

ERGENLERİN SOSYAL MEDYA KULLANIMLARININ SOSYAL İLİŞKİLERİNE VE SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİNE ETKİSİ¹

Prof. Dr. Uğur GÜRGAN²
Nurettin DEMİREL³

ÖZET

Bu araştırmanın amacı ergenlerin sosyal medya kullanımlarının sosyal iliŐkileri ve sosyal kaygı düzeyleri ile olan iliŐkisini incelemektir. Bu doğrultuda deđiŐkenler arasındaki iliŐkiyi inceleyebilmek için araştırma modeli iliŐkisel tarama modeli olarak sečilmiŐtir. Araştırmaya Türkiye sınırları içerisinde öğrenim görmekte olan 253'ü (%69,7) kadın ve 110'u (%30,3) erkek olmak üzere toplam 363 kiŐi katılmıŐtır. Ergenlere yönelik bir çalıŐma olduğundan dolayı evren örneklem, ortaöğretim öğrencileri olarak sečilmiŐtir. Katılımcı olan ergen bireylerin 30'u (%8,3) 14, 87'si (%24) 15, 89'u (%24,5) 16, 120'si (%33,1) 17 ve 37'si (%10,2) 18 yaşlarındadır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeđi (ESMBÖ), Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeđi (ESKÖ) ve araştırmacı tarafından hazırlanmıŐ olan anket sorularıdır. Verilerin toplanması aŐamasında, salgın Őartlarından dolayı ölçme araçları online form haline getirilmiŐ olup veriler bu online form aracılığıyla toplanmıŐtır. Elde edilen veriler normal dağılım gösterdiği için veri analizinde parametrik test istatistiklerinden faydalanılmıŐtır. Bağımsız örneklem için t testi, korelasyon ve varyans analizi yapılmıŐtır. Araştırma sonucunda ulaŐılan verilere göre ESMBÖ ve ESKÖ puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuŐtur ($p<.05$). Ayrıca yapılan t testi sonucunda elde edilen diğer verilere göre ergenlerin sosyal medyaya ulaŐamadıklarında duydukları kaygı, ergenlerin sosyal medyada kendileri hakkında yapılan yorumların uyandırdığı sosyal kaygı düzeyi, ergenlerin sosyal medya kullanım süresini düzenlemeye yönelik yaptıkları çalıŐma, ergenlerde sosyal medyaya ayrılan zamandan dolayı farklı etkinliklere ve hobilere zaman bulamama durumu, ergenlerde sosyal medya kullanımından dolayı sosyal iliŐkilerin (aile, arkadaŐ, flört) olumsuz etkilenmesi puanları yine cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermiŐtir ($p<.05$). Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucuna göre; ergenlerin sosyal medya üzerinden sosyal iliŐkiler geliŐtirebilmelerine göre ESMBÖ puanları, ergenlerin sosyal medyada baŐkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini merak etme düzeylerine göre ESKÖ puanları, ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre ESMBÖ ve ESKÖ puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaŐılmıŐtır ($p<.05$).

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, sosyal ilişki, sosyal kaygı, ergen, ergenlik dönemi

¹ Bu makale 10-12 Nisan 2021 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen ASEAD 7. Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu'nda tebliğ olarak sunulmuŐtur.

² Balıkesir Üniversitesi, Necatibey Eğitim Fak., ORCID: 0000-0002-0421-8168, ugurgan@hotmail.com

³ Balıkesir Üniversitesi, Necatibey Eğitim Fak., ORCID: 0000-0002-9146-8674, nuriidmrl@gmail.com
Araştırma Makalesi/Research Article, GeliŐ Tarihi/Received:06/05/2021–Kabul Tarihi/Accepted: 05/07/2021

THE EFFECT OF ADOLESCENTS' USE OF SOCIAL MEDIA ON THEIR SOCIAL RELATIONS AND SOCIAL ANXIETY LEVELS

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the relationship between adolescents' use of social media and their social relations and social anxiety levels. Accordingly, to examine the relationship between variables, the research model was chosen as a relational scanning model. 363 people, including 253 (69.7%) women and 110 (30.3%) men who are studying in the territory of Turkey, participated the research. Since it is a study for adolescents, the research group was chosen as secondary school students. The ages of the participating adolescents are; 30 of them (8,3%) 14, 87 of them (24%) 15, 89 of them (24,5%) 16, 120 of them (33,1%) 17 and 37 of them (10,2%) 18 years old. Data collection tools used in the research are Social Media Addiction Scale for Adolescents, Social Anxiety Scale for Adolescents and survey questions prepared by the researcher. During the data collection process, measurement tools have been turned into online form due to epidemic conditions, and the data have been collected through this online form. Since the obtained data indicated normal distribution, parametric test statistics were used in data analysis. T-test, correlation and analysis of variance were used for independent samples. According to the data obtained as a result of the research, it was found that scores of Social Media Addiction Scale for Adolescents and Social Anxiety Scale for Adolescents showed a significant difference according to gender ($p<.05$). In addition, according to the other data obtained as a result of the T-test, the scores of adolescents the anxiety of adolescents when they cannot access social media, the level of social anxiety aroused by the comments made about themselves on social media, the study they carried out to regulate the duration of adolescents' social media use, inability to find time for different activities and hobbies due to the time allocated to social media in adolescents, the negative impact of social relations (family, friend, flirt) in adolescents due to the use of social media showed meaningful differences by genders ($p<.05$). According to the results of the one-way analysis of variance; it was concluded that the scores of Social Media Addiction Scale for Adolescents according to adolescents' ability to develop social relationships through social media, the scores of Social Anxiety Scale for Adolescents according to adolescents' level of curiosity about what others think about them on social media, the scores of Social Media Addiction Scale for Adolescents and Social Anxiety Scale for Adolescents according to social media activities of adolescents to gain social acceptance, showed meaningful differences ($p<.05$).

Keywords: Social media, social relationship, social anxiety, adolescent, puberty period

GİRİŞ

Ergenlik, bireyin gelişimi süresince meydana gelen, çocukluk yaşantısından erişkinlik yaşantısına kadar süren bir gelişim dönemidir. Aynı zamanda özerklik ihtiyacının daha baskın olduğu gerek aile gerek arkadaş ve gerekse diğer tüm sosyal ilişkilerde önemli değişikliklerin gerçekleştiği, fizyolojik, duygusal ve bilişsel olarak farklılaşmaların meydana geldiği bir ara dönem olarak tanımlanmaktadır (Özyürek ve Özkan, 2015).

İnsan, yaşamı boyunca diğer insanlarla iletişim kurup sosyalleşebilen bir varlıktır. Bu sosyalleşmeyi ve iletişimi sağlarken pek çok farklı yollardan yararlanabilmektedir. Bu yollardan bir tanesi de sosyal medyadır. Her ne kadar yapılan birçok araştırmada gençlerde sosyal medya kullanımının daha çok görüldüğü sonucuna ulaşılsa da orta ve ileri yaşlardaki bireylerin de azımsanmayacak bir şekilde sosyal medya kullanımı gerçekleştirdikleri bilinmektedir (Göker, 2015). Sosyal medya; bireylerin direkt iletişim kurmasını sağlayan, bilgilerin paylaşılmasına olanak veren, resim, video, fotoğraf gibi pek çok paylaşımın yapılabildiği, insanların hikayelerini ve tecrübelerini aktif bir şekilde paylaşabildiği, insanların birbirleri ile tartışma yapabildikleri ve iş birliği oluşturabildikleri, insanların içerikler üretebildiği yeni iletişim kanallarıdır. Bunların doğrultusunda sosyal medya, bireylerin düşüncelerini paylaşabildiği ve bu düşüncelerin birçok insan tarafından görüntülenebildiği, etkileşim ve iletişim sağlayan sanal bir mecaz olarak tanımlanabilir (Söner ve Yılmaz, 2018). Sosyal medyanın yaşamımıza kazandırmış olduğu bu iletişim kanallarına örnek olarak Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, Youtube, Linked-In, Dailymotion, Blogspot, Wordpress, Flickr vb. verilebilir (Uzun, Yıldırım ve Uzun, 2016).

Sosyal medyanın günümüzde toplum üzerinde etkisinin artmasıyla birlikte insanların birbirleri ile olan iletişim ve etkileşim şekilleri de değişime uğramıştır. Değişime uğrayan bu iletişim şeklinin, gündelik yaşamı da etkisi altına almasıyla birlikte insan yaşamının önemli bir parçası haline gelmiştir. İnsanların gündelik yaşamına üst düzey bir etkisi olduğundan ötürü uzmanlar aşırı sosyal medya kullanımını gündeme taşımaya başlamışlardır (Tutgun Ünal, 2015). İnsanların yaşamlarına gün geçtikçe daha fazla yerleşen sosyal medyanın, bu yaşamları birçok yönden etkilediği düşüncesi akıllarda yer etmektedir. Özellikle ergenlik dönemi, bu dönemde oluşan özellikler ve ortaya çıkan sorunlar düşünüldüğünde, sosyal medya kullanımının bireylerin gelişimleri üzerinde en etkili olduğu dönem olarak değerlendirilebilmektedir. Bu dönemde ergenlerin sosyal ilişkiler geliştirmek, kimlik edinmek ve kendilerini ifade edebilmek için sosyal medya kullanımına yönelim gösterdikleri görülmektedir (Atalay, 2014). Ayrıca ergen bireylerin, interneti eğlence ve oyun amaçlı kullanmasının yanında internet üzerinden Facebook, Instagram, Snapchat vb. sosyal medya uygulamalarında aşırı zaman geçirmeleri ve bu uygulamaların kullanım süresinin gittikçe artması ergenlerdeki problemleri internet kullanımının bir diğer faktörü olarak nitelendirilebilmektedir (Şahin, Aydın, ve Balay, 2016; Çelikkaleli, Ata ve Avcı, 2018).

