

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**65 YAŞ VE ÜZERİ KİŞİLERDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞININ DEPRESYON, ALGILANAN
SOSYAL DESTEK VE DEMOGRAFİK
DEĞİŞKENLERLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Melih Gökçek ÖZBEK

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAŞ

İstanbul-2021

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Melih Gökçek ÖZBEK

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : 65 Yaş ve Üzeri Kişilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon, Algılanan Sosyal Destek ve Demografik Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Psikoloji

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 02.07.2021

Sayfa Sayısı : 183

Tez Danışmanları : Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAS

Dizin Terimleri : Sosyal Medya Bağımlılığı, Depresyon, Algılanan Sosyal Destek

Türkçe Özet : Yaptığımız araştırmada 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığının depresyon, algılanan sosyal destek ve demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Melih Gökçek ÖZBEK

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**65 YAŞ VE ÜZERİ KİŞİLERDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞININ DEPRESYON, ALGILANAN
SOSYAL DESTEK VE DEMOGRAFİK
DEĞİŞKENLERLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Melih Gökçek ÖZBEK

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAŞ

İstanbul-2021

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Melih Gökçek ÖZBEK

.../.../ 2021



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Melih Gökçek Özbek'in 65 Yaş ve Üzeri Kişilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon, Algılanan Sosyal Destek ve Demografik Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan *Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAŞ*
(Danışman)

İmza

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN*

İmza

Üye *Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Fuat AKGÜL*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2021

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

İnternet bağımlılığının bir alt türü olarak değerlendirilen sosyal medya bağımlılığı tıp kaynaklarında hastalık olarak geçen bir davranışsal bağımlılık türüdür. Sosyal medya bağımlılığı daha çok gençlere atfedilse de günümüzde 65 yaş ve üzeri kişilerde de sosyal medya bağımlılığı yaygınlaşmaktadır ve kişilerde sosyal izolasyonla birlikte sağlığa negatif etkisi olan hareketsiz yaşam tarzına sebep olmaktadır. Bu bağlamda 65 yaş üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığının yaşlılıkta sık görülen depresyon; yaşlılık döneminde ruh sağlığına önemli etkisi olan sosyal destek ve demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmamız ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemini sosyal medya kullanıcısı 65 yaş ve üzeri 450 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada analiz edilen veriler basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak Google anketler aracılığı ile sosyal medya sitelerindeki 65 yaş ve üzeri sosyal medya kullanıcılarından elde edilmiştir. Katılımcılara Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Geriatrik Depresyon Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu yöneltilmiştir. Elde edilen veriler IBM SPSS. 20 programında kodlanarak analiz edilmiştir.

Araştırmamızda sosyal medya bağımlılığının cinsiyet, medeni durum, ekonomik durum, eğitim düzeyi, yaşanan yerleşim yeri, meslek, sosyal medya kullanım süresi, Facebook, Instagram, Twitter, Youtube, LinkedIn kullanım sıklığına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; sosyal medya bağımlılığının depresyon ve algılanan sosyal destek ile arasında anlamlı bir ilişki olduğu; depresyonun, aileden ve özel insandan alınan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Bağımlılık, Depresyon, Algılanan Sosyal Destek

SUMMARY

Social media addiction, which is considered as a sub-type of internet addiction, is a type of behavioral addiction that is mentioned as a disease in medical sources. Although social media addiction is mostly attributed to young people, nowadays social media addiction is widespread among people aged 65 and over, and with social isolation, it causes a sedentary lifestyle that has a negative effect on health. In this context, social media addiction in people over the age of 65 is common in old age; We aimed to examine the relationship between social support and demographic variables, which have an important effect on mental health in old age.

Our research was conducted in accordance with the relational screening model. The sample of the study consists of 450 people aged 65 and over, social media users. The data analyzed in the study were obtained from social media users aged 65 and over on social media sites through Google surveys using simple random sampling method. The participants were directed to Bergen Social Media Addiction Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Geriatric Depression Scale and Socio-demographic Information Form. Data obtained from IBM SPSS 20.

In our study, there was a significant difference according to gender, marital status, economic status, education level, place of residence, occupation, duration of social media usage, frequency of use of Facebook, Instagram, Twitter, Youtube and LinkedIn in terms of social media addiction. there is a significant difference; There is a significant relationship between social media addiction and depression and perceived social support; It has been determined that depression, social support from family and private person are predictors of social media addiction

.Key Words: Social Media, Dependency, Depression, Perceived Social Support

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER	iii
KISALTMALAR	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
EKLER LİSTESİ	ix
ÖNSÖZ.....	x
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1.Araştırmanın Problemi	4
1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi	4
1.3.Araştırmanın Hipotezleri.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.5.Varsayımlar	6

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. İnternetin Tanımı ve Kronolojisi.....	7
2.2.Sosyal Medya	9
2.2.1. Sosyal Medya Kavramı	9
2.2.2.Sosyal Medyanın Kronolojisi	12
2.2.3.Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları	13
2.2.4.Sosyal medya biçimleri	14
2.2.5.Sosyal medya uygulamaları	21
2.3.Bağımlılık.....	24
2.3.1.Davranışsal bağımlılık	26
2.4.Sosyal Medya Bağımlılığı.....	27
2.4.1.Sosyal medya bağımlılığı etiyolojisi.....	31
2.4.2. Sosyal medya bağımlılığı epidemiyolojisi	32
2.4.3.Sosyal medya bağımlılığıyla ilgili yapılan araştırmalar.....	33
2.4.4.Yaşlılar ve sosyal medya bağımlılığı.....	35
2.5. Depresyon	37
2.5.1.Depresyon tanımı	37
2.5.2.Depresyonun belirtileri	39
2.5.3.Depresyonun etiyolojisi.....	42
2.5.4.Depresyonun epidemiyolojisi	43
2.5.5. Depresyonu açıklayan kuramlar	44

2.5.6.Yaşlılık dönemi depresyonu nedenleri	50
2.5.7. Depresyon tedavisi	51
2.5.8.Depresyonla İlgili Araştırmalar	56
2.5.9.Yaşlılarda depresyon.....	58
2.6.Yaşlılık Dönemi	59
2.7.Sosyal Destek.....	60
2.7.1.Algılanan sosyal destek	61
2.7.2.Sosyal destek çeşitleri.....	61
2.7.3.Sosyal destek modelleri.....	62
2.7.4.Yaşlılık ve sosyal destek	63

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırma Modeli.....	65
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	65
3.3. Veri Toplama Araçları	65
3.3.1. Sosyodemografik bilgi formu	65
3.3.2. Geriatrik depresyon ölçeği (GDÖ).....	65
3.3.3. Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (BSMBÖ)	66
3.3.4.Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği (ÇBASDÖ)	67
3.4.Verilerin analizi.....	67

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR BEŞİNCİ BÖLÜM TARTIŞMA VE SONUÇ

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	133
KAYNAKÇA	135
EKLER.....	157

KISALTMALAR

ABD	:	Amerika Birleşik Devletleri
ARPA	:	Advanced Research Projects Agency
BSMBÖ	:	Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği
ÇBASDÖ	:	Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
DSM	:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
DSÖ	:	Dünya Sağlık Örgütü
GDÖ	:	Geriatrik Depresyon Ölçeği
IBM	:	International Business Machines
SMB	:	Sosyal Medya Bağımlılığı
TÜİK	:	Türkiye İstatistik Kurumu

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Demografik Değişkenlere Ait Frekans ve Yüzde değerleri	68
Tablo 2. Sosyal Medya Uygulamaları Kullanımı Sıklığı değişkenlerine Frekans ve Yüzde Değerleri	70
Tablo 3. BSMBÖ, ÇBASDÖ ve GDÖ den Elde Edilen Puanların Normal Dağılım Gösterip Göstermediğini Belirlemek Amacıyla Yapılan Kolmogorov-Smirnov Testi Sonuçları	71
Tablo 4. BSMBÖ Toplam Puanının Cinsiyet ve Medeni Durum Değişkenlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları.....	71
Tablo 5. BSMBÖ Toplam Puanının Aylık Gelir Düzeyi, Eğitim Durumu, Yaşanılan Yerleşim Yeri ve Mesleğe Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	70
Tablo 6. BSMBÖ Toplam Puanının Günlük Olarak İnternette Geçirdiğiniz Zamanın Ne Kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz ? İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	74
Tablo 7. BSMBÖ Toplam Puanının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	75
Tablo 8. BSMBÖ Toplam Puanının “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	76
Tablo 9. BSMBÖ Toplam Puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	76
Tablo 10. BSMBÖ Toplam Puanının “Kendinizi Sosyal Medya Bağımlısı Olarak Görüyor Musunuz” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	77
Tablo 11. BSMBÖ Toplam Puanının Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, LinkedIn ve Foursquare Kullanım Sıklığı Değişkenlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	78
Tablo 12. ÇBASDÖ Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları	81
Tablo 13. ÇBASDÖ Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları	81
Tablo 14. ÇBASDÖ Puanlarının Aylık Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	80

Tablo 15. ÇBASDÖ Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	84
Tablo 16. ÇBASDÖ Puanlarının Meslek Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	86
Tablo 17. ÇBASDÖ Puanlarının Yaşanılan Yerleşim Yerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	88
Tablo 18. ÇBASDÖ Puanlarının “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz ?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	90
Tablo 19. ÇBASDÖ Puanlarının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	90
Tablo 20. ÇBASDÖ Puanlarının Facebook Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	94
Tablo 21. ÇBASDÖ Puanlarının Youtube Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	96
Tablo 22. ÇBASDÖ Puanlarının Twitter Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	99
Tablo 23. ÇBASDÖ Puanlarının LinkedIn Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	100
Tablo 24. ÇBASDÖ Puanlarının Instagram Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	102
Tablo 25. ÇBASDÖ Puanlarının Foursquare Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	106
Tablo 26. ÇBASDÖ Puanlarının “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?” İfadesineGöre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	107
Tablo 27. ÇBASDÖ Puanlarının “Kendinizi Sosyal Medya Bağımlısı Olarak Görüyor Musunuz” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	109
Tablo 28. ÇBASDÖ Puanlarının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp	

Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları	111
Tablo 29. Depresyonun Eğitim düzeyi, aylık gelir düzeyi, cinsiyet, meslek ,yaşanılan yerleşim yeri ve Medeni duruma Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları	113
Tablo 30. Depresyonun Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, Foursquare, LinkedIn Kullanım Sıklığı Değişkenine Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları	114
Tablo 31. Depresyonun “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi ?” , “Sosyal Medya Kullanım Sıklığınız”, “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?”, “İnternete Ayırdığınız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiriyorsunuz?”, “Kendinizi Sosyal Medya bağımlısı olarak görüyor musunuz ?” ifadesine verilen yanıtlara Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları	116
Tablo 32. BSMBÖ Puanının Depresyon Olup Olmamasına Göre Farklılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları	115
Tablo 33. ÇBASDÖ Toplam ve Alt Puanlarının Depresyon Olup Olmamasına Göre Farklılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney-U Testi sonuçları	118
Tablo 34. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı(BSMBÖ) Ölçeği Toplam Puanıyla Geriatrik Depresyon Ölçeği(GDÖ) Toplam Puanı, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek (ÇBASDÖ) Toplam Puanı, ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu Toplam Puanı, ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu Toplam Puanı, ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu Toplam Puanı arasındaki ilişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Tablosu.	119
Tablo 35. 65 Yaş ve Üzeri Kişilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ve Algılanan Sosyal Destek İle Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi	1208

EKLER LİSTESİ

EK-A: Sosyodemografik Bilgi Formu

EK-B: Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMBÖ)

EK-C: Geriatrik Depresyon Ölçeği (GDÖ)

EK-D: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)



ÖNSÖZ

Bu araştırmanın yapılması sırasında tüm süreç boyunca büyük katkıları olan Danışmanım Psikiyatrist Dr. Öğretim Üyesi Hakan KARAŞ'a, yaşamım boyunca bana her alanda her türlü desteği sağlayan babam Ayhan ÖZBEK'e, annem Güler ÖZBEK'e ve abim Ali Furkan ÖZBEK'e teşekkür ederim.



GİRİŞ

1970’li yıllarda temelleri atılan sosyal medya, teknolojik gelişmelerle birlikte günümüzde her yaştan insanın aktif olarak kullanıcısı olduğu bir mecra haline gelmiştir (Öztürk, 2015, s.187). Daha önceleri internet bağımlılığı kavramı altında ele alınan ve araştırmalar yapılan sosyal medya bağımlılığı günümüzde sosyal medya kullanıcı sayısının ve kullanım sürelerinin sürekli artış göstermesi ve sosyal medyanın toplumlarda kabul görmesi gibi sebeplerden dolayı ayrı bir başlık olarak ele alınarak psikoloji biliminin araştırma konusu olmuştur (Aktan, 2018, s. 405).

Literatür taraması sonucunda Davranışsal bir bağımlılık türü olan, kişilerde kognitif meşguliyet, Duygu durumu değişkenliği, çatışma, tolerans geliştirme gibi işlevselliğe negatif yönde etki eden semptomlar ortaya çıkaran sosyal medya bağımlılığı ile ilgili araştırmaların artış gösterdiği görülmektedir (Kuss ve Griffiths, 2011, s.3530). Ülkemizde yapılan araştırmalar incelendiğinde genellikle üniversite öğrencisi ve ergen katılımcılardan oluşan örneklemeler ile araştırmaların yürütüldüğü, yaşlı katılımcılar ile yapılan araştırmaların sayısının oldukça az olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırma sonuçlarına günümüzde 65 yaş ve üzeri kişilerde de sosyal medyanın kabul gördüğü ve kullanıcı sayılarının artış gösterdiği saptanmıştır. İngiltere de yapılan araştırmaya göre 2011 yılı ile 2018 yılları arasında akıllı telefon kullanıcısı olan 65 ve yaş üzeri kişilerin oranının yüzde sekizden yüzde otuza yükseldiği, akıllı telefon kullanıcısı olan 65 yaş ve üzeri kişilerin ise yüzde kırk altısının sosyal medya kullanıcısı olduğu(Pera, Quinton., ve Baima, 2020 s.405), Avrupa İstatistik Ofisi Euro Stats tarafından 2018 yılında yapılan araştırmanın sonuçlarına göre ise ülkemizde internet kullanan yaşlı katılımcıların sosyal medya kullanım oranlarının Avrupa Birliği ülkelerinden daha fazla olduğu, internet kullanıcısı olup sosyal medyayı kullanan 65 yaş üzeri katılımcıların oranının yüzde yetmiş olduğu saptanmıştır.

Sosyal medya kullanımının yaygınlaşması ve kullanım sürelerinin artış göstermesiyle birlikte kişilerde sağlıkla ilişkisi 1950’li yıllardan beri bilinen, bilişsel fonksiyonlarda gerileme, demans, hipertansiyon gibi hastalıklarla ilişkisi saptanan, hareketsiz yaşam tarzı meydana gelmektedir (Yaffe, Barnes, Nevitt, Lui, ve Covinsky, 2001, s.1705). Her yıl hareketsiz yaşam tarzından kaynaklı ortaya çıkan hastalıklardan dolayı

3 milyondan fazla hayatını kaybetmektedir. Kronik hastalıkların en sık görüldüğü, insan ömrünün uzamasıyla birlikte dünya geneli nüfusunda artış görülen ve Dünya Sağlık Örgütüne göre nüfusu 2050 yılında 2 milyar olacağı öngörülen 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı ile birlikte ortaya çıkan hareketsiz yaşam tarzı ve sosyal medya bağımlılığı semptomları 65 yaş ve üzeri kişilerin sağlığı açısından negatif bir etki yaratmakta ve işlevsellik düzeyinler de düşümlere yol açmaktadır (Eser, Saatli, Eser, Baydur ve Fidaner, 2010, s.38).

Sosyal medya bağımlılığıyla ilgili alan yazın incelendiğinde sosyal medya bağımlılığının etiolojisini açıklamada 3 temel model bulunmaktadır. Bunlar sosyal beceri modeli, sosyal bilişsel model ve bilişsel davranışçı modeldir. Sosyal becerine modeline göre normal hayatta iletişim için gerekli olan birtakım becerilerin sosyal medyada gerekli olmamasından dolayı sosyal medya iletişimi yüz yüze iletişimin yerine geçmektedir ve kişilerde sosyal medya bağımlılığı oluşmaktadır. Sosyal bilişsel modele göre ise sosyal medya bağımlılığı kişilerin sosyal medya kullanımı ile gerçekleşeceğini düşündüğü birtakım beklentiler silsilesi sebebiyle oluşmaktadır. Bilişsel davranışçı modele göre ise sosyal medya bağımlılığının etiolojisi işlevsel olmayan düşünceler ile açıklanmaktadır (Turel ve Serenko, 2012, s.520).

Davis tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı modele göre sosyal medya bağımlılığının temelini işlevsel olmayan tekrarlayan bir şekilde ortaya çıkan düşünceler oluşturmaktadır. Sosyal medya bağımlılığının kişinin yaşamında başarısız olduğu alanları telafi etmeye yönelik ortaya çıkan bir davranış örüntüsü olduğunu ileri sürer. Davis tarafından geliştirilen modele göre işlevsel olmayan düşünceler davranıştan önce gelmektedir. İnternet gibi stres yaratan yeni mecra ile karşılaşılması ve bu sanal mecrada birçok pekiştirecin bulunması kişide yeni bilişsel yapılanmaların oluşumuna zemin hazırlamaktadır (Macit, 2019, s.6).

Bireydeki yetersizlik hissi, kendinde olduğunu düşündüğü negatif özellikler internet ile birlikte farklı bir değerlendirme sürecine girmektedir. Kişi internette yüzleşme olmaksızın zaman geçirerek gerçekte yüzleşmek zorunda olduğu sorunlardan uzaklaşarak internette zaman geçirmesinden kaynaklı “internet olmadığı zaman mutsuz olurum”, “internette olmadığı zamanlarda değersizim” ,“internet benim tek dos-

tumdur” gibi işlevsel olmayan bilişsel yapılar meydana getirmekte ve bu bilişsel yapılar da internet bağımlılığını ortaya çıkartmaktadır (Bozkurt, Şahin ve Zoroğlu, 2016, s.238). Bu araştırma Davis tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı model çerçevesinde değerlendirilmiştir.



BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

1.1.Araştırmanın Problemi

65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?

65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ve algılanan sosyal destek ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?

65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ekonomik duruma göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı eğitim düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

65 yaş ve üzeri bireylerde depresyon ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?

65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermekte midir?

1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın amacı geriatric popülasyonun sosyal medya bağımlılığı ile geriatric depresyon, algılanan sosyal destek ve demografik değişkenlerle arasındaki ilişkinin saptanmasıdır.

65 yaş ve üzeri kişilerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin saptanması, yaşlılık döneminde sıklıkla rastlanan depresyon ile yaşlılık döneminde daha sık ortaya çıkan, kişilerin biyopsikososyal açıdan iyilik haline etkisi olduğu saptanan sosyal destek(Demirtaş, 2015, s.32) ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin araştırılması 65 yaş ve üzeri kişiler için yapılacak sosyal medya bağımlılığı hakkındaki araştırmalara ve sosyal medya bağımlılığını önleyici çalışmalara katkı sağlaması açısından önemlidir.

1.3.Araştırmanın Hipotezleri

1.Hipotez

H0: 65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ile depresyon ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur

H1: 65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

2.Hipotez

H0:65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ve algılanan sosyal destek ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur.

H2: 65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ve algılanan sosyal destek ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

3. Hipotez

H0:65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ekonomik duruma göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

H3: 65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı ekonomik duruma göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermektedir.

4. Hipotez

H0:65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı eğitim düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

H4: 65 yaş ve üzeri bireylerin sosyal medya bağımlılığı eğitim düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermektedir.

5. Hipotez

H0: 65 yaş ve üzeri bireylerde depresyon ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki yoktur.

H5: 65 yaş ve üzeri bireylerde depresyon ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

6. Hipotez

H0: 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermemektedir

H6: 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşma göstermektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma Türkiye Cumhuriyeti'nde yaşayan, sosyal medya kullanıcısı olan 65 yaş ve üzeri 450 kişiden elde edilen veriler ile sınırlıdır.
2. Elde edilen veriler, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Geriatrik Depresyon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ile sınırlıdır.
3. Araştırmanın yapıldığı tarihte pandemi sürecinde olunması sebebiyle verilerin Google anketler aracılığı ile toplanması, pandemi sürecinde 65 yaş ve üzeri katılımcılar ile yüz yüze anket çalışması yapılması için engeller olması araştırmanın sınırlılıklarındandır.

1.5. Varsayımlar

1. Araştırmada belirlenen örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Çalışmaya katılan 65 yaş ve üzeri kişilerin Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Geriatrik Depresyon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formundaki Soruları doğru bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. İnternetin Tanımı ve Kronolojisi

Günlük hayatımızda sık kullanılan sosyal medya kavramı çeşitli bilim dallarının araştırma konusu olmuş ve bilimsel araştırmalarda kullanılmıştır. Alan yazına bakıldığında sosyal medya kavramının sağlık, eğitim, pazarlama, halkla ilişkiler ve farmakolojik araştırmalar gibi çeşitli alanlarda oldukça sık kullandığı ve araştırma konusu olduğu görülmektedir (Ouiridi, Segers, ve Henderickx, 2014, s.107).

Alan yazındaki sosyal medya tanımlarına değinmeden önce sosyal medya kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için sosyal ağların temelini oluşturan internet kavramının bilinmesi gereklidir. Bu bölümde internet kavramının tanımına ve internetin kronolojisine yer verilecektir.

Yeni bir çağın başlangıcı olarak adlandırılan, kullanımının yaygınlaşması ile hayatımıza birçok yenilikler sunan, bilgiyi kaydetme, bilgiye erişme ve bilgiyi paylaşma hedefi ile ortaya çıkan İngilizcede “İnternational Network” un kısaltması olarak kullanılan internet kavramını Türk Dil Kurumu “bilgisayarlar arası iletişim amacı ile oluşturulmuş bir ağ” olarak tanımlamıştır (Taşdelen ve Çataldaş. 2017, s.827).

Sovyet Rusya ile rekabet halinde olan Amerika Birleşik Devletleri 1957 de Sovyet Rusya'nın ilk yapay uydusu olan Sputnik'i uzaya göndermelerine istinaden gelişen teknoloji ve bilimden askeri alanda faydalanma amacı ile 1969 yılında Advanced Research Projeckt Agency (ARPA) projesini oluşturdu. ABD hava kuvvetleri tarafından 1962 yılında maruz kalınacak olası bir nükleer saldırıdan sonra tahribata uğrasa bile işlevselliğini kaybetmeyecek, çalışmaya devam edecek ülkeye yayılacak bir bilgisayar ağı tasarlamıştır. 1969 yılında kurulan ARPA ABD hava kuvvetleri tarafından tasarlanan bilgisayar ağını desteklemiş ve ARPANET ismini almıştır (Turan, 2015, s.3).

1970 ve 1971 yılında NASA ve HARVDARD gibi birçok kuruluş ARPANET'e dahil olmuştur. 1976 yılında ARPANET aracılığı ile radyo ve uydu bağlantıları kullanılarak Amerika kıtası birleştirilmiştir. 1979 yılı itibari ile International Business

Machines (IBM) tarafından internetin temel taşı, atası olarak adlandırılan BITNET faaliyete geçirilmiştir. 1980 yılı itibariyle soğuk savaşın etkilerinin giderek azalmasından kaynaklı akademik kuruluşlar ve ticari şirketler de internete karşı ilgi duymaya başlamış ve İnternetin kullanım alanları artmıştır. 1990 yılı itibari internet kullanımını dünya genelinde yaygınlaştırmış World Wide Web'in bulunması ile internetin haberleşme, iletişim amaçları ile kullanılmasına ilave olarak bilgi paylaşımı fonksiyonunu da içermesi sağlanmıştır (Taştan, 2020 s.7).

1969 yılında Amerika Birleşik Devletleri tarafından ARPA denetiminde bulunan araştırma merkezlerini ülke genelinde oluşturulacak olan büyük bir bilgisayar ağı ile birleştirme hedefiyle uygulanan proje, günümüz itibariyle akademik, eğlence, ticari, iletişim gibi birçok kullanım amacı ve fonksiyonu olan internetin temelini oluşturmuştur (Ying, 2012 s.5).

1960'lı yıllarda askeri alanda kullanım amacı ile temelleri atılan internet daha sonra üniversiteler arası bilgi alışverişinde kullanmaya başlanmış ve 1990'lı yıllarda toplumların kullanımına sunulmuş, toplum için erişilebilir duruma gelmiş ve toplumlarda kısa sürede kabul görmüştür. Amerika tarafından askeri alanda kullanımı için geliştirilen internet ülkemizde ilk olarak akademik bilgi alışverişi amacı ile kullanılmak üzere Ege üniversitesi tarafından kullanılmış ve yapılan araştırma geliştirme çalışmaları sonucunda Ortadoğu Teknik Üniversitesi tarafından bilgi alışverişi amacı ile kullanılmaya başlanmıştır (Esen, 2010 s.2).

İnternet ülkemizde 1996 yılında Türk Telekom tarafından geliştirilen TURNET projesi ile hane halkı ve ticari kuruluşların erişimine açılmıştır. 1994 yılı itibariyle dijitalleşmeye başlayan gazeteler, oluşturulan haber siteleri, oluşturulan çevrim içi forum siteleri, ticari amaçlı siteler vb. gibi faktörlerden dolayı interneti benimsemiş, kısa sürede kabul görmüş, kısa sürede kullanımı yaygınlaşmış ve yaşamamızın olmazsa olmaz bir parçası haline gelmiştir (Saka, 2017 s.959).

Başlarda gazete haberlerini okumak, elektronik posta yoluyla iletişime geçme gibi sebeplerle daha çok bilgi edinme ve haberleşme amacı ile kullanılan internet teknolojik gelişmelerle birlikte çevrimiçi oyun oynama amacı ile geliştirilen programlar, görüntülü iletişim kurma hizmeti sunan uygulamaların geliştirilmesi ile kullanım

amaçları genişlemiş; sosyal medya kavramının ortaya çıkışı ile bilgi edinme ve haberleşme amacı ile birlikte eğlence amacı ile de kullanılmaya başlamış ve ülkemizde olduğu gibi diğer ülkelerde de kısa sürede yaygınlaşmış ve çok yüksek kullanıcı sayılarına ulaşmıştır(Topçu, 2020, s.16).

We Are Social tarafından 2020 yılında dünya genelinde yapılan araştırmanın sonuçlarına göre dünyada 4.57 milyar kişinin dünya nüfusunun yüzde 59'unun internet kullanıcısı olduğu; Ülkemizde Türkiye İstatistik Kurumu tarafından 2020 yılında yapılmış araştırma sonuçlarına göre ise ülkemizde hanelerde internete erişim oranının %90,7 olduğu ve ülkemizde internet kullanıcısı oranının %79,0 olduğu saptanmıştır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2020).

2.2.Sosyal Medya

2.2.1. Sosyal Medya Kavramı

Alan yazı tarandığında farklı alanlarda araştırma yapılmış olan sosyal medyanın evrensel bir tanımının bulunmadığı sosyal medya kavramının farklı yönlerine dikkat çeken tanımlar bulunduğu görülmektedir.

Safko (2012) sosyal medya kavramı tanımını oluştururken kavramı sosyal ve medya olarak 2 farklı çerçevede ele almış; sosyal kavramını kişilerin birtakım ihtiyaçlarını karşılamak amacı ile birbirileri ile iletişime geçmek ve kişilerin kendilerini iyi hissetmesi amacı ile kişilerin kendilerine benzer özelliklerin bulunduğunu düşündüğü kişiler ile duygularını, tecrübelerini ve düşüncelerini paylaşmak olarak tanımlamıştır. Medya kavramını ise kişilerin diğer kişiler ile iletişim kurması olarak tanımlarken bu iletişimin kelimeler, e-postalar, internet siteleri, cep telefonları gibi birçok araç ile sağlanabildiğini belirtmiştir. Bu iki ayrı kavramı sentezleyerek sosyal medya kavramını “bu araçların yeni bir kurulumu” olarak tanımlamıştır (Akt. Güçoğlu, 2014, s.33).

Boyd ve Ellison (2007) tarafından yapılan tanımlamaya göre sosyal medya kişilerin profil oluşturdukları, iletişime geçmek istedikleri kişileri listeleyebildikleri, diğer kişilerin yaptığı paylaşımları gözlemleyebildikleri ağlara verilen genel isimdir.

Toprak ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan tanımlamaya göre sosyal medya aynı zamanda kişilerin oluşturdukları profiller aracılığı ile tanınırlıklarını ve statülerini arttırma aracı olan ve kişilerin diğer kişilerin paylaşımlarını gözlemleyebildiği ve diğer kişilerle iletişime geçebilme işlevi olan bir araçtır.

Bulunmaz (2011)' a göre sosyal medya kişilere internet aracılığı ile konum ve zamandan bağımsız olarak kişilerin birbirileri ile fikir alışverişinde bulunmasına olanak sağlayan internet aracılığı ile kişilere sunulan multimedya iletişim seçeneklerini kullanma avantajı veren ve kişilerin birbirileri ile interaktif bir biçimde iletişim kurmasına imkan sağlayan ortamlar olarak tanımlar. Hatipoğlu (2009) ise sosyal medyayı kişilere birbirileri ile görüntülü, sesli, videolu gibi çeşitli biçimlerde iletişim imkanı sunan çevrimiçi platformlar olarak tanımlamıştır (Akt. Cansız, 2019)

Manavcıoğlu (2013)'e göre sosyal medya kişilerin diğer kişiler ile çeşitli kanallar aracılığı ile etkileşimde bulunmasına, haber, düşünce ve bilgileri paylaşmaya olanak sağlamasına olanak sağlayan internet siteleri, çevrimiçi araçlar ve interaktif, çift yönlü iletişim teknolojileri olarak tanımlanmaktadır (Akt. Demirkol, 2017, s.140). Ying (2012)'e göre sosyal medya: kullanıcılarının kendi ürettiği, belirlediği içerikleri paylaşımında bulunduğu bütün çevrimiçi mecraların genel adıdır.

Kaplan ve Hanlein (2010) tarafından sosyal medya kavramı “Web 2.0 teknolojisinin ideolojik ve teknolojik temelleri üzerine inşa edilmiş, kullanıcı merkezli içerik oluşturulmasına, değiştirmesine izin veren bir grup internet tabanlı uygulamalar bütünü” olarak tanımlanmıştır. Cheung (2011)'e göre sosyal medya insanların çevrimiçi bir şekilde diğer kişiler ile zaman geçirmelerine imkan tanıyan özel konular hakkında birbirileri ile etkileşime girmelerini sağlayan sanal bir iletişim türü ve sanal topluluklardır.

Sosyal medya tanımlarından bir ortak tanımlama yapmak gerekirse sosyal medya internet ortamında kişilerin kendilerini tanıtabilmesine, diğer kişiler ile iletişim kurabilmesine, kişiye özgü profiller oluşturabilmesine, kişinin kendine ait görüntü, ses, video ve bilgilerini paylaşabilmesine, kişilerin oluşturduğu profiller aracılığı ile tanıdıkları veya tanımadıkları kişiler ile iletişime geçmesine, yeni arkadaşlıklar kurmasına olanak sağlayan bir araç olarak tanımlanabilir.(Tutkun Ünal, 2015, s.53)

Lomborg (2015)'e göre sosyal medyanın kesin bir tanımının yapılması mümkün değildir. Sosyal medyanın içerdiği uygulamalar sürekli kendini yenilemekte ve farklı fonksiyonları kendisine dahil etmektedir. Uygulamalar sürekli kendini güncellemekte ve kendini yenilemektedir. Bu sebeple yapılacak tanımlamalar geçerliliğini yitirecektir.

Mayfield (2008)'e göre sosyal medyayı daha kolay anlayabilmek için sosyal medyanın temel karakteristik özelliklerinin açıklanması gereklidir. Bu karakteristik özellikler:

Katılımcılar: Katılımcılar sosyal medyanın en temel öğelerinden bir tanesidir. Sosyal medyanın var olabilmesi için katılımcıların olması gereklidir.

Açıklık: Sosyal medyada katılımcılar birbirilerine geri bildirimde bulunabilmekte ve karşılıklı etkileşimde bulunma fonksiyonlarına sahiptir. Kişiler bir araca gerek duymaksızın açık bir şekilde paylaşımda bulunabilmektedir.

Konuşma: Sosyal medya geleneksel medyadaki gibi tek yönlü bir iletişime sahip değildir. Sosyal medyada interaktif bir iletişim mevcuttur. Kişiler hem mesajı alan hem de gönderen konumundadır. Sosyal medyada iletişim çoğunluklu interaktif bir şekilde karşılıklı konuşma içermektedir.

Toplum: Sosyal medyada kişiler sanal toplumlar inşa etmektedir. Sosyal mecralarda topluluklar inşa etmek çok daha kolaydır. Benzer görüşteki kişiler sosyal medyada topluluk oluşturmakta ve birbirileri ile paylaşımda bulunmaktadır.

Bağlantılılık: Sosyal mecralar çeşitli türlerde paylaşımına imkan sunan mecralardır. Sosyal medyada katılımcılar istedikleri internet sitesi bağlantılarını paylaşabilmektedir.

Lerman (2007)'e göre Sosyal medyanın tanımlamasını yapmak güçtür sosyal medya kavramını tanımlamak yerine sosyal medyanın diğer sitelerden farkını gösteren ayırt edici özelliklerini açıklamak sosyal medya kavramının anlaşılması açısından daha işlevsel olacaktır. Lerman'a göre bu ayırt edici özellikler aşağıdaki gibidir (akt. Menteşe, 2013, s.2):

1. Sosyal medya kullanıcıları farklı medya türlerinde diledikleri içerikleri oluşturma veya başkaları tarafından oluşturulan içeriklere katkıda bulunma imkanına sahiptir.
2. Sosyal medya kullanıcıları oluşturulan içeriklere diğer kullanıcıları etiketleyebilmektedirler.

3. Sosyal medya kullanıcıları oluşturulan içerikleri aktif veya pasif olarak değerlendirebilmektedirler.
4. Sosyal medya kullanıcıları birbirileri ile ortak ilgi alanlarını belirleyebilmekte ve bu belirleme doğrultusunda birlikte sosyal medya ağlarını oluşturabilmektedirler.

2.2.2.Sosyal Medyanın Kronolojisi

İnsanlık tarihi boyunca insanları direkt olarak etkileyen, yaşamına anlam katan, yaşamın dinamiklerini değiştiren olaylar silsilesi bulunmaktadır. İnsan yaşamının dinamiklerini değiştiren gelişmelerden bir tanesi de teknolojik gelişmeler olmuştur. Teknolojik gelişmeler ile birlikte insan yaşamına birçok yenilik gelmiştir. Teknolojik gelişmeler sadece mevcutta kullanılan cihazların değişimine yol açma ile kalmayıp insanların sosyalleşme biçimlerini, iletişim stillerinin, meslek tercihlerinin değişimine de sebep olmuştur.

1991 yılı itibari ile daha önce kuruluşların, kurumların erişimine açık olan “World Wide Web” in herkesin erişimine açılması sosyal medyanın temellerinin atılmasında etkili olmuştur. Alan yazına bakıldığında günümüzdeki sosyal medyanın temellerine dair hakim görüş 1995 yılında kurulan kişilerin geçmiş yaşantılarındaki kişileri bulmalarına olanak sağlayan classmate.com sitesi ile 1997 yılında kurulan kullanıcılarının görüntü oluşturabilme ve arkadaşlarını listeleyebilme fonksiyonlarını içeren SixDegrees adlı internet sitesi olduğu görülmektedir (Özmen, Aküzüm ve Sünkür, 2012, s.497).

SixDegrees.com internet sitesinden sonra kuruluş tarihi 1999 olan, kullanıcılarının günlük yazılar yazabilmelerine, blog yazabilmelerine, fikirlerini diğer kullanıcılar ile paylaşabilmelerine olanak sağlayan Live Journal sitesi sosyal medyanın gelişiminde önemli mecralardan birisi sayılmaktadır. 2003 yılı itibari ile sosyal medya kullanıcı sayılarının artması ve sosyal medyanın toplumlarda yaygınlaşması ile günümüzde de kullanımına devam edilen Kullanıcılarının müzik, video, fotoğraf vb. paylaşımlarına imkan tanıyan Myspace.com, iş hayatında kişilerin birbirileri ile iletişime geçmesine, bilgi alışverişinde bulunulmasına olanak sağlayan LinkedIn, kişilerin diğer kişilerin hanelerinde ücretsiz bir şekilde konaklamasına, misafir olmasına aracı olan

Couchsurfing ile birlikte Second Life, Photo Bucket gibi birçok sosyal medya uygulaması geliştirilmiştir (Hazar, 2011, s.155).

2004 yılı itibari ile fotoğraf ve video paylaşım sitesi olan Flickr, arkadaşlık sitesi olan Orkut; Kişilerin ve kuruluşların sosyal sosyal ağ oluşturmasına imkan tanıyan Ning; Haber okuma, haber paylaşma, yorum yapma amacı ile kurulmuş olan Digg, Kişilerin otel kiralama, etkinlikler, aktiviteler hakkında bilgi edinmeleri gibi hizmetler sunan ASmall World ile birlikte daha birçok sosyal medya sitesi kurulmuştur. 2005 yılı itibariyle Yahoo 360, Cycworld, günümüzde sık kullanılan video paylaşım sitesi olan Youtube ve haber paylaşımı ve tartışma sitesi olan Reddit kurulmuştur. 2006 yılında günümüzde sık kullanılan sosyal medya sitesi Twitter, Mychurch, Stylehive kurulmuştur. 2010 yılında ise günümüzde sık kullanılan fotoğraf ve video paylaşım uygulaması olan Instagram kurulmuştur (Hazar, 2011, s.156).

2.2.3.Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları

Alan yazına bakıldığında modern çağın gerekliliği olarak görülen sosyal medyanın avantajları ve dezavantajları hakkında araştırmaların arttığı görülmektedir. Sosyal medya kullanımı bilgi alışverişi, iletişim, çevrimiçi alışveriş gibi sebeplerden dolayı kişiler açısından işlevsel, avantajlı bir mecra olarak algılansa da sosyal medyadaki aşırı kullanım sebebiyle internet bağımlılığına yol açması, sanal iletişimin yüz yüze sosyal ilişkilerin yerini alması gibi negatif etmenler, dezavantajlar barındırmaktadır (Drahasova ve Balco, 2017, s.1008-1009).

Öztürk ve Talas (2015) tarafından sosyal medyanın avantajları ve dezavantajları şu şekilde belirtilmiştir:

Sosyal medyanın avantajları:

1. Sosyal medya hızlıdır ve sürekli kendini güncellemektedir. Sosyal medya kullanıcılarına kendi oluşturdukları içerikleri anlık olarak yayınlama ve tüm dünyayla eş zamanlı olarak paylaşımında bulunma fırsatı sunmaktadır.
2. Sosyal medya ekonomiktir. Geleneksel medya organlarındaki yüksek yatırım bedelleri sosyal medyada oldukça ucuzdur. Facebook, Twitter gibi birçok popüler sosyal medya uygulaması ücretsizdir.

3. Sosyal medya kullanıcılarına interaktif bir iletişim imkanı sunmaktadır. Kullanıcılar hem mesaj alan hem de mesajı gönderen konumunda olabilmektedir.
4. Sosyal medyada güvenlik önlemleri bulunmaktadır.
5. Sosyal medya internet kullanıcılarını sadece tüketici konumundan çıkartıp üretici konumunda bulunmalarına olanak sağlamaktadır.
6. Sosyal medya ile birlikte geleneksel medyanın aksine kullanıcılara istedikleri içeriği seçebilme fırsatı sunulmuştur.
7. Sosyal medya siyasilerin, şirketlerin, kamu kurumlarının, ünlülerin kendi kitleleri ile araçsız bir şekilde iletişime geçmesine ve gelen mesajlara, eleştirilere kısa sürede geri bildirimde bulunabilmelerine olanak sağlamaktadır.

Sosyal medyanın dezavantajları:

1. Sosyal medyada paylaşılan içerik kısa sürede çok sayıda kişiye ulaşabilmektedir. Kişilerde negatif etki yaratacak haberlerin ve içeriklerin sosyal medya sayesinde kısa sürede yayılması mümkündür.
2. Sosyal medyada farklı konularda birçok kişi tarafından içerikler üretilmektedir. Üretilen içerikler iyi bir filtrelemeye tabii tutulmadığı zamanlarda bilgilenme amacıyla sosyal medyada bulunan kişiler bilginin hangi kaynaktan alınacağına, hangi bilgiden faydalanılması gerektiğine dair sorunlar yaşamaktadır.
3. Gelişen teknoloji ile birlikte sosyal medyaya erişim için gerekli araçların çeşitliliği artmıştır. Günümüzde akıllı telefonlar ile sosyal medyaya erişim oldukça popüler hale gelmiştir. Günlük faaliyetlerimizi sürdürürken sosyal medyaya erişmemiz ve sosyal medyada zaman geçirmemiz oldukça kolaydır. Sosyal medyanın bu özelliği avantaj olarak değerlendirilebilir olsa da kişilerin işte, okulda vb. durumlarda işlevselliklerinin düşmelerine sebep olduğu için bir dezavantaj sayılmaktadır.

2.2.4.Sosyal medya biçimleri

Sosyal medya kullanım amaçları, kullanıcılarının yaş aralığı, gibi içerik ve biçim açısından da geniş bir yelpazeye sahiptir. Sosyal medyanın içerdiği wikiler, blog

ve mikrobloglar, forumlar, podcastler sosyal medyanın içerdiği sık kullanılan biçimlerdir. Bu biçim türleri Sosyal medya kullanıcılarına diğer kullanıcılarla bilgi ve içerik paylaşarak ilgi duydukları ve erişmek istedikleri içeriklere erişme imkanı tanımaktadır (Sarı, 2014 s. 33).

2.2.4.1.Bloglar

Dilimizde ağ günlükleri olarak kullanılan blogların sürekli güncellenen, yazıların ters bir şekilde paylaşım yapılma zamanlarına göre sıralandığı, yazarın bir konu hakkında fikirlerini, düşüncelerini paylaştığı bir internet sitesi çeşidi olarak tanımlamak mümkündür (Erdoğan ve Kesim, 2012. s.13)

Justin Hall tarafından 1994 yılında oluşturulan “Justin’s Links From the Underground” sayfası günümüzde bulunan blog sitelerin kilometre taşı olarak kabul edilmektedir. Dilimizde Ağ günlüğü veya Web günlüğü olarak da kullanılan Blog kavramı weblog kavramı olarak 1997 yılında ilk kez Jorn Barger tarafından kullanılmış ve weblog kavramının kısaltılması olan blog kavramı olarak ise 1999 da Peter Merholz tarafından kullanılmıştır (Yardımcı, 2020).

Bir grup programcı tarafından 1997 yılında internet sitelerinde dolaşırken daha sonra tekrar erişmek istedikleri, memnun kaldıkları internet sitelerini kısa notlar ile birlikte kendi sayfalarında paylaşması ile ortaya çıkan bloglar, teknolojik ilerlemeler, bloglara erişim için gerekli araçların ortaya çıkması ve bu araçların kullanımının yaygınlaşması ile birlikte başlangıçtaki kullanım amacından farklılaşmış ve internet kullanıcılarının herhangi bir konuda kendi düşüncelerini paylaştığı platformlar haline gelmiştir. Zamanla İnternet günlüğü haline gelen bloglar da kullanıcıların paylaşımların sadece kendisinin görebileceği veya başka kullanıcıların da görüntüleyebileceği, diğerleri ile de paylaşabileceği sayfalar oluşturulabilmektedir (Dilmen, 2007, s.166).

Bloglar kısa bir süre içerisinde sergiledikleri değişim ve çoğalma ile birlikte farklı bir medya ortamı olarak kategorize edilmiştir. Blogların kısa sürede popüler hale gelmesinde yaygınlaşmasında internet sitelerine göre çok daha kolay oluşturulabilmeleri ve çoğu blog sitelerine üyeliğin ve erişimin ücretsiz olması etkili olmuştur (Dilmen, 2007 s.116).

Bloglar içerdiği bazı özellikler açısından diğer sosyal medya biçimlerinden farklılaşmaktadır. Alanyazına bakıldığında blogların diğer sosyal medya biçimlerinden farklılıklarına dair çeşitli özellikler bulunmaktadır. Akar (2006)'a göre blogları diğer sosyal medya araçlarından ayıran 6 karakteristik özellik şu şekildedir:

- 1) “Yayımlanabilirlik(Publishable)”: İnternet kullanıcıları blog oluşturma vasıtası ile yayım yapabilmektedirler. Yapılan bu yayımlar düşük ekonomik maliyetli veya ücretsiz bir şekilde ve sürekli olarak yapılabilir. Kişilerin yaptıkları gönderiler anlık olarak dünya genelinde kullanılabilir olabilir.
- 2) “Bulunabilirlik (Findable)”: Kullanıcılar arama motorlarını kullanarak aradıkları içeriğin ismini, içeriği oluşturan kişinin veya kişilerin ismini ya da her ikisini yazarak erişmek istedikleri blogları bulabilirler.
- 3) “Sosyallik/Topluluk Olma (Social)”: blogosfer, yani blog ortamı tüm blogları kapsayan, tüm blogların bulunduğu ortama verilen isimdir. Blog ortamı büyük ve interaktif bir iletişim bulunduğu yerdir. Güncel ve kişiler için ilginç olan konular karşılıklı konuşmalar
- 4) “Sözel olma (Viral)”: İnternetteki bilgiler bloglar vasıtası ile yayılım sağladığından kaynaklı çok hızlı yayılmaktadır. Bloglar hız ve etkililik açısından hiçbir sözel pazarlama formu ile benzerlik göstermez
- 5) “Toplayarak Bir Araya Getirme/Birleştirme(Syndicable)”: Bloglar, Rich Site Summary Simgesine tıklayarak, teklifde bulunulmaksızın adrese teslim Rich Site Summary uygulamalarını almayı kolaylaştırmaktadır. Rich Site Summary bir bloğa üye olduğunuz zaman, arama zamanında sizi kaydederek blogun güncelleştirildiğini bilmenize izin verir.
- 6) “Birbirine Bağlanabilme (Linkable)”: Oluşturulan bloglar diğerlerine link yapılabilir. Bu sayede blogun yazarı blog ortamını günlük olarak ziyaret eden milyonlarca kullanıcıya ulaşabilmektedir.

Erben ve Salı (2015) ise blogları diğer sosyal medya mecralarından ayıran özellikleri 5 madde ile açıklamıştır.

1. Kullanıcılar, içerik üretme imkanına sahiptir bu sebeple kullanıcılar aktif konumda olabilmektedir.

2. Kullanıcılar aradıkları blogları kolay bir şekilde bulma ve erişme imkanına sahiptir. blog sitelerinin çoğu ücretsizdir. Kullanıcılarına ilave imkanlar tanıyan ücretli üyelik tipleri bulunmaktadır.
3. Bloglar arşivlenmektedir. Blogların bu özelliğinden kaynaklı kronolojik sıralama ile istenilen veriye ulaşılabilmektedir.
4. Blog sitelerinin sayfa düzeni incelendiğinde genellikle başlık, takvim, arşiv, arama çubuğu, son eklenen içerikler, blogların başlığı, blogların içeriği, blogların içeriklerinin yorum bölümü, içerik paylaşma butonu ve etiketler bölümü bulunmaktadır.
5. Blog siteleri zengin içerikler barındırmaktadır. Web 2.0 ile birlikte gelen yeniliklerden faydalanmaktadır. Web 2.0'ın tüm imkanlarını barındırmaktadır.

2.2.4.2. Kişisel bloglar ve mikro bloglar.

Kişisel bloglar internet kullanıcılarının şahsi girdilerinin diğer internet kullanıcıları ile paylaşma amacı ile kullanılan internet siteleri olarak tanımlanabilir. Kişisel blogların içerdiği çeşitli kullanım seçenekleri ve işlevlerinden kaynaklı kullanıcılarının birbirilerinin paylaşımlarını görüntüleyebilmesine, yorum yapabilmesine, interaktif şekilde iletişim kurabilmelerine olanak sağlamaktadır. Web2.0 teknolojisi ile birlikte kişisel bloglarla birlikte mikro bloglar da kısa sürede kabul görmüş ve kullanımı yaygınlaşmıştır. Mikro bloglar kişisel bloglardan farklı olarak anlık kısa geri bildirim ve paylaşımında bulunmaları üzerine temellendirilmiştir (Köse ve Çal, 2012, s3).

Blog uygulamalarının, sitelerinin gelişmesi ile birlikte ortaya çıkan mikrobloglar ile birlikte mikroblog kullanıcıları kendi bloglarında ki paylaşımlarına göre daha pratik, portatif ve kişisel türlerde paylaşımlarda bulunmaya başlamışlardır. Mikroblogların içerdiği bu fonksiyonlardan kaynaklı kullanıcılar mikroblogları günlük etkinliklerini, bilgilerini paylaşma ve daha birçok amaçla kullanmaya başlamışlardır.

Bbloglarla karşılaştırıldığında mikroblog kullanımı hızla yaygınlaşmış, erişimi kolay uygulamalar haline gelmiş ve sosyal etkileşim ve iletişim kurma açısından beğenilen,tercih edilen bir mecra haline gelmiştir(Yayla, 2018, s.43)

Mikrobloglar kullanıcılarının anlık olarak kısa içeriklerin üretildiği sosyal mecralardır (Eldem, 2020, s.159). 2006 yılında kurulmuş olan 2019 yılında yapılan araştırmaya göre 330 milyon kullanıcısı olan twitter uygulaması sık kullanılan mikrobloglardandır (Goçoğlu, 2020, s.79).

2.2.4.3.Wiki

1995 yılında ilk olarak Ward Cunningham tarafından oluşturulan ismi Hawaii dilinde çabuk anlamına gelen wikiwiki kelimesinden gelen Wiki, kullanıcılarının sayfalarını istedikleri gibi düzenleyebildikleri internet siteleri olarak tanımlanabilir (Köse, 2010 s.90).

Wikiler kullanıcılarının iş birliği içerisinde belirledikleri konular üzerinde bilgileri düzenleyip paylaşımında bulunabildikleri ortamlardır. Wiki kullanıcıları sayfalarda paylaşımında bulunmuş bilgilere müdahalede bulunabilmektedirler. Kullanıcılarının yaptıkları müdahaleler ile birlikte kullanıcıların arasında iş birliği sağlanmakta ve internet sayfaları oluşturulmaktadır.

Wikiler blog siteleri ile benzerlik gösterse de bloglardan farklı olarak wikiler tek yazarlı değildir. Blog sitelerinde kullanıcılar yazarın yaptığı paylaşımına yorum yapabilmektedirler fakat yazarın paylaşımında bulunduğu içeriği değiştiremez, düzenleyemezler. Wikilerde ise kullanıcıların hepsi birer yazardır. Kullanıcılar daha önce yapılmış olan bir paylaşımına müdahale edebilir, paylaşılan içeriği düzenleyebilmektedirler (Aytekin, 2011, s.9). 2001 yılında oluşturulan bir internet ansiklopedisi sitesi olan wikipedia günümüzde sık kullanılan wiki sitelerindedir (Atıcı ve Yıldırım, 2010, s.11).

Wikiler paylaşılmış olan bir içeriğin hızlı ve pratik bir şekilde değiştirilebildiği, kullanıcılarına kayıt olma şartı aranmaksızın içerik ekleme, paylaşılan içeriği kaldırma veya düzenleme gibi imkanlar tanıyan İnternet sitesi türü olarak tanımlanabilir (Işık, 2013, s.104.) Wiki sitelerinin özelliklerine değinmek wikilerin anlaşılması açısından fayda sağlayacaktır. Kıranoğlu (2018)'e göre wikilerin özellikleri şu şekildedir:

İçerik Yönetimi: Wiki kullanıcıları hangi kullanıcının hangi konu hakkında çalışmalar yaptığını ve bu çalışmaların wiki sitesinde paylaşıldığı tarihi görüntüleyebilirler.

İş birliği: Aynı konu hakkında çalışmalar yapan wiki kullanıcıları wiki vasıtasıyla iletişime geçebilmekte ve birlikte aynı konu hakkında çalışmalar yapabilmektedir. Yaptıkları alışmalar hakkında wiki sitesindeki uzman kişiler ile iletişime geçebilmekte ve çalışmadaki problemleri uzman görüşleri ile birlikte özebilmektedirler.

Bilgi Platformu: Wiki siteleri kullanıcılarına çeşitli konular için bir bilgi platformu oluşturabilme imkanına sahiptir.

Güncel Bilgi: Wiki kullanıcıları oluşturdukları metinleri, dökümanları diledikleri zaman güncelleştirme imkanına sahiptir.

Zaman Kazanımı: Wiki ile birlikte çalışmaya harcanan zamanda azalmalar meydana gelmiştir. Kişilere elektronik posta göndermekten se kişileri wiki sayfalarına yönlendirmek elektronik posta gönderimine göre çok daha az zaman almaktadır.

Mini Blog Özelliği: Wikilerde kullanıcılar akıllarında bir soru olduğunda meslektaşlarından veya uzmanlardan görüş alabilmektedirler. Bu amaçla kullanımlarda wikiler birer mikroblog sitelerine dönüşmektedir.

2.2.4.4. Podcasting

Apple tarafından multimedya içeriklerin oynatılması amacı ile geliştirilmiş taşınabilir cihaz olan iPod ve “yayın” anlamına gelen “broadcast” kelimelerinin birleşiminden türetilmiş olan ilk olarak Ben Hammersly tarafından 2004 yılında kullanılmış olan, Oxford Amerikan sözlüğünde “radyo yayını veya benzer bir programın internetten çekilebilir, kişisel ses oynatma cihazlarından dinlenilebilir hale gelmesini sağlayan dijital kayıt” olarak tanımlanan dilimizde “oynatıcı yayın aboneliği” olarak kullanabileceğimiz(Vural ve Bat, s.3349) Podcast kavramı içeriği oluşturan kişinin birtakım konular hakkında fikirlerini, düşüncelerini, bilgilerini aktardığı ses kayıtları olarak tanımlanabilir(Yücel, 2020 s.1305.)

Podcastler İlk ortaya çıktıklarında radyonun bir benzeri olarak değerlendirilse de radyo yayını oluşturmaya göre oldukça ekonomik olması, oluşturulan içeriğin gelişen teknoloji ile kullanımı yaygınlaşan akıllı telefon, tablet ve bilgisayarlar aracılığı ile pratik bir şekilde paylaşılması, geleneksel medyada ki gibi sansür uygulamasının

olmaması, kısa sürede geniş kitlelere ulaşılabilmesi gibi sebeplerden dolayı amatör yayıncıların ilgisini çekmiş ve çeşitli türlerde içerik paylaşımında bulunan bir sosyal mecra haline gelmiştir(Yücel, 2020, s.1314.)

Web 2.0 ile birlikte ortaya çıkan günümüzde kullanımı yaygınlaşan sosyal medya uygulamalarından olan podcastlerin içerik üretimi ve tüketimi açısından birtakım avantajları ve dezavantajları bulunmaktadır.

Geonghegan ve Klass. (2007)'e göre Podcastlere RSS sisteminden dolayı kolay bir şekilde üye olunabilmesi,kullanıcılarına içerik üzerinde seçim yapma ve dinleme kontrolü fırsatı sunması, Kullanıcılarına diledikleri zaman basit bir şekilde üyeliklerini sonlandırabilme imkanı tanınması, taşınabilir cihazlar ile erişim mümkün olması ve bu sayede kullanıcıların akıllı telefon vb. araçlar ile diledikleri yerde erişim sağlayabilmesi, kullanıcıların zaman sınırı olmadan erişim sağlayabilmesi, birçok içeriğe ücretsiz erişim imkanının bulunması, kullanımı basit ara yüzü sayesinde istenilen içeriğe çaba göstermeksizin erişebilme imkanı sunması Podcastlerin avantajları olarak değerlendirilirken

Yılmaz ve Babacan (2015)'e göre çoğunlukla akıllı telefonlar aracılığı ile kullanımından dolayı cihaz belleğinde depolamaya dair problemler meydana getirebilmesi, mobil internetin daha fazla kullanımına dair kaygı yaratabilmesi, aşırı kullanımdan kaynakla cihazın bataryasının çabuk tükenmesine yol açması dezavantajları olarak değerlendirilmektedir.

2.2.4.5.Forumlar

Sosyal medya kavramından çok daha önce var olan genel olarak kullanıcılarının gerçek kimlikleri dışında profiller oluşturup kullanmakta olduğu forumlar kullanıcılarına konu başlıkları ve ilgi alanları doğrultusunda tartışmalarına olanak sağlayan web ortamlarıdır. Forum sitelerinde kullanıcılar belirli konular hakkında çevrimiçi tartışmalar ve konuşmalar yapmaktadırlar. Forumlar belirli konularda bilgi edinmek, bir konu hakkındaki karşıt görüşler ve öneriler hakkında bilgi edinmek, diğer kullanıcıların tecrübelerini öğrenmek amacı ile internet kullanan kişiler için kişiler için faydalı ortamlar sunmaktadır (Sarı, 2014, s.39).

Forumlar çevrimiçi bilgi paylaşım platformlarıdır. Forum sitelerine girildiğinde kullanıcılar kategori seçimi yapmakta ve seçilen kategoriye özgü konu başlığı oluşturabilmektedir. Diğer kullanıcılar oluşturulan konu başlığına yorumlar yaparak konu ile ilgili fikirlerini sunmaktadırlar. Forum sitelerinde genellikle oluşturulan konuları ve üyelikleri onaylamakla görevli yönetici ve yapılan paylaşımları doğru kategorilere taşımakla, revize etmekle veya kaldırmakla görevli moderatör bulunmaktadır. Üyeler forumu oluşturan kilometre taşlarıdır. Forumda katkıda bulunan yeterli düzeyde üye olmazsa forumdan bahsedilemez (Yağmurlu, 2011, s.7).

2.2.5.Sosyal medya uygulamaları

2.2.5.1.Facebook

2004 yılında Mark Zuckerberg ve iki arkadaşı tarafından oluşturulan ve sadece Harvard üniversitesi öğrencilerinin kullanıma açık olan Facemash isim değişikliği ile Facebook ismini almış ve ilerleyen zamanlarda herkesin erişimine açılmıştır (Gözde Yiğit, 2019 s.70) Günümüzde sık kullanılan sosyal medya uygulaması olan Facebook kullanıcıların diğer kişiler ile iletişim ve bilgi alışverişinde bulunmasını amaçlayan bir sosyal medya sitesi olarak tanımlanmaktadır (Uysal, 2013, s.17).

We are social tarafından 2020 yılında yapılan araştırmaya göre dünyada 2.4 milyar, ülkemizde 37 milyon kullanıcısı olan ülkemizde ve Avrupa’da en çok kullanıcı sayısına sahip sosyal medya uygulaması olan Facebook ülkemizde ve en çok ziyaret edilen 4. Sitedir.

Facebook’ta kişiler arkadaş listelerini oluşturabilmekte, birbirlerini arkadaş olarak ekleyebilmekte, anlık mesajlaşabilmekte. Çevrimdışı profillere mesaj gönderebilmekte, fotoğraf, video ve ileti paylaşımlarında bulunabilmekte, oluşturdukları içeriklere diğer kullanıcıları etiketleyebilmekte, birbirileri ile sanal olarak hediyeleşebilmektedir (Küllük, 2019, s.20).

Facebook da kişiler diğer sosyal medya uygulamalarına göre daha çok kendi kimlikleri ile profiller oluşturmaktadır. Facebook kullanıcıları genel olarak kendi kimlikleri ile Facebook’ta paylaşım yapmakta, diğer kullanıcılarla iletişime geçmektedir (Akbakın, 2019, s.90).

Anonim profiller Facebook'ta diğer sosyal medya uygulamalarına göre çok daha azdır. Facebook'ta oluşturulan profillerin kime ait olduğu diğer sosyal medya uygulamalara göre daha belirgindir (Biçer, 2014, s.60). Facebook'un bu özelliği kişilere yeni arkadaşlıklar kurmada aracılık etmekten daha çok kişilerin gerçek hayatta tanıdıkları kişilere ulaşmasına dair bir hizmet sunmaktadır. Kullanıcılar Facebook'u daha çok tanıdıkları kişiler ile iletişime geçme, etkileşim kurma, daha önce iletişimde olduğu fakat çeşitli sebeplerle iletişim kaybı yaşadıkları kişileri bulma amacı ile kullanılmaktadırlar (Genç, 2011, s.79).

2.2.5.2.Instagram

Teknolojideki ilerlemelerden önce insanlar "Instant" yani anlık olarak fotoğraf çekimi imkanı sunan fotoğraf çekme makinaları kullanırken büyük bir haz yaşıyorlardı. Instagram uygulamasının ismi dilimizdeki karşılığı anlık olan Instant kavramı ve dilimizdeki karşılığı telegraf olan bir mesaj gönderme çeşidi olarak tanımlanan "telegram" kavramının birleşiminden oluşmaktadır. Bu iki kavram sentezlenerek "InstantTelegram" sözcüğünü oluşturmuştur. "InstantTelegram" sözcüğü ise dilimizde "anlık fotoğraf gönderme" olarak çevrilmektedir. Bu sözcüklerin birleşimi Instagram uygulamasının isminin temelini oluşturmaktadır (Admış, 2020 s.31).

Günümüzde dünya geneli 1 milyarı aşkın, ülkemizde 39 milyonu aşkın kullanıcı olan instagram (We Are Social, 2020). Kevin Sytrom ile Mike Krieger tarafından 2010 yılında kurulmuştur. Instagram'a bilgisayar aracılığı ile de erişim sağlanırken Instagram'a genel olarak akıllı telefon ve tablet ile erişim için geliştirmiştir kullanıcıların çoğunluğu akıllı telefon ve tablet aracılığı ile Instagram uygulamasını kullanmaktadır. Twitter, Facebook ve diğer sık kullanılan sosyal medya uygulamalarıyla karşılaştırıldığında Instagram daha çok pratik bir şekilde fotoğraf paylaşımı, fotoğraf saklaması, başka bir aracı programa, yazılıma gerek olmaksızın zengin seçeneklerden oluşan fotoğraf düzenleme, filtreleme hizmeti sunmakta ve bu özellikler doğrultusunda kullanılmaktadır (Dalkıç, 2010, s.43).

Instagram'a 2016 yılında eklenen hikaye paylaşımı özelliği ve canlı yayın yapabilmek özelliği kullanıcılar tarafından ilgi ile karşılanmıştır. Instagram'da günlük olarak profilde görüntülenebilen, fotoğraf ve video paylaşımı ile birlikte konum ekleme,

efekt ekleme, animasyon ekleme, yazı yazabilme gibi seçenekler sunan ve gün sonunda kendi kendine silinen hikayeler Instagram'ın kullanıcı sayısının artmasına etkili olmuş ve Instagram'ı diğer sosyal medya uygulamalarından ayıran önemli yeniliklerden bir tanesidir (Servet ve Tuğluk 2019, s.14).

Her geçen gün hızla yayılan kullanıcı sayısı artan Instagram uygulaması günümüzde sadece iletişim, fotoğraf paylaşımı amacı ile kullanılmamaktadır. Birçok firma Instagram'da kendi markalarının sayfalarını oluşturmakta ve Instagram aracılığı ile ürünlerinin reklamını, pazarlamasını ve satışını yapmaktadır. Instagram'ın yaygınlaşması ile birlikte günümüzde reklamcılık, pazarlama gibi alanlarda da değişimler meydana gelmiş influecer gibi çeşitli meslek kolları ve kavramlar ortaya çıkmıştır (Korkmaz 2019 s.34.).

2.2.5.3. Twitter

2006 yılında Jack Dorsey tarafından geliştirilen Twitter kurulduğu tarihte kullanıcılarına 140, 2017 yılından sonra ise 280 karakterle sınırlı mesajlar oluşturup diğer kullanıcılarla iletişim kurmalarını sağlayan dünyada ve ülkemizde kullanımı yaygın bir sosyal medya uygulamasıdır (Karabulut ve Küçüksile, 2018 s.18).

Twitter'da kullanıcıların amacı "Twit" adı verilen 280 karakterle sınırlı mesajlarını paylaşmak ve diğer kullanıcıların paylaştığı twitleri takip etmektir. Twitter'da takipçi sayısının fazla olması atılan twitlerin hızla yayılması açısından önemli bir avantajdır. Twitter'ın en önemli özelliklerinden bir tanesi "#" sembolü ile oluşturulan "hashtag" adı verilen etiketlemelerdir. Oluşturulan bu etiketler sayesinde kullanıcılar belirli bir olayı pratik bir şekilde takip edebilmektedirler. Etiketler sayesinde kullanıcılar o konu ile ilgili atılmış bütün twitlere erişebilmektedir (Güneş, 2019 s.32).

Twitter kullanıcıları diğer kullanıcılarının attıkları twitleri paylaşma (retweet) olanağına sahiptir. Twitter kullanıcılarının paylaştıkları twitler diğer kullanıcıların retweetleri sayesinde çok kısa sürede çok yüksek sayıda kişilere ulaşmaktadır. Bu sebeple Twitterda takipçi sayısı yüksek kullanıcılar atılan twitlerin hızla yayılması açısından önemli bir konuma sahiptir. Twitlerin hızla yayılmasında öncü olan yüksek sayıda takipçisi olan kullanıcılara twitter fenomeni denilmektedir. Günümüzde firmalar ürünlerinin tanıtımlarını yapma, reklam ve pazarlama gibi amaçlarla Twitter fenomenlerinden faydalanmaktadırlar (Sabuncuoğlu ve Gülay 2014 s.2).

2.2.5.4. LinkedIn

Günümüzde sık kullanılan sosyal medya uygulamalarından olan LinkedIn 2003 yılında Reid Hoffman tarafından kurulmuştur. Hoffman tarafından linkedin; kendi değerini arttırmak isteyen ve hizmet verdiği iş kolunda değerini arttırmak isteyen kişilerin birbirlerine ulaşmasına imkan tanıyan sosyal ağ olarak tanımlanmıştır (Burcu ve Yağmur, 2019 s.34.)

LinkedIn kullanıcılarına detaylı bir özgeçmiş oluşturma imkanı tanımaktadır. Kullanıcılar oluşturdukları özgeçmişler sayesinde işletmeler ile iletişime geçebilmekte, işletmelerden teklifler alabilmekte, iş sahası hakkında Pazar araştırması yapabilmekte, iş ortakları ve yeni kar grupları ile iletişime geçebilmektedir. LinkedIn Facebook ve Twitter gibi sık kullanılan sosyal medya ağlarının içerdiği birçok özelliği içermektedir. LinkedIn'in bir iş ağı kurmak, kullanıcıların iş hayatında tanıdıkları kişileri ve bu kişilerin tanıdıkları kişileri görüntüleme gibi amaçlarla kullanılmaktadır. Bu kullanım amaçları LinkedIn'i diğer sosyal medya ağlarından ayıran temel özelliklerdendir (Bakan, 2014, s.47).

Cornell Üniversitesi tarafından yürütