. Bugüne kadar bir uzmandan psikolojik destek aldınız mı?

Evet () Hayır ()

10. Psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz? Evet () Hayır ()

11. Kimlerle yaşandığı

Tek başına ( ) Aile ile ( ) Arkadaş ile ( ) Akraba yanı ( ) Diğer (belirtiniz)

12. Yakın arkadaş olarak tanımladığınız kaç kişi vardır?

13. İnterneti günde ne kadar kullanıyorsunuz?

(0-2 saat) ( ) (2-5 saat) ( ) (5-7 saat) ( ) (7-ve daha fazla saat) ( )

14.İnterneti en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?

Sosyal medyada vakit geçirmek

Müzik/Video izlemek

Ödev yapmak

İnternet oyunları

Diğer.... (Belirtiniz)

12. Kaç yaşından beri sosyal medya kullanmaktasınız?

13. Sosyal medyayı en sık kullanma amacınız nedir? Lütfen aşağıdaki boş alana yazınız.

14. Günlük sosyal medya kullanma sıklığı(saatt)

(0-2 saat) ( ) (2-5 saat) ( ) (5-7 saat) ( )

15. Sosyal medyanın ağırlıklı olarak hangi amaçla kullanıldığı

Instagram ( ) Facebook ( ) Twitter ( ) Diğer ( )

16. Gün içinde yaygın olarak sosyal medyada geçirilen zaman dilimi

Sabah (06.00-11.59) ( ) Öğle(12.00-16.59) ( )

Akşam (17.00-22.59) ( ) Gece (23.00-05.59) ( )

17. Sosyal medyanın ağırlıklı olarak kullanıldığı ortam

İş ( ) Ev( ) Okul( )

## EK 3

### Patolojik Narsisizm Envanteri

Aşağıda bazı tanımlayıcı ifadeler bulacaksınız. Lütfen her birini düşünün ve sizi ne derece iyi tanımladığımı belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Basitçe her bir ifadenin sizi ne kadar iyi tanımladığımı 6 dereceli ölçek üzerinde tek bir maddeyi işaretleyerek gösterin.

0-----1-----2-----3-----4-----5

Beni	Beni	Beni	Beni	Beni	Ben
Hiç	büyük ölçüde	pek	çok az	büyük ölçüde	tam olarak
Tanımlamıyor	tanımlamıyor	tanımlamıyor	tanımlıyor	tanımlıyor	tanımlıyor

	Beni hiç tanımlamıyor	Beni büyük ölçüde tanımlamıyor	Beni pek tanımlamıyor	Beni çok az tanımlıyor	Beni büyük ölçüde tanımlıyor	Beni tam olarak tanımlıyor
1.Sıklıkla bana hayranlık ve saygı duyulduğunu düşünürüm.	0	1	2	3	4	5
2. Öz güvenimde çok fazla iniş çıkış olur.	0	1	2	3	4	5
3.Beni hayal kırıklığına uğrattıklarında, bazen başkaları ile ilgili beklentilerimden mahçubiyet duyarım.	0	1	2	3	4	5
4.Genellikle herhangi bir konuda ikna edici olabilirim.	0	1	2	3	4	5

5.Yalnız olduğumda iyi hissetmekte zorlanırım. 0 1 2 3 4 5

6.Başkalarıyla ilgilenerek kendimi mutlu edebilirim. 0 1 2 3 4 5

7. Yardım istemekten nefret ederim. 0 1 2 3 4 5

8. İnsanlar özel olarak beni fark etmediğinde kendimi kötü hissetmeye başlarım. 0 1 2 3 4 5

9. Başkaları beni diğerlerine bağımlı ve muhtaç görecektorkusuyula sıklıkla ihtiyaçlarımı gizlerim. 0 1 2 3 4 5

10. İnsanları inanmalarını istediğim her şeye inandırabilirim. 0 1 2 3 4 5

11. İnsanlar onlar için yaptığım onca şeyi fark etmediklerinde öfkeden çıldırım. 0 1 2 3 4 5

12. Yaptığım ya da söylediğim şeylerle ilgilenmeyen insanlar beni çok kızdırır. 0 1 2 3 4 5

13.Hayranlık duymadığım biriyle samimi düşünce ve hislerimin hepsini paylaşmam. 0 1 2 3 4 5

14. Sık sık çevrem üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğumu düşlerim. 0 1 2 3 4 5

15. İnsanları parmağımda oynatmak benim için çok kolaydır. 0 1 2 3 4 5

	Beni hiç tanımlamıyor	Beni büyük ölçüde tanımlamıyor	Beni pek tanımlamıyor	Beni çok az tanımlıyor	Beni büyük ölçüde tanımlıyor	Beni tam olarak tanımlıyor
16. Diğerleri beni fark etmediklerinde kendimi değersiz hissetmeye başlarım.	0	1	2	3	4	5
17. Bazen beni hayal kırıklığına uğratacakları düşüncesiyle insanlardan uzak dururum.	0	1	2	3	4	5
18. Başkalarından istediklerimi alamadığımda hemen hemen her zaman öfkelenirim.	0	1	2	3	4	5
19. Bazen kendi değerimle ilgili güvence vermeleri için hayatımdaki önemli kişilere ihtiyaç duyarım.	0	1	2	3	4	5
20. Diğer insanlar için bir şeyler yaptığımda, onların da benim için bir şeyler yapmalarını beklerim.	0	1	2	3	4	5
21. Başkaları beklentilerimi karşılamadıklarında, genellikle istediklerimle ilgili mahcubiyet duyarım.	0	1	2	3	4	5
22. Başkaları bana güvendiğinde kendimi önemli hissederim.	0	1	2	3	4	5
23. İnsanları kitap gibi okuyabilirim.	0	1	2	3	4	5
24. Birileri beni hayal kırıklığına uğrattığında sıklıkla kendime kızarım.	0	1	2	3	4	5

25. Başkaları için kendimi feda etmek beni daha iyi bir insan yapar. 0 1 2 3 4 5

26. Sık sık imkânlarımın ötesinde bir şeyler elde ettiğimi düşlerim. 0 1 2 3 4 5

27. Bazen istediğim şeyleri yapmayacaklarından korktuğum için insanlardan uzak dururum. 0 1 2 3 4 5

28. İçimde hissettiğim zayıflığı diğerlerine göstermek zordur. 0 1 2 3 4 5

29. Eleştirildiğimde öfkelenirim. 0 1 2 3 4 5

30. İnsanların bana hayran olduğunu bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur. 0 1 2 3 4 5

31. Sık sık çabalarım için ödüllendirildiğimi düşlerim. 0 1 2 3 4 5

32. Zihnim, insanların çoğunun benimle ilgilenmediği fikri ve endişesiyle meşguldür. 0 1 2 3 4 5

33. Bana güvenen arkadaşlarımın olmasını seviyorum çünkü bu bana kendimi önemli hissettiriyor. 0 1 2 3 4 5

34. Onlar için yaptıklarımı takdir etmeyecekleri endişesiyle bazen insanlardan uzak dururum. 0 1 2 3 4 5

---

	Beni hiç tanımlamıyor	Beni büyük ölçüde tanımlamıyor	Beni pek tanımlamıyor	Beni çok az tanımlıyor	Beni büyük ölçüde tanımlıyor	Beni tam olarak tanımlıyor
35. Herkes benim hikâyelerimi dinlemeyi sever.	0	1	2	3	4	5
36. İnsanların benden hoşlandıklarını bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur.	0	1	2	3	4	5
37. Başkalarının ne kadar iyi bir insan olduğumu fark etmemeleri beni kızdırır.	0	1	2	3	4	5
38. Hak ettiğim her şeyi alana kadar yetinmeyeceğim.	0	1	2	3	4	5
39. Fedakârlıklar yaparak ne kadar iyi bir insan olduğumu göstermeye çalışırım.	0	1	2	3	4	5
40. İnsanlar beni fark etmediğinde hayal kırıklığına uğrarım.	0	1	2	3	4	5
41. Sık sık kendimi başkalarının başarılarını kıskanırken bulurum.	0	1	2	3	4	5
42. Sık sık kahramanca işler yaptığımı düşlerim.	0	1	2	3	4	5
43. İyi bir insan olduğumu kanıtlamak için diğerlerine yardım ederim.	0	1	2	3	4	5
44. Kendim içten içe şüphe etsem bile bir şeyi tek başıma halledebildiğimi başkalarına göstermek önemlidir.	0	1	2	3	4	5

---

<b>45. Sık sık başarılarımla tanındığımı hayal ederim.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>46. Sırtımı başkalarına dayamaya katlanamam çünkü bana kendimi güçsüz hissettirir.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>47. Başkaları bana onlardan beklediğim şekilde davranmadıklarında, kendimi iyi hissetmeye devam etmem çok zordur.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>48. Diğerlerinin beni kabul etmesine ihtiyaç duyarım.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>49. Dünya çapında tanınmak isterim.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>50. Başkaları ihtiyaçlarımı sezdiğinde gergin ve mahçup hissederim.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>51. Bazen, diğer insanlardan her istediğimi alamayacağım gerçeğiyle yüzleşmektense, yalnız olmak daha kolaydır.</b>	0	1	2	3	4	5
<b>52. Başkaları benimle aynı fikirde olmadığında bayağı sinirlenirim.</b>	0	1	2	3	4	5

## EK 4

### Lieowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

LIEBOWITZ SKALASI		
<p>Uyarılar: Tüm seçeneklere geçen haftayı düşünerek-bugün de dahil olacak şekilde puan veriniz. Eğer durumlardan biri geçen hafta içerisinde oluşmadıysa, bu durumla karşılaştığınızda göstereceğiniz tepkiyi puanlayınız. Her bir durum için (yaşanmış olan ya da yaşanmış olduğu varsayılan) hem “korku ya da anksiyete”nin derecesini hem de “kaçınma” sıklığını puanlayınız.</p>		
	<b>Korku ya da anksiyete</b> 0=yok 1=hafif 2=orta 3=şiddetli	<b>Kaçınma</b> 0=asla (%0) 1=ara sıra (%1-33) 2=sıkça (%34-67) 3=genellikle (%68-100)
1. Topluluk içerisinde telefon etmek		
2. Küçük bir grupla beraber bir aktiviteye katılmak		
3. Toplulukta yemek yemek		
4. Toplulukta içecek içmek		
5. Yönetici konumundaki biri ile konuşmak		
6. Seyirci önünde rol yapmak, oynamak ya da konuşmak		
7. Bir partiye / davete gitmek		
8. Biri ya da birileri tarafından izlenirken çalışmak		

9. Biri ya da birileri tarafından izlenirken yazı yazmak		
10. Çok iyi tanımadığınız birine telefon etmek		
11. Çok iyi tanımadığınız biri ile yüz yüze konuşmak		
12. Yabancılarla tanışmak		
13. Genel bir tuvalette idrar yapmak		
14. Başkalarının oturuyor olduğu bir odaya girmek		
15. İlgi merkezi olmak		
16. Ön hazırlık olmadan bir toplumda konuşmak		
17. Beceri, bilgi ya da yetenek ile ilgili bir sınava girmek		
18. Çok iyi tanımadığınız birine karşı görüş bildirmek ya da onunla aynı fikirde olmadığınızı söylemek		
19. Çok iyi tanımadığınız birinin doğrudan gözlerinin içine bakmak		
20. Bir gruba sözlü rapor vermek		
21. Cinsel ya da romantik bir ilişki amacıyla biriyle yakınlaşmaya çalışmak		
22- Bir malı parası iade edilmek üzere geri götürmek		
23. Bir parti / davet vermek		

24. Israrlı bir satıcıyı reddetmek		
------------------------------------	--	--

## EK 5

### UCLA-YÖ

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakkamı daire içine alarak belirtmenizdir.

Uyarılar: Tüm seçeneklere geçen haftayı düşünerek-bugün de dahil olacak şekilde puan veriniz. Eğer durumlardan biri geçen hafta içerisinde oluşmadıysa, bu durumla karşılaştığınızda göstereceğiniz tepkiyi puanlayınız. Her bir durum için (yaşanmış olan ya da yaşanmış olduğu varsayılan) hem “korku ya da anksiyete”nin derecesini hem de “kaçınma” sıklığını puanlayınız.	Ben bu durumu Hiç yaşamam	Ben bu durumu NADİRENYaşarım	Ben bu Durumu BAZEN Yaşarım	Ben bu Durumu SIK SIK Yaşarım
1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2. Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3. Başvurabileceğim hiç kimsem yok.	1	2	3	4
4. Kendimi tek başıyım gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4

5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
6. Çevremdeki insanlarla birçok ortak yönüm var.	1	2	3	4
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.	1	2	3	4
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılmıyor.	1	2	3	4
9. Dışa dönük bir insanım.	1	2	3	4
10. Kendimi yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.	1	2	3	4
12. Sosyal ilişkilerim yüzeyseldir.	1	2	3	4
13. Hiç kimse gerçekten beni iyi tanımıyor.	1	2	3	4
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15. İsteddiğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2	3	4
18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller.	1	2	3	4
19. Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2	3	4

## EK 6

### Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Madde No		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1.	Yakın zamanda sosyal medyada neler olup bittiği hakkında oldukça fazla düşünürüm.					
2.	Yapmam gereken bir iş varsa öncesinde sosyal medyayı kontrol ederim.					
3.	Belli süre sosyal medyaya girmediğimde sosyal medyaya girme düşüncesi zihnimi meşgul eder.					
4.	Hayatımın sosyal medya olmadan sıkıcı, boş ve zevksiz olacağını düşünürüm.					
5.	İnternete bağlı değilken yoğun bir şekilde sosyal medyaya girmeyi düşünürüm.					
6.	Sosyal medyada neler olup bittiğini merak ederim.					
7.	Sosyal medyada düşündüğümden daha fazla zaman geçirdiğim olur.					
8.	Sosyal medya ile bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” derim.					
9.	Sosyal medyayı uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemem.					
10.	Sosyal medyayı, planladığımdan daha fazla kullandığım olur.					
11.	Sosyal medyayı kullanırken zamanın nasıl geçtiğini anlayamam.					
12.	Sosyal medya ile ilgili eylemlere (oyun, sohbet, fotoğraflara bakmak, vs) uzun süreler ayırırım.					
13.	Kişisel problemlerimi unutmak için sosyal medya kullanırım.					
14.	Kendimi yalnız hissettiğim zamanlarda sosyal medyada vakit geçiririm.					
15.	Yaşamımdaki olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal medyada gezinmeyi tercih ederim.					
16.	Problemlerimden bunaldığımda sığındığım en iyi yer sosyal medyadır.					
17.	Sosyal medya kullandığım süre boyunca her şeyi unuturum.					
18.	Sosyal medya kullanımını durdurmaya çalışıp başaramadığım olur.					

19.	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için yoğun bir istek duyarım.					
20.	Sosyal medya kullanımını bırakmak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
21.	Sosyal medya kullanımını denetim altına almak için sonuç vermeyen çabalar gösteririm.					
22.	Sosyal medyada harcadığım zamanı azaltmaya çalışır, başarısız olurum.					
23.	Mesleğime/çalışmalarına olumsuz bir etki yapmasına rağmen sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
24.	Sosyal medyadan dolayı hobilerime, boş zaman ve dinlenme faaliyetlerime daha az öncelik veririm.					
25.	Eş veya aile üyelerini sosyal medyadan dolayı ihmal ettiğim olur.					



T.C

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ARAŞTIRMA ETİK KURULU

Sayı:2021-17

Tarih: 30.03.2021

PROJENİN ADI: "Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Kırılgan ve Büyüklenmeci Narsisizm, Sosyal Anksiyete ve Yalnızlık Düzeyleri"

PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ: Özge Bedir

PROJEDEKİ ARAŞTIRICILAR:

ONAY TARİHİ VE ONAY SAYISI: 2021-1802

Sayın: Özge Bedir

2021-118 Protokol Nolu

"Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Kırılgan ve Büyüklenmeci Narsisizm, Sosyal Anksiyete ve Yalnızlık Düzeyleri" isimli projeniz Üniversitemiz Sosyal Bilimler Araştırma Etik Kurulu tarafından incelenmiş ve etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

Prof. Dr. İsmail Taşpınar



Prof. Dr. Bihterin Dinçkol

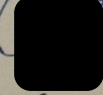
ÜYE



Prof. Dr. Oktay Çolak

ÜYE

Prof. Dr. Kemal Yıldız



ÜYE

Prof. Dr. Fatma Ayanoğlu

ÜYE

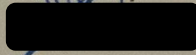
(Katılmadı)  
Prof. Dr. Serhat Ulağlı

ÜYE

Prof. Dr. Kemalettin Köroğlu

ÜYE

Prof. Dr. Halil Ekşi



ÜYE

Prof. Dr. Ahmet Kemal Bayram

ÜYE