Bu çalışmanın ana değişkenlerinden birisi olan sosyal medya kullanımı, bireylerin sosyal ilişkilerine ve sosyal kaygı düzeylerine etkide bulunabilmektedir. Sosyal ilişki kavramı, insanlar arasındaki ilişkiler bütünü olarak tanımlanmaktadır.

Literatüre bakıldığında sosyal ilişki kavramı, kişinin içerisinde bulunduğu çevrede toplumsal özellikler edinmesiyle başlayan ilişkilerdir (Dinç, 2002). Ergen bir bireyin sosyal gelişimi en başta aile içinde başlar ve toplumdaki rollerini yine aile içerisinde kavrar (Şahin ve Çövenner Özçelik, 2016). İnsan psikolojisi şekillenmeye başladığında ilk olarak ergen, anne-babayı rol model olarak görür. Bu sürecin içerisinde temel güven duygusunun oluşması ve ergenin gerçekten kendini bir birey olarak görmesi ebeveynler ile kurulan ilişkilerin olumlu ya da olumsuz olmasına bağlıdır. Anne-baba tutumu bakımından demokratik bir ortamın hâkim olduğu aile içerisinde yetişen ergen, sağlıklı ilişkiler kurarak yetişir ve özerk, sağlıklı bir birey olarak yetişkinlik aşamasına geçiş yapar. Ailenin aşırı baskılı, otoriter bir tutum sergilemesi ergenin kendine olan güvenini yok eder. Bu ailelerde gösterilen bu tutum, ergenin kişiliğini ve düşüncelerini hiçe sayan bir tutumdur. Ebeveynleri tarafından sürekli suçlanan, cezalandırılan ergenlerin kolayca ağlayabildiği ve iletişim bozuklukları yaşadıkları görülmüştür. Bu durumdan dolayı ergen bireyler ebeveynleri ile sıkça çatışma yaşarlar. Baskı ile büyütülen bu çocuklarda aşagılık kompleksinin gelişme ihtimali oldukça yüksektir. Bu durum da ergenin kişilerarası ilişkilerini olumsuz bir şekilde etkiler (Tümekaya, Çelik ve Aybek, 2010). Bu durumun Covid -19 salgını döneminde daha da arttığı belirlenmiştir (Bakioğlu, Korkmaz, ve Ercan, 2020). Ebeveynleri ile çatışma yaşayan ergenin aşırı sosyal medya kullanımı halinde olduğuna dair bulgular bulunmaktadır. Çatışmalar sonucunda annesi ile ilişki kurmaktan çekinen ergenin siber zorbalığa maruz kalma ihtimali oldukça yüksektir. Baba ile ergenin kurdukları ilişki de ergenin sosyal medya kullanımını etkilemektedir (Bilgin, Şahin ve Togay, 2020). Sosyal medya kullanımının aşırı bir şekilde artması, ebeveynlerin özellikle son zamanlarda sıkça dile getirdikleri bir problem haline dönüşmüştür. Bu sorunun var olduğu süreç içerisinde aile üyeleri birbirleri ile uzaklaşmakla birlikte ergen birey ile de uzaklaşmaktadırlar. Bunun sonucunda da ebeveynler ve ergen birey arasındaki ilişkiler gittikçe azalmaya başlamıştır (Yayman, 2019).

Aile içerisinde ergenin bireyselleşme isteği, özerkleşme çabasını ve başka insanlarla sosyal ilişki kurabilme arzusunu ortaya koyar (Kerr ve Bowen, 1988; aktaran Bilgin, Şahin ve Togay, 2020). Ergenlik, özerklik gelişiminin en önemli olduğu dönem olarak ifade edilmektedir. Ergenlik döneminde özerklik gelişiminin daha iyi kavranması, onların değişen dünyaya daha kolay adapte olmalarını sağlar. Sağlıklı özerklik gelişimi ruh sağlığı açısından, madde kullanımı, suç işleme durumundan uzaklaşma ve iyi sosyal ilişkiler kurması açısından önem taşımaktadır. Ergenlik döneminde çeşitli beklentiler meydana gelmektedir ve bu beklentilerin onların özerklik gelişiminde rol oynadığı tespit edilmiştir. Ortaya konan kuramların genelinde özerklik gelişimin aile içerisindeki ilişkilerle değişime uğradığı saptanmıştır. Aile bağlarından kopma ve ilişkilerde olumsuz tavır sergileme, aile ile yakın ilişkilerin devam ettiği ortamda bir özerk olma çabası vardır (Özdemir ve Çok, 2011). Bu özerkliği aile içerisinde elde edemeyen ergen, bu özerkliği kazanmak için çeşitli sosyal medya araçlarını kullanarak kazanmaya yönelir. Kullandığı sosyal medya araçları üzerinden kurduğu sosyal ilişkiler, oynadığı oyunlar, kendisine yarattığı sanal dünya ile bu özerkliği tatmaya çabalayabilmektedir.

Ergenlik dönemi içerisinde kardeşler arasında bir çekişme yaşanabilmektedir. Ancak kardeş ilişkilerinde tek özellik çekişme değildir. Yürüme ya da okul öncesi çağındaki çocuklar, kardeşlerine yardım edip onları taklit ederler ve oyuncakları ile kazanımlarını paylaşırlar. Bu yaşanan paylaşımlar sonrasında çocuğun olumlu ilişkiler içerisinde bulunacağı düşünülmektedir. Kardeşlerin birbirlerine şiddet uyguladığı, kötü sözler söylediği, oyuncak ve kazanımlarını paylaşmadığı da görülmüştür. Bu durumların yaşanması sonucunda çocuğun ilişkilerinde olumsuz davranışlar sergileyebileceği düşüncesi ön plana çıkmıştır. Ergen birey, özellikle kardeşine daha fazla ilgi gösterilmesinden dolayı kendisini arka planda kalmış olarak hissedebilmektedir. Ergen bu hissettiği ilgisizlikten dolayı ebeveynlerine, kardeşine ve çevresindeki arkadaşlarına saldırgan davranışlarda bulunabilir ve soğuk tutumlar sergileyebilir (Bee ve Boyd, 2009). Bağımlılık derecesinde sosyal medya kullanımı olan ergenlerin aileleriyle daha az samimi ilişki içerisinde oldukları, sadece ebeveynleriyle değil diğer aile üyeleri içerisinde yer alan kardeşleri ile de çatışma yaşadıkları ve kardeşlerine karşı problemleri davranışlarda bulunabildikleri ifade edilebilmektedir (Yayman, 2019).

Günümüzde bakıldığında ergenlerin iyi bir birey olarak yetişmesinde toplumsal yeterlilik gösteren akranlarıyla ilişkiler kurmasının önemli bir rolü vardır. Ergenlik döneminde karışık cinsiyet grupları meydana gelmeye başlar. Ergen, akran grubunun değer kalıplarına ve davranış şekillerine uyum sağlama çabası gösterir. Ebeveynlere olan bağlılık devam etse de anne ile babanın ergen birey üzerindeki kontrolü azalış göstermektedir. Ergenlikte akranlar arasındaki ilişki ve yakınlık derecesi de artar, birbirleriyle duygularını ve sırlarını daha fazla paylaşmaya başlarlar ve birbirlerinin duygu ve düşüncelerinden haberdar olurlar. Akran grubu, ergen için aynı zamanda ilişkilerin değişimini sağlayan bir işlevdir. İlkokul yıllarında akran grupları öncelikle oyun için gerekli ortamı sağlar ve bu yönde işlev görür. Ergenlik döneminde ise ergen, aile yaşamından bağımsızlaşmaya başlayarak yavaş yavaş yetişkinlik dönemine doğru geçiş yapar. Bu geçiş sürecinde akran grubu ergen için aracı olur (Bee ve Boyd, 2009). Ergenin akranlarıyla olan sosyal ilişkilerini geliştirmek için kullandığı bir diğer araç da sosyal medyadır. Ergen bireylerin sosyal medya vasıtasıyla birbirleri ile kurdukları iletişimin süresi ve yoğunluğu gün geçtikçe artmaktadır. Kimi ergenler yüz yüze iletişim kurma konusunda sıkıntılar yaşadığından dolayı akranlarıyla sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirme yoluna başvurmaktadır. Ergen bunu yaparak sosyalleşiyor gibi gözükse de kişilerde yabancılaşma ve yalnızlık olgularını ortaya çıkarmaktadır (Okumuş, 2018). Ergen birey için aileye nazaran akran grubundan ilgi ve kabul görme, beğenilme kişilik ve kimlik gelişimi için önem arz eder. Kim olduğunu anlamaya çalışan ergen birey, akranları ile yaşadığı bu süreç içerisinde birçok iletişim kurma yolunu denemekte, ihtiyaçlarını karşılayabilmek için farklı yollara başvurmaktadır (Türk, 2020). Ergenlerin sosyal medya kullanım oranları, gerçek hayatta sosyal ilişkilerinin bir hayli azaldığını göstermektedir. Bu bağlamda ergenlerin sosyal medya kullanımlarının aileleri ve akranları ile olan ilişkilerini sıradanlaştırdığı söylenebilmektedir (Erdem, 2019). Akran ilişkileri ile aşırı sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiye bakıldığında; sosyal medyanın sosyal ilişki geliştirmede kolaylık sağlıyor olması nedeniyle ergenlerin akran ilişkilerini geliştirdiği öne sürülebilir.

Fakat ergenin uzun süre sosyal medya kullanımı, kontrolsüz bir şekilde sosyal medyada zaman geçirmesi ve sosyal medya kullanımının sıklığının gittikçe artması ergenin akranları ile olan sosyal ilişkilerini olumsuz olarak etkilemektedir. Yeterli akran ilişkileri olmayan, kendilerini yalnız hisseden ve bu yalnızlıklarını gerçek hayatlarında ortadan kaldırmada zorluk yaşayan ergenler de problemleri bir şekilde internet ve sosyal medya kullanımı ortaya koyabilmektedirler (Zorbaz, 2013).

Buluğ çağında ergen, ağırlıklı bir şekilde fiziksel ve hormonal evrimler yaşamakta, bu hızlı değişimlere ayak uydurmaya çalışırken diğer taraftan da duygusal açıdan yeni, farklı hisleri oluşmaya başlamaktadır. Ergenlik çağında birey kişisel olarak çocukluk zamanlarından daha farklı bir biçimde yeni ilişkiler kurma isteği çabasıdadır (Yavuzer, 2017). Ergenliğin ilk yıllarında aynı cinsiyete mensup arkadaşlar hâlâ özel arkadaş kategorisinde olmasına rağmen, ergen bireyin karşı cinsteki arkadaşlık aramaları fazlalır ve romantik ilişkilere bu şekilde adım atmış olur. Ergenlik dönemi içinde kurulan romantik ilişkiler ergenin üzerinde önemli etkilere sahiptir. Bunun nedeni ise ergenlikte kurulan romantik ilişkilerin ergen için önemli ve özel bir konuma sahip olmasıdır. Ergen bireyin yaşında da artış meydana geldikçe romantik ilişkilerin daha ciddiye alındığı, fakat romantik ilişkilerin ergen üzerinde akademik olarak başarısızlık da meydana getirebildiği saptanmıştır. Ayrıca ergenlik döneminde ergen bireylerin bazıları karşı cinsteki karşı çekingen bir şekilde yaklaşım göstermektedir. Bu da cinsel gelişim bilgisinin yetersiz kalması ya da ailesi ile olan ilişkilerden ötürü kaynaklanmaktadır (Bayhan ve Işıtan, 2010). Sosyal medya kullanımının artması ile birlikte ergenler ilişki kurabilmek adına partner arayabilir. Schentke (2007) lise düzeyindeki öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmada; öğrencilerin %12,1'inin internet üzerinden romantik bir ilişki arama çabası içerisinde olduklarını, %5,7'sinin ise aynı sosyal medya mecralarında yaptıkları bu girişimden başarıya ulaşmış romantik ilişkilerinin olduğu sonucuna varmıştır. Ergenlikteki romantik ilişkiler bu dönemin özelliği açısından önem taşımaktadır. Ergenlik dönemindeki bireyler, aile üyeleri ve akran grubundan çok romantik ilişki geliştirdikleri partnerleri ile vakit geçirmektedirler (Laursen ve Williams, 1997; aktaran Yayman, 2019). Ayrıca yapılan bir çalışmada romantik ilişki içerisinde olma ile sosyal medya kullanımı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna da ulaşılmıştır (Yayman, 2019).

Sosyal kaygı insan yaşamının akışını, duygu durumunu derinden etki altına alan, gündelik yaşamı giderek zorlaştıran, sosyal ortamlarda sık sık ortaya çıkabilen bir kaygı türü olarak tanımlanabilir. Bunun yanı sıra sosyal kaygı, bireyin başkaları tarafından değerlendirilmesi sırasında karşılaşılan, diğer kişiler tarafından eleştirilme, alay edilme ile karşı karşıya kalma endişesi, başkaları önünde küçük düşme korkusudur (Yeniçikti, 2010).

Sosyal medya mecralarında aşırı zaman harcama ve problemleri bir şekilde internet kullanımı ile sosyal kaygı ve bunun sonucunda da oluşan iletişim kaygısı arasında bir ilişki olduğu göze çarpmaktadır. Sosyal alanda kurulacak gerçek iletişim, sosyal kaygıya sahip olan ergen bireyler tarafından pek de tercih edilmeyebilmektedir. Bunun sonucunda sosyal ilişki açısından yüz yüze iletişimin olmadığı ve mekân kullanımının zorunlu olmadığı sosyal medya mecralarını çok daha fazla kullanma durumu ortaya çıkmaktadır.

Sosyal kaygı yaşayan ergen bireylerin bu kaygılarını, sosyal medyanın sahip olduğu özellikler neticesinde daha az düzeyde yaşamalarından dolayı sosyal medya aracılığı ile sosyal ilişkiler geliştirmeyi tercih ettikleri ortaya çıkmaktadır (Aktan, 2018). Özellikle sosyal kaygı yaşayan ergenler, kendilerinde olumsuz buldukları şeyleri, beğenmedikleri özelliklerini gizli tutabilmekte ve değiştirebilmektedirler. Kendileri ile alakalı olan bilgileri uydurarak veya abartılı bir biçimde ortaya koyabilmektedirler (Eldeleklioğlu ve Vural, 2017). Sosyal medya üzerinden kurulan sosyal ilişkilerde reddedilme ve eleştirilme ihtimalinin gerçek hayattaki ilişkilere nazaran daha az olması (Eldeleklioğlu ve Vural, 2013) nedeniyle sosyal kaygı yaşayan bireyler için internet ve sosyal medya, daha çekici gelmektedir. Ancak yine literatürdeki bazı bulgulara bakıldığında sosyal medyanın aşırı kullanımı ile ergen bireylerde problemleri internet kullanımının ortaya çıktığı ve bunun da sosyal kaygıların oluşumuna neden olduğu vurgulanmaktadır (Aktan, 2018).

Sağlıklı sosyal ilişkiler geliştiremeyen ergenler sosyal ilişki ihtiyaçlarını internet aracılığıyla sosyal medyayı kullanarak giderebilirler. Bu doğrultuda sosyal kaygılı ergen bireylerin sosyal ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalara da sahip olduğunu ifade etmek mümkün olabilmektedir. Bunun sonucunda da sosyal kaygı yaşayan ergenlerin sosyal ilişkilerden kendilerini soyutlamayı ve sosyal çevreden uzaklaşarak sosyal medyayı tercih ettiği düşünülebilmektedir (Şahan ve Çapan, 2017).

Sosyal kaygı yaşayan ergen bireylerin sosyal ağları pasif olarak da kullanabildikleri görülmektedir. Sosyal kaygı belirtileri gösteren ergenlerin sosyal medyada ve sosyal ağlarda daha fazla vakit harcadıkları görülmekle birlikte sosyal kaygı yaşamalarına sebep verdiği için pasif sosyal medya kullanımı durumu içerisinde de olabilmektedirler (Doğan ve Tosun, 2016).

Konunun önemi göz önüne alındığında ergenler için önemli bir sorun olabilecek aşırı ve kontrolsüz sosyal medya kullanımının günümüzde özellikle artış göstermesi, sosyal medyanın yaşamın her alanında olduğu gibi sosyal ilişkileri etkileyerek bireyleri sosyal kaygı duymaya yönlendirmesi ve ortada giderek artan bir sosyal medya çılgınlığının var olması bu çalışmanın yapılmasını daha da gerekli kılmıştır. Bu çalışmada ergen bireylerde sosyal medya kullanımının sosyal ilişkilerine ve sosyal kaygı düzeylerine ne derecede etkilerde bulunduğu araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- 1) Ergenlerin sosyal medya kullanımları ile sosyal ilişkileri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 2) Ergenlerin sosyal medya kullanımları ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 3) Ergenlerin sosyal medya kullanımları, sosyal ilişkileri ve sosyal kaygı düzeyleri ile yaş, cinsiyet, sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1. YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmanın araştırma modeli, betimsel nitelikte durum tespitine yönelik ilişkisel tarama modelidir. Betimsel tarama, büyük gruplarla yürütülen, bireylerin bir olgu ya da bir olayla ilgili fikirlerinin, tutumlarının toplandığı, olgu ve olayların betimlenmeye çalışıldığı araştırmalardır (Karakaya, 2012: 59; Cohen, Manion ve Morrison, 2018). Bu çalışmada da, ergenlerin sosyal medya kullanımlarının sosyal ilişkileri ve sosyal kaygı düzeyleri ile olan ilişkisi çeşitli değişkenler açısından incelendiğinden betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır.

Evren Örneklem

Araştırmaya Türkiye sınırları içerisinde öğrenim görmekte olan 253'ü (%69,7) kadın ve 110'u (%30,3) erkek olmak üzere toplam 363 kişi katılmıştır. Ergenlere yönelik bir çalışma olduğundan dolayı evren örneklem, ortaöğretim öğrencileri olarak seçilmiştir. Katılımcı olan ergen bireylerin 30'u (%8,3) 14, 87'si (%24) 15, 89'u (%24,5) 16, 120'si (%33,1) 17 ve 37'si (%10,2) 18 yaşlarındadır. Katılımcıların 15 tanesi (%4,1) ortaöğretim kademesi hazırlık sınıfı öğrencisi, 58 tanesi (%16) 9. sınıf öğrencisi, 78 tanesi (%21,5) 10. sınıf öğrencisi, 100 tanesi (%27,5) 11. sınıf öğrencisi ve 112 tanesi (%30,9) 12. sınıf öğrencisidir.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın gerçekleştirilebilmesi için gerekli olan ölçek izinleri alındıktan sonra araştırmaya katılmak için gönüllü olan bireylerin online olarak oluşturulan formlara yanıtlarını vermeleri ile veriler toplanmıştır. Salgın nedeniyle oluşan şartlardan dolayı veri toplama araçları online bir form haline getirilmiş ve veriler internet üzerinden bu form aracılığıyla toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veritoplama araçlarına ait bilgiler aşağıda sunulmaktadır.

a.) Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)

Ölçek sosyal medya bağımlılığı alanında yapılacak olan araştırmalarda kullanılacak, DSM-5 kriterlerine uygun, geçerli, güvenilir ve kullanışlı bir alternatif ölçme aracının geliştirilmesi amaçlanarak Özgenel, Canpolat ve Ekşi tarafından 2019 yılında oluşturulmuştur. Ölçek ortaokul ve lise kademelerinde yer alan öğrenciler için geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 9 maddeden oluşmaktadır ve tek faktörlüdür. Ölçek 5'li likert tipindedir. Ölçekte "Hiçbir zaman-1", "Nadiren-2", "Bazen-3", "Çoğunlukla-4", "Her zaman-5" olarak bir derecelendirme yapılmıştır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en az puan 9, alınabilecek en yüksek puan ise 45'tir. Ölçekten alınan toplam puan, tüm maddelere verilen cevaplara ait değerlerin toplanması ile hesaplanmaktadır. Ölçekten yüksek bir puan alınması bireyin sosyal medya bağımlılık düzeyinin yüksek, düşük bir puan alınması ise sosyal medya bağımlılık düzeyinin düşük olduğuna işarettir. Uygulanan açımlayıcı faktör analizi sonucunda 9 maddelik ve tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Dokuz maddelik ve tek faktörlü olan ölçek toplam varyansın 56.787'sini açıklamaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi aracılığıyla bu yapı test edilmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerliğini belirlemek için benzer özellikleri ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olan "Oyun Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır.

Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ile Oyun Bağımlılığı Ölçeği arasında $r=.554$ düzeyinde pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ise 0.904 olarak hesaplanmıştır (Özgenel, Canpolat ve Ekşi , 2019).

b.) Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ESKÖ)

Çocuklarda sosyal korkuları değerlendirmek amacıyla ilk ölçek çalışmasını La Greca ve arkadaşları (1988) ortaya koymuşlardır. Çocuklar İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ÇSKÖ) olarak isimlendirilen bu ilk ölçek, iki alt boyuttan oluşan bir ölçektir. Ölçekteki maddeler sosyal kaygı içerisinde var olduğu sayılan üç bileşene dayanmaktadır: Olumsuz değerlendirme korkusu, sosyal kaçınma ve sosyal huzursuzluk duyma. Ölçek 5’li likert tipindedir. Bu ölçeğin 2-6. sınıf çocuklarını kapsayan geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının oldukça olumlu sonuçlar verdiği belirtilmiştir. ÇSKÖ’nün gözden geçirilmiş formu (ÇSKÖ-R) literatürde kısaca SASC-R olarak bilinen, toplamda 22 maddelik bir ölçektir. Çocuklar için geliştirilmiş olan ÇSKÖ-R; “diğer çocuklar” yerine “yaşıtlarım”, “oyun oynamak” yerine “bir şeyler yapmak” şeklinde ufak sözcük değişiklikleri yapılarak ergen bireylere uyarlanmış ve bu oluşturulan forma “Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ESKÖ)” adı verilmiştir. ESKÖ, 5’li likert tipinde bir ölçektir. “1=Hiçbir zaman”, “2=Nadiren”, “3=Bazen”, “4=Genellikle” ve “5=Her zaman” olarak bir derecelendirme yapılmıştır. ESKÖ, çocuk formunda olduğu gibi 22 maddeden oluşmaktadır ve yine 18’i ölçek maddesi olup, kalan 4’ü ilişkisiz maddelerdir. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu (ODK), Genel Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (G-SKHD) ve Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) olmak üzere 3 alt ölçek bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 18, en yüksek puan ise 90’dır. Ölçeğin her bir alt boyutundan elde edilen yüksek puan bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliğe sahip olduğunu işaret etmektedir. Ölçekte ters yönlü madde bulunmamaktadır. Yapılan faktör analizi sonucunda bahsedilen 3 faktörün, toplam varyansın %48’ini karşıladığı saptanmıştır. ODK alt ölçeğinin Cronbach Alpha katsayısı .83, Y-SKHD alt ölçeğinin .71 ve G-SKHD alt ölçeğinin ise .68 olarak hesaplanmıştır. ESKÖ’nün Cronbach Alpha katsayısı ise .88 olarak hesaplanmıştır. ODK, Y-SKHD ve G-SKHD alt ölçeklerinin iki yarım güvenilirliği katsayıları sırasıyla .85, .67 ve .71 olarak hesaplanmıştır. ESKÖ’nün iki yarım güvenilirliği katsayısı ise .85 olarak hesaplanmıştır. Alt ölçekler arasında orta düzeyde bir korelasyon tespit edilmiştir. Ayrıca ESKÖ’nün Çapa Çocuk ve Ergenler İçin Sosyal Fobi Ölçeği (ÇESFÖ) ve Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri-Sürekli Kaygı Formu (ÇDSKE-SK) ile istatistiksel anlamda ilişkili bulunması iyi derecede yapı geçerliğine sahip olduğunun göstergesidir (Aydın ve Tekinsav Sütçü, 2007).

Verilerin Analizi

Verilerin analiz işlemi SPSS 26.0 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Toplanan veriler sonucunda normallik dağılımlarına bakılarak toplam puanların normal dağılım gösterdikleri anlaşıldığından ötürü parametrik test istatistikleri kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ) puanları, Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ESKÖ) ve alt boyutları puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi için korelasyon analizi yapılmıştır.

Bağımsız örneklem için t testi ve varyans analizinden anlamlı farklılığın kaynağını belirlemek için de Scheffe testinden faydalanılmıştır. Gruplar arasında mümkün olan bütün doğrusal kombinasyonların karşılaştırması için Scheffe metodu geliştirilmiş olup; bu metod genel itibariyle, en esnek ve karşılaştırılacak grup sayılarının çok olması durumunda α hata payını kontrol altında tutabilen ve gruplardaki gözlem sayılarının eşit olması varsayımını dikkate almayan bir post hoc türü olarak ele alınmaktadır (Scheffe, 1959).

2. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın bulguları alt problemlere göre sırasıyla verilmektedir.

Alt Problem 1: Ergenlerin ESMBÖ puanları ile ESKÖ ve alt puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 1: Cinsiyete Göre ESMBÖ Puanları t Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
(ESMBÖ)	Erkek	110	16,65	6,21	-3,68	361	,000*
	Kadın	253	19,72	7,71	-4,00		

*p<.05

Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği puan ortalamaları arasında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.05). Kadınlarda ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği puan ortalaması 19.72, erkeklerin puan ortalaması ise 16,65'tir (Tablo 1).

Tablo 2: Cinsiyete Göre ESKÖ Puanları t Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
(ESKÖ)	Erkek	110	38,72	15,55	-3,48	361	,001*
	Kadın	253	45,15	16,40	-3,55		

*p<.05

Ergenler için sosyal kaygı ölçeği puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenler için sosyal kaygı ölçeği puan ortalamaları arasında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.05). Kadınlarda ergenler için sosyal kaygı ölçeği puan ortalaması 45.15, erkeklerin puan ortalaması ise 38,72'dir (Tablo 2).

Alt Problem 2: Ergenlerin ESMBÖ puanları ile ESKÖ ve alt puanları yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ergenlerin ESMBÖ puanları, ESKÖ ve alt puanları ile yaş arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır.

Alt Problem 3: Ergenlerin ESMBÖ puanları ile ESKÖ ve alt puanları sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda sınıf düzeyine göre yalnızca ESKÖ alt boyutlarından olan Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) puanlarının anlamlı farklılık ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeğinin Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) alt faktörü puanlarının sınıf düzeyine göre hazırlık sınıfındaki 15 kişinin puan ortalaması 13.13, 9.sınıfta okuyan 58 kişinin puan ortalaması 17.72, 10.sınıfta okuyan 78 kişinin puan ortalaması 17.19, 11.sınıfta okuyan 100 kişinin puan ortalaması 15,15 ve 12.sınıfta okuyan 112 kişinin puan ortalaması 15,85'tir.

Tablo 3: Sınıf Düzeyine Göre Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) Alt Faktörü Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
(Y-SKHD)	Gruplar Arası	475,048	4	118,762	3,430	,009*	0-1, 0-2, 1-3, 1-4, 2-3
	Gruplar İçi	12396,605	358	34,627			
	Toplam	12871,653	362				

*p<.05

Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ESKÖ alt boyutlarından olan Y-SKHD puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise hazırlık (0) sınıfında okuyanlar (X=13,13) ile 9. sınıfta (1) bulunan öğrenciler (X=17,72) ve 10. sınıfta (2) bulunan öğrenciler (X=17,19) arasında hazırlık sınıfında okuyanların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer elde edilen sonuca göre 9. sınıf (1) öğrencileri (X=17,72) ile 11. sınıf (3) öğrencileri (X=15,15) ve 12. sınıf (4) öğrencileri (X=15,85) arasında 9. sınıf öğrencileri aleyhine anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan analiz sonucunda ulaşılan bir diğer sonuca göre ise 10. sınıf (2) öğrencileri (X=17,19) ve 11. sınıf (3) öğrencileri (X=15,15) arasında 10. sınıf öğrencileri aleyhine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 3).

Alt Problem 4: Ergenlerin sosyal medyayı kullanmadıklarında kendilerini kötü hissetmeleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 4: Cinsiyete Göre Ergenlerin Sosyal Medyayı Kullanmadıklarında Kendilerini Kötü Hissetme Puanları t Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
	Erkek	110	2,25	1,102	-2,035	361	,043*
	Kadın	253	2,50	1,104	-2,037		

*p<.05

Ergenlerde sosyal medyayı kullanmama durumunda kendilerini kötü hissetme puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenlerde sosyal medyayı kullanmama durumunda kendilerini kötü hissetme puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Kadınlarda sosyal medyayı kullanmama durumunda kendilerini kötü hissetme puan ortalaması 2.50, erkeklerin puan ortalaması ise 2,25'tir (Tablo 4).

Alt Problem 5: Ergenlerde sosyal medyaya ulaşılamadığında duyulan kaygı cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 5: Cinsiyete Göre Ergenlerde Sosyal Medyaya Ulaşılamadığında Duyulan Kaygı Puanları t Testi Sonucu

Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
Erkek	110	1,98	1,14	-2,50	361	,013*
Kadın	253	2,34	1,27	-2,61		

* $p<.05$

Ergenlerde sosyal medyaya ulaşılamadığında duyulan kaygı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenlerde sosyal medyaya ulaşılamadığında duyulan kaygı puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Kadınlarda sosyal medyaya ulaşılamadığında duyulan kaygı puan ortalaması 2.34, erkeklerin puan ortalaması ise 1,98'dir (Tablo 5).

Alt Problem 6: Sosyal medyada kendileri hakkında yapılan yorumların ergenlerde uyandırdığı kaygı cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 6: Cinsiyete Göre Sosyal Medyada Kendileri Hakkında Yapılan Yorumların Ergenlerde Uyandırdığı Kaygı Puanları t Testi Sonucu

Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
Erkek	110	1,79	1,18	-3,056	361	,002*
Kadın	253	2,24	1,31	-3,180		

* $p<.05$

Sosyal medyada yapılan yorumların ergenlerde uyandırdığı kaygı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre sosyal medyada yapılan yorumların ergenlerde uyandırdığı kaygı puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Kadınlarda sosyal medyada yapılan yorumların ergenlerde uyandırdığı kaygıya ait puan ortalaması 2.24, erkeklerin puan ortalaması ise 1,79'dur (Tablo 6).

Alt Problem 7: Ergenlerin sosyal medya kullanım süresini düzenlemeye yönelik yaptıkları çalışma cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 7: Cinsiyete Göre Ergenlerin Sosyal Medya Kullanım Süresini Düzenlemeye Yönelik Yaptıkları Çalışma Puanları t Testi Sonucu

Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
Erkek	110	2,91	1,45	-2,30	361	,022*
Kadın	253	3,26	1,28	-2,19		

*p<.05

Tablo 7’de verilenlere göre inceleme yapıldığında ergenlerin sosyal medya kullanım süresini düzenlemeye yönelik yaptıkları çalışma puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenlerin sosyal medya kullanım süresini düzenlemeye yönelik yaptıkları çalışma puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.05). Kadınların sosyal medya kullanım süresini düzenlemeye yönelik yaptıkları çalışma puan ortalaması 3,26 ve erkeklerin puan ortalaması ise 2,91’dir.

Alt Problem 8: Ergenlerde sosyal medyaya ayrılan zamandan dolayı farklı etkinliklere ve hobilere zaman bulamama durumu cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 8’de yer alan değerlere bakıldığında ergenlerde sosyal medyaya ayrılan zamandan dolayı farklı etkinliklere ve hobilere zaman bulamama durumu puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenlerde sosyal medyaya ayrılan zamandan dolayı farklı etkinliklere ve hobilere zaman bulamama durumu puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.05). Kadınlarda sosyal medyaya ayrılan zamandan dolayı farklı etkinliklerle hobilere zaman bulamama durumu puan ortalaması 2,20 ve erkeklerin puan ortalaması ise 1,64’tür.

Tablo 8: Cinsiyete Göre Ergenlerde Sosyal Medyaya Ayrılan Zamandan Dolayı Farklı Etkinliklere ve Hobilere Zaman Bulamama Durumu Puanları t Testi Sonucu

Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
Erkek	110	1,64	1,02	-3,99	361	,000*
Kadın	253	2,20	1,30	-4,38		

*p<.05

Alt Problem 9: Ergenlerde sosyal medya kullanımından dolayı sosyal ilişkilerin (aile, arkadaş, flört) olumsuz etkilenmesi cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Tablo 9: Cinsiyete Göre Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımından Dolayı Sosyal İlişkilerin (Aile, Arkadaş, Flört) Olumsuz Etkilenmesi Puanları t Testi Sonucu

Cinsiyet	N	X	SS	t	sd	p
Erkek	110	1,32	,64	-2,79	361	,005*
Kadın	253	1,59	,93	-3,21		

*p<.05

Ergenlerde sosyal medya kullanımından dolayı sosyal ilişkilerin (aile, arkadaş, flört) olumsuz etkilenmesi puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre cinsiyete göre ergenlerde sosyal medya kullanımından dolayı sosyal ilişkilerin (aile, arkadaş, flört) olumsuz etkilenmesi puan ortalamalarında erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<.05). Kadınlarda sosyal medya kullanımından dolayı sosyal ilişkilerin (aile, arkadaş, flört) olumsuz etkilenme puan ortalaması 1.59, erkeklerin puan ortalaması ise 1,32'dir (Tablo 9).

Alt Problem 10: ESMBÖ, ESKÖ ve alt faktörleri olan ODK, G-SKHD ve Y-SKHD puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 10: ESMBÖ, ESKÖ ve Alt Faktörleri Olan ODK, G-SKHD ve Y-SKHD Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonucu

	ESMBÖ	ESKÖ	ODK	G-SKHD	Y-SKHD
ESMBÖ	1	,401**	,405*	,388*	,276*
ESKÖ	,401*	1	,912*	,880*	,882*
ODK	,405*	,912*	1	,704*	,663*
G-SKHD	,388*	,880*	,704*	1	,730*
Y-SKHD	,276*	,882*	,663*	,730*	1

*p<0.01

Tablo 10'da belirtildiği gibi ESMBÖ, ESKÖ ve alt faktörleri olan ODK, G-SKHD ve Y-SKHD puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda ESMBÖ ile ESKÖ puanları arasında zayıf düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur (r=.401; p<.01). Ayrıca ESMBÖ puanları ile ESKÖ alt boyutlarından olan ODK puanları arasında düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon (r=.405; p<.01), G-SKHD puanları ile arasında zayıf düzeyde anlamlı korelasyon (r=.388; p<.01) ve Y-SKHD puanları ile arasında da zayıf düzeyde anlamlı korelasyon bulunmuştur (r=.276; p<.01). Ayrıca ESKÖ puanları ile alt boyutlarından olan ODK puanları arasında çok yüksek düzeyde anlamlı bir korelasyon (r=.912; p<.01), yine alt boyutlarından olan G-SKHD puanları ile arasında yüksek düzeyde anlamlı bir korelasyon (r=.880; p<.01) ve bir diğer alt boyutu olan Y-SKHD puanları ile arasında ise yüksek düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur (r=.882; p<.01).

Alt Problem 11: Ergenlerde sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre ESMBÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESMBÖ puanlarının ergenlerde sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre “hiçbir zaman” ailesine zaman ayıramama durumunu yaşamayan 154 kişinin puan ortalaması 14.77, “nadiren” ailesine zaman ayıramayan 102 kişinin puan ortalaması 18.73, “bazen” ailesine zaman ayıramayan 73 kişinin puan ortalaması 23.22, “çoğunlukla” ailesine zaman ayıramayan 26 kişinin puan ortalaması 24.85 ve “her zaman” ailesine zaman ayıramayan 8 kişinin puan ortalaması 36,63’tür.

Tablo 11: Ergenlerde Sosyal Medya Kullanım Süresinden Kaynaklı Olarak Aileye Zaman Ayıramama Durumuna Göre ESMBÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
(ESMBÖ)	Gruplar Arası	7416,128	4	1854,032	53,010	,000*	1-5, 2-5, 3-5, 4-5
	Gruplar İçi	12521,112	358	34,975			
	Toplam	19937,240	362				

*p<.05

Yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESMBÖ puanlarının ergenlerde sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu saptanmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise sosyal medyayı kullanım süresinden kaynaklı olarak ailesine her zaman zaman ayıramadığını ifade eden ergenler (X=36,63) ile hiçbir zaman sosyal medya kullanım süresinden dolayı zaman ayıramama durumunu yaşamayanlar (X=14.77), nadiren ailesine zaman ayıramayan (X=18.73), bazen zaman ayıramayan (X=23.22) ve çoğunlukla zaman ayıramayan ergenler (X=24.85) arasında sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak her zaman ailesine zaman ayıramayanlar aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir (Tablo 11).

Alt Problem 12: Ergenlerin sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre ESKÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESKÖ puanlarının ergenlerde sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre “hiçbir zaman” ailesine zaman ayıramama durumunu yaşamayan 154 kişinin puan ortalaması 39.96, “nadiren” ailesine zaman ayıramayan 102 kişinin puan ortalaması 43.77, “bazen” ailesine zaman ayıramayan 73 kişinin puan ortalaması 43.55, “çoğunlukla” ailesine zaman ayıramayan 26 kişinin puan ortalaması 52,54 ve “her zaman” ailesine zaman ayıramayan 8 kişinin puan ortalaması 64,63’tür.

Tablo 12: Ergenlerde Sosyal Medya Kullanım Süresinden Kaynaklı Olarak Aileye Zaman Ayıramama Durumuna Göre ESKÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Ergenler İçin	Gruplar Arası	7597,720	4	1899,430	7,574	,000*	1-5, 2-5, 3-5
Sosyal Kaygı	Gruplar İçi	89777,999	358	250,777			
Ölçeği (ESKÖ)	Toplam	97375,719	362				

*p<.05

Yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESKÖ puanlarının ergenlerde sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama durumuna göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu saptanmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise sosyal medyayı kullanım süresinden kaynaklı olarak ailesine her zaman zaman ayıramadığını ifade eden ergenler (X=64,63) ile hiçbir zaman sosyal medya kullanım süresinden dolayı zaman ayıramama durumunu yaşamayanlar (X=39,96), nadiren ailesine zaman ayıramayan (X=43,77) ve bazen ailesine zaman ayıramayan (X=43,55) arasında sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak her zaman ailesine zaman ayıramayanlar aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir (Tablo 12).

Alt Problem 13: Ergenlerin sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirebilmelerine göre ESMBÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESMBÖ puanlarının ergenlerin sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirebilmelerine göre “hiçbir zaman” sosyal ilişkiler geliştiremeyen 116 kişinin puan ortalaması 16.52, “nadiren” sosyal ilişkiler geliştirebilen 83 kişinin puan ortalaması 17.98, “bazen” sosyal ilişkiler geliştirebilen 64 kişinin puan ortalaması 17.80, “çoğunlukla” sosyal ilişkiler geliştirebilen 74 kişinin puan ortalaması 21,53 ve “her zaman” sosyal ilişkiler geliştirebilen 26 kişinin puan ortalaması 26,12’dir.

Tablo 13: Ergenlerin Sosyal Medya Üzerinden Sosyal İlişkiler Geliştirebilmelerine Göre ESMBÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Ergenler İçin	Gruplar Arası	2666,863	4	666,716	13,820	,000*	1-5, 2-5, 3-5
Sosyal Medya	Gruplar İçi	17270,376	358	48,241			
Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)	Toplam	19937,240	362				

*p<.05

Yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESMBÖ puanlarının ergenlerin sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirebilmelerine göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise her zaman sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirebilen ergenler ($X=29,45$) ile hiçbir zaman geliştiremeyen ($X=14,24$), nadiren geliştirebilen ($X=17,79$) ve bazen geliştirebilen ($X=22,47$) ergenler arasında sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirebilen ergenler lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir (Tablo 13).

Alt Problem 14: Ergenlerin sosyal medyada başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini merak etme düzeylerine göre ESKÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESKÖ puanlarının ergenlerin sosyal medyada başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini merak etme düzeylerine göre; “hiçbir zaman” merak etmeyen 117 kişinin puan ortalaması 37.74, “nadiren” merak eden 83 kişinin puan ortalaması 38.04, “bazen” merak eden 70 kişinin puan ortalaması 43.70, “çoğunlukla” merak eden 54 kişinin puan ortalaması 50,26 ve “her zaman” merak eden 39 kişinin puan ortalaması 59,87’dir.

Tablo 14: Ergenlerin Sosyal Medyada Başkalarının Kendileri Hakkında Ne Düşündüklerini Merak Etme Düzeylerine Göre ESKÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ESKÖ)	Gruplar Arası	19245,090	4	4811,273	22,046	,000*	1-5, 2-5, 3-5, 4-5
	Gruplar İçi	78130,629	358	218,242			
	Toplam	97375,719	362				

* $p < .05$

Tablo 14’te görüldüğü üzere yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESKÖ puanlarının ergenlerin sosyal medyada başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini merak etme düzeylerine göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu saptanmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise sosyal medyada başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini her zaman merak eden ergenler ($X=59,87$) ile hiçbir zaman merak etmeyen ($X=37.74$), nadiren merak eden ($X=38.04$), bazen merak eden ($X=43.70$) ve çoğunlukla merak eden ergenler ($X=50,26$) arasında sosyal medyada başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini her zaman merak eden ergenler aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir.

Alt Problem 15: Ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre ESMBÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESMBÖ puanlarının ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre; “hiçbir zaman” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer almayan 253 kişinin puan ortalaması 17.00, “nadiren” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 51 kişinin puan ortalaması 20.20, “bazen” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 36 kişinin puan ortalaması 24.75, “çoğunlukla” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 12 kişinin puan ortalaması 21,00 ve “her zaman” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 11 kişinin puan ortalaması 31,36’dır.

Tablo 15: Ergenlerin Sosyal Kabul Almaya Yönelik Sosyal Medya Faaliyetlerine Göre ESMBÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Ergenler İçin Sosyal Medya Bağlılığı Ölçeği (ESMBÖ)	Gruplar Arası	3987,905	4	996,976	22,378	,000*	1-5, 2-5, 4-5
	Gruplar İçi	15949,335	358	44,551			
	Toplam	19937,240	362				

*p<.05

Tablo 15’te yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESMBÖ puanlarının ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde her zaman yer alan ergenler (X=31,36) ile hiçbir zaman yer almayan (X=17,00), nadiren yer alan (X=20,20) ve çoğunlukla yer alan ergenler (X=21,00) arasında sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde her zaman yer alan ergenler aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varılmıştır.

Alt Problem 16: Ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre ESKÖ puanları anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

ESKÖ puanlarının ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre; “hiçbir zaman” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer almayan 253 kişinin puan ortalaması 39.54, “nadiren” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 51 kişinin puan ortalaması 45.47, “bazen” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 36 kişinin puan ortalaması 53.94, “çoğunlukla” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 12 kişinin puan ortalaması 56,83 ve “her zaman” sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde yer alan 11 kişinin puan ortalaması 66,73’tür.

Tablo 16: Ergenlerin Sosyal Kabul Almaya Yönelik Sosyal Medya Faaliyetlerine Göre ESKÖ Puanları Tek Yönlü Varyans Analizi Sonucu

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (ESKÖ)	Gruplar Arası	16124,462	4	4031,115	17,761	,000*	1-5, 2-5
	Gruplar İçi	81251,257	358	226,959			
	Toplam	97375,719	362				

*p<.05

Tablo 16’da yapılan tek yönlü varyans analiz sonucuna göre ESKÖ puanlarının ergenlerin sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Scheffe testi sonucuna göre ise sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde her zaman yer alan ergenler (X=66,73) ile hiçbir zaman yer almayan (X=39,54) ve nadiren yer alan ergenler (X=45,47) arasında sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerinde her zaman yer alan ergenler aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Ergenlik dönemi fiziksel, biyolojik, psikolojik ve sosyal anlamda değişimlerin hızlıca yaşandığı bir dönemdir. Özellikle sosyal alandaki değişimler ergen bireylerin sosyal ilişkilerini ve sosyal kaygı düzeylerini önemli derecede etkileyebilmektedir. Bu alandaki yaşanan değişimlerin önemli etkenlerinden bir tanesi de günümüzde aşırı şekilde artış gösteren sosyal medya kullanımınıdır. Sosyal medyanın tüm bireylerin hayatında önemli yer edindiği gibi ergen bireylerin de hayatında önemli yer edinmesi, gelişim dönemleri içerisinde dikkat edilmesi gereken bu dönemin içerisinde bulunan bireylere olan etkisinin araştırılması gerekliliğini gün geçtikçe daha da artırmaktadır. Bu bölümde ergenlerin sosyal medya kullanımlarının sosyal ilişkileri ve sosyal kaygı düzeyleri ile olan ilişkileri hakkındaki bulguların incelenmesi amaçlanmıştır.

Yapılan bu çalışmada kadınların Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ile Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği ve alt boyutları puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlik dönemi içerisinde yer alan kadınların, bu dönemdeki erkeklere kıyasla daha fazla sosyal medya kullanımında buldukları, sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek oldukları, genel ve yeni durumlarda daha fazla sosyal kaçınma içerisinde oldukları ve huzursuzluk duydukları ve sosyal ilişkilerinde daha fazla olumsuz değerlendirilme korkusu yaşadıkları sonuçlarına ulaşıldığı dile getirilebilir.

Ergen bireylerin Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları ile Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği ve alt puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlerin ESMBÖ puanları ile ESKÖ ve alt puanları arasından yalnızca Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma (Y-SKHD) alt boyutu toplam puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hazırlık sınıfında okuyan ergen bireylerin, 9. sınıf ve 10. sınıfta okuyan ergen bireylere göre buldukları yeni durumlarda ve yaşantılarda daha az düzeyde sosyal kaçınma ve huzursuzluk duydukları söylenebilir. 9.sınıfta okuyan ergen bireylerin ise 11. ve 12. sınıfta okuyan ergen bireylere kıyasla yeni durumlarda ve yaşantılarda daha fazla sosyal kaçınma ve huzursuzluk duydukları belirtilebilir. Bu durumun temel sebeplerinden bir tanesi bireylerin yeni bir sosyal grup içerisine girmesi ve kısa sürede bu yeni gruba uyum gösterememesi olabilir. Yeni bir sosyal ortama girilmesinin vermiş olabileceği gerginlik ve huzursuzluk da bu nedenlere eklenebilir. 10.sınıfta öğrenci olan ergen bireylerin de 11. sınıftaki ergen bireylerden yeni durumlarda ve yaşantılarda daha fazla sosyal kaçınma ve huzursuzluk yaşadıkları ifade edilebilir. Sosyal medya ile ilgili yapılan benzer çalışmalarda Hazar (2011) ve Atalay (2014) da sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Ancak araştırma sonucunda 11. sınıfta öğrenim gören ergen bireylerin diğer sınıf düzeylerinde öğrenim gören ergen bireyler ile kıyaslandığında sosyal medyaya ulaşamadıklarında veya erişemediklerinde daha fazla sosyal kaygı yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. 11.sınıfta öğrenim gören ergen bireylerin diğer sınıf düzeylerindeki ergen bireylere kıyasla daha az düzeyde sosyal kaçınma ve huzursuzluk duymalarına rağmen sosyal medyaya ulaşamadıklarında daha fazla kaygı duymaları, sosyal medyaya olan bağımlılıklarının daha fazla olmasıyla ya da sosyal medya kullanımlarına ve bu mecralardaki ilişkilerine gerçek sosyal ilişkilerinden daha fazla önem vermeleri ile bağlantılı olabilir. Bunun haricinde aile içindeki iletişimsizlik ve yaşanan sorunlar, bu ergenlerle aile üyelerinin fazla ilgilenmemesi, internete erişimin giderek kolaylaşması ve sosyal medyadan vazgeçememeleri sonucunda sosyal medyaya daha fazla yönelebilmeleri ile de bağlantılı olabilir.

Araştırma sonucunda ortaya çıkan sonuçlardan birisi de ergenlik dönemi içerisinde bulunan kadınların, erkeklere kıyasla sosyal medyayı kullanmadıklarında kendilerini biraz daha fazla kötü hissettikleri ve olumsuz duygulara sahip olabildikleridir. Ergenlik dönemi içerisinde bulunan erkeklerin de sosyal medyayı kullanmadıklarında kendilerini kötü hissettikleri ancak kadınlara kıyasla bu olumsuz hisleri daha az şiddette yaşadıkları söylenebilir. Aynı zamanda yine ergenlik dönemi içerisinde yer alan kadınların, erkeklere nazaran sosyal medyaya ulaşamadıklarında kendilerini daha fazla kaygı verici durumlar içerisinde buldukları ifade edilebilir. Bu iki sonuç, birbirinin nedenleri olarak bireyleri olumsuz hislere kapılmalarına ve kaygıya sürüklüyor olabilir.

Bir diğer araştırma sonucuna göre ergenlik dönemi içerisindeki kadınların, erkeklere göre sosyal medyada kendileri hakkında yapılan yorumlardan dolayı daha fazla sosyal kaygı duydukları söylenebilir. Sosyal medyada kendileri hakkında yorumların yapılıyor olması, ergen kadın bireylerde sosyal medyada ve sosyal ilişkilerinde taşıdıkları olumsuz değerlendirilme korkularını tetikleyebilir. Bireyin başkaları tarafından değerlendirilebilecek olduğu bir toplumsal durumda bir korku yahut kaygı duyması olarak tanımlanan sosyal fobi (toplumsal kaygı bozukluğu) kadınlarda erkeklere kıyasla daha fazla görülür. Genellikle ergenlik döneminde 13-20 yaşları arasında başlar. Araştırmanın bulguları ile literatürdeki bulgular örtüşmektedir. Bu bulgunun sosyal fobinin belirtileriyle örtüşmesi ve özellikle de sosyal fobinin başladığı ergenlik döneminde görülmüş olması, akıllara “Günümüzde sosyal fobinin nedenleri arasında aşırı sosyal medya kullanımı da olabilir mi?” sorusunu getirebilir.

Ergenlik dönemi içerisinde yer alan kadınların, erkeklere kıyasla sosyal medya kullanım sürelerini daha fazla azaltmaya veya sınırlamaya yönelik çaba sarf ettikleri söylenebilir. Buradan hareketle kadınların, erkeklerden daha fazla sosyal medyaya zaman ayırdıkları, sosyal medyanın gündelik hayatlarında kendilerini daha fazla meşgul ettikleri, bu aşırı zaman ayırmadan dolayı rahatsızlık duydukları ve bu yüzden sosyal medya kullanım sürelerini sınırlayarak ve azaltarak düzenlemeye yönelik çalışma yaptıkları söylenebilir. Hazar (2011) ve Tutgun Ünal (2015)’in yapmış oldukları çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmış olup, kadınların sosyal medyaya daha fazla zaman ayırdıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulardan bir diğeri de ergenlerde kadın bireylerin, erkek bireylere kıyasla sosyal medyaya daha fazla zaman ayırdıklarından ötürü yeni etkinliklere ve deneyimlere yeterince açık olmadıkları ve sahip oldukları hobilere zamanlarının kalmadığıdır. Bunun doğrultusunda ergenlik dönemi içerisindeki kadınların, erkeklere göre daha fazla zaman yönetimi ile ilgili birtakım sorunlarla karşı karşıya kaldıkları da dile getirilebilir. Hatta bununla paralel olarak sosyal medyayı kullanım sürelerini düzenlemeye yönelik çalışmalarda erkeklerden daha fazla bulunmaları ile bu durum arasında bir neden-sonuç ilişkisinin olabileceği söylenebilir.

Ergenlik dönemi içerisinde bulunan kadınların, erkeklere kıyasla sosyal medya kullanımlarından dolayı aile (anne-baba, kardeş), arkadaşlık ilişkileri, romantik ilişkiler (flört, sevgili) gibi sosyal ilişkilerinde daha fazla olumsuz durumlar içerisinde yer aldıkları ve bu sosyal ilişkilerinin daha fazla zarar gördükleri sonucu elde edilmiştir. Sosyal ilişkilerde yaşanan bu olumsuz durumların ergen bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin artmasında etken olabileceği düşünülebilir.

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarından olan ESMBÖ puanları ile ESKÖ puanları arasında ise zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. ESKÖ puanları ile üç alt boyutu puanları arasında ise yüksek ve çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ergen bireyler, aşırı sosyal medya kullanımlarından dolayı sosyal ilişkilerinde olumsuz durumlar yaşayabilmektedir. Aile, arkadaş, flört vb. sosyal ilişkileri, bu aşırı sosyal medya kullanımından dolayı gerçekliğini yitirebilmektedir. Bu araştırmada da ergen bireylerin sosyal medya kullanımlarından ötürü ailelerine zaman ayıramama durumunu yaşayabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer araştırma sonucunda ise ergenlerin sosyal medya kullanım süresinden kaynaklı olarak arkadaşlarına zaman ayıramama durumunu yaşayabildikleri sonucudur. Bu iki bulgu arasında bir karşılaştırma yapıldığında ergenlerin sosyal medyadan kaynaklı olarak aileye zaman ayıramama puan ortalamalarının, sosyal medyadan kaynaklı olarak arkadaşlarına zaman ayıramama puan ortalamalarından daha fazla olduğu bulunmuştur. Bu bahsedilen sonuç ergenlik dönemindeki bireylerin özerkliklerini kazanmaya yönelik çabalarını artırmaları ile ilişkilendirilebilir. Bu özerkliği aile ortamı dışında sosyal medyada arayabildikleri gibi arkadaşlarıyla zaman geçirme sürelerini artırarak da arayabilirler. Bununla paralel olarak da ergenlerin arkadaşlarıyla olan sosyal ilişkilerini geliştirerek onlarla zaman geçirmeyi, aileleriyle zaman geçirmeye tercih ettikleri görülmektedir. Bu durumun bir diğer nedeni de ergen bireylerin sahip olduğu romantik ilişkileri olabilir. Ergen bireyler için romantik ilişkilerin ayrı bir anlam ve önem taşımasıyla bağlantılı olarak, partnerleriyle daha fazla zaman geçirme isteklerinin olması, sosyal medya aracılığıyla romantik ilişki içerisinde oldukları partnerleriyle sürekli iletişim halinde olma düşünceleri ergenlerin ailelerine daha az zaman ayırma davranışını açıklayabilir.

Her zaman sosyal medyaya ulaşamadığında kaygı duyan ergenlerin, sosyal medya bağımlılık puanları ve sosyal kaygı puanları diğerlerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, ergenlerin sosyal medya kullanımlarının sosyal ilişkilerini ve sosyal kaygı düzeylerini olumsuz olarak etkileyebileceği düşüncesini destekler niteliktedir.

Her zaman sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler geliştirmeye çalışan ergenlerin, sosyal medya bağımlılık puanları diğerlerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bu durumun sebebi ergen bireyler tarafından sosyal medyadan yeni sosyal ilişkiler geliştirebilmenin yüz yüze iletişime göre daha az kaygı verici olarak bulunmasından kaynaklanıyor olabilir. Özellikle sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin bir ortamdan bağımsız olarak hareket edebilecek imkanları sosyal medyada bulmaları, gerçek yaşamlarındaki kimliklerini ve kişilik özelliklerini gizleyebilme ya da değiştirebilme olanağı bulmaları onları sosyal medyadan yeni sosyal ilişkiler geliştirmeye yöneltiyor olabilir. Bununla birlikte ergen bireylerin aşırı sosyal medya kullanımlarından ötürü yeni sosyal ilişkilerini sosyal medya üzerinden oluşturabilecekleri söylenebilir. Araştırmada bu bulguyla ilgili ulaşılan bir diğer sonuç da her zaman sosyal ilişkilerinin boyutlarını sosyal medya üzerinden belirleyebilen ergenlerin sosyal medya bağımlılık puanlarının diğerlerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmasıdır. Bu bulgu ergenlerin sosyal medya üzerinden sosyal ilişkiler kurdukları kişilerle arkadaşlık ilişkileri geliştirmeleri, dostluk bağları kurmaları ya da romantik bir ilişki edinmeleri ve bu ilişkilerin arkadaşlık ya da romantik ilişki olmasında belirleyici faktörün ilişki kurulan kişinin sosyal medya kullanım tarzının olabileceği düşüncesini destekler niteliktedir.

Bu iki sonuçla bağlantılı olarak ergenlerin sosyal ilişkilerinde sosyal kaygı yaşasalar dahi sosyal medyada yeni sosyal ilişkiler geliştirirken ve bu ilişkilerin boyutlarını belirlerken günlük yaşamlarındaki ilişkilere kıyasla daha az sosyal kaçınmada buldukları ve daha az huzursuzluk yaşadıkları söylenebilir. Ergen bireylerin bu şekilde bir sosyal kaygı giderme mekanizması benimseyebildikleri ifade edilebilir. Ceyhan'ın (2011) yapmış olduğu çalışmada tanımadığı kişilerle sosyal ilişkiler geliştirebilmek adına interneti kullanan kişilerin sayısı, bilgi almak amacıyla interneti kullanan kişilerin sayısından fazla çıkmış ve bu kişilerin problemleri internet kullanım düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Her zaman sosyal kabul almaya yönelik sosyal medya faaliyetlerine katılan ergenlerin, sosyal medya bağımlılık puanları ve sosyal kaygı puanları diğerlerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Sosyal medyanın, sosyal ilişkiler içerisinde bireylerin dışlanmasına sebep olabilecek yorum, paylaşım, uygulamalar barındırması bireyleri sosyal kabul alabilmeleri için istememelerine rağmen sosyal medya etkinliklerinde yer alma gereksinimi duymalarına itebilir. Ergen bireyleri bu isteği duymalarına iten bir diğer faktör yine sosyal çevresi tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu olabilmektedir. Akran grubu ile sosyal ilişkilerinde dışlanma tehlikesi yaşamaktan çekinmek ya da ergenlerin akranlarından kolay onay alma ihtiyacı duymaları, akran grubunun değer kalıplarına ve davranış şekillerine uyum sağlama çabası gütmeleri ergenlerin yer almak istemedikleri sosyal medya etkinliklerinde bulunmalarına neden olabilir. Zorbaz ve Dost (2014) tarafından gerçekleştirilen araştırmada sosyal kaygı kapsamında olumsuz değerlendirilme korkusu alt boyutunun, lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımını yordama noktasında anlamlı olduğu ve pozitif yönde bir ilişki gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bu çalışma neticesinde ileride yapılacak olan araştırmalara yönelik şu önerilerde bulunulabilir:

- Ergenlik dönemindeki yaşanan sosyal fobinin ana nedenlerinden birisinin aşırı sosyal medya kullanımı olup olmadığı yönünde farklı çalışmalar yapılabilir.
- Bazı ergen bireylerin daha az düzeyde sosyal kaçınma ve huzursuzluk yaşamalarına rağmen sosyal medyaya erişemediklerinde kaygı duymalarının altında yatan sebeplerin araştırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Ergenlik dönemindeki kadınların sosyal medyaya daha fazla zaman ayırmalarının ve zaman yönetimi konusunda sorunlar yaşamalarının altında yatan psikososyal nedenler araştırılabilir.
- Ergenlik dönemindeki kadınların daha fazla olumsuz değerlendirilme korkusu yaşamalarında sosyal medyanın mı yoksa var olan sosyal ilişkilerinin mi payının daha fazla olduğu araştırılabilir.
- Ergenlerin sosyal kabul almak için istemsiz bir şekilde içerisinde buldukları sosyal medya etkinliklerinin neler olduğu araştırılabilir.
- Ergenlerin ailelerinin de sosyal medya kullanımları ve sıklıkları araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Aktan, E. (2018). Sosyal medya ve sosyal kaygı: sosyal medya kullanıcıları üzerine bir araştırma. *Selçuk İletişim*, 11(2), 35-53. <https://doi.org/10.18094/josc.397272>
- Atalay, R. (2014). Lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki (Bahçelievler ilçesi örneği). [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, A., ve Tekinsav Sütcü, S. (2007). Ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin (ESKÖ) geçerlilik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(2), 79-89.
- Bakioğlu, F., Korkmaz, O., ve Ercan, H. (2020). Fear of COVID-19 and positivity: Mediating role of intolerance of uncertainty, depression, anxiety, and stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00331-y>. Epub ahead of print.
- Bayhan, P., ve Işıtan, S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21108/227337>
- Bee, H., ve Boyd, D. (2009). Çocuk gelişim psikolojisi (11. b.). (O. Gündüz, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Bilgin, M., Şahin, İ., ve Togay, A. (2020). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve anne-baba ergen ilişkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 45. <https://doi.org/10.15390/EB.2020.8202>
- Ceyhan, A. A. (2011). İnternet kullanma temel nedenlerine göre üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ve algıladıkları iletişim beceri düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 59-77.
- Cohen, L., Manion, L., ve Morrison, K. (2018). *Research methods in education*. NY: Routledge.
- Çelikkaleli, Ö., Ata, R., ve Avcı, R. (2018). Orta ergenlik döneminde problemleri internet kullanımının demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12), 123-141. <https://doi.org/10.18009/jcer.396974>
- Diñç, B. (2002). Okulöncesi eğitimin 4-5 yaş çocuğunun sosyal gelişimine etkileri konusunda öğretmen görüşleri. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Doğan, U., ve Tosun, N. İ. (2016). Lise öğrencilerinde problemleri akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 0(22), 99-128. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.66762>
- Eldeleklioğlu, J., ve Vural, M. (2013). Predictive effects of academic achievement, internet use duration, loneliness and shyness on internet addiction. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-1), 141-152. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hunefd/issue/7789/101835>
- Ercan, H. (2019). Ergenlerde yaşam doyumunun demografik değişkenler, ebeveyn tutumları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 501-516.
- Erdem, G. (2019). Lise düzeyindeki öğrencilerde, sosyal medya kullanımı, akran ilişkileri ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.

- Göker, G. (2015). İletişimin mcdonaldlaşması: Sosyal medya üzerine bir inceleme. *Journal of Turkish Studies*, 10(2), 389-410. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7641>
- Hazar, Ç. M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 0(32), 151-175.
- Karakaya, İ. (2012). Bilimsel araştırma yöntemleri. A. Tanrıoğen (Edt.) *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı.
- Kerr, M., ve Bowen, M. (1988). *Family evaluation: an approach based on Bowen theory*. New York: Norton.
- Laursen, B., ve Williams, V. A. (1997). Perceptions of interdependence and closeness in family and peer relationships among adolescents with and without romantic partners. *New directions for child development* (78), 3-20. <https://doi.org/10.1002/cd.23219977803>
- Okumuş, V. (2018). Çocukların sosyal medya kullanımları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, Y., ve Çok, F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 152-162. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21456/229698>
- Özgenel, M., Canpolat, Ö., ve Ekşi, H. (2019). Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 629-662. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0086>
- Özyürek, A., ve Özkan, İ. (2015). A Study on the relationship between adolescents' perception the parental attitudes and their social competence level. *International Journal of Sport Culture and Science*(3), 73-88. <https://doi.org/10.14486/IJSCS259>
- Scheffe, H. (1959). *The analysis of variance*. New York: John Wiley press.
- Schentke, M. (2007). *The relationship between recreational technology use and attachment style*. South Africa. <http://uir.unisa.ac.za/bitstream/10500/2029/1/dissertation.pdf>
- Söner, O., ve Yılmaz, O. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(13), 59-74. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ufuksbedergi/issue/57468/815047>
- Şahan, M., ve Çapan, B. E. (2017). Ergenlerin problemleri internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 887-913. <https://doi.org/10.12984/egeefd.336391>
- Şahin, Ş., ve Çövenner Özçelik, Ç. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cumunuj/issue/24592/260371>
- Şahin, C. Aydın, D., ve Balay, R. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin eğitsel internet kullanımı ile internet bağımlılıklarının incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi* 17(1), 481-497.
- Tutgun Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tümekaya, S., Çelik, M., ve Aybek, B. (2010). Ergenlerin kişilerarası ilişkilerini etkileyen sosyal yaşantı değişkenlerinin incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*

- Dergisi, (24), 163-178. Erişim adresi:
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/musbed/issue/23516/250542>
- Türk, M. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımının bağlanma stilleri, akran ilişkileri ve kişilik bozuklukları ile ilişkisinin incelenmesi. Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi, 3(5), 97-112. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bpd/issue/51787/673116>
- Uzun, Ö., Yıldırım, V., ve Uzun, E. (2016). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan ergenlerde sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve sosyal medya bağımlılığı, benlik saygısı ve algılanan sosyal destek ilişkisi. Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care, 10(3). <https://doi.org/10.21763/tjfmpe.16425>
- Yavuzer, N. (2017). Ergenlerde romantik ilişkiler açısından gelecek zaman yönelimleri ile benlik kurguları arasındaki ilişkiler. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17(4), 275-296. Erişim adresi:
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/basbed/issue/38799/459072>
- Yayman, E. (2019). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve aile işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yeniçifti, N. T. (2010). Halkla ilişkiler sürecinde sosyal kaygı düzeylerinin sosyal sorumluluk projeleri ile giderilmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Seçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Zorbaz, O. (2013). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zorbaz, O., ve Dost, M. (2014). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(29-1), 298-310. Erişim adresi:
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/hunefd/issue/7787/101801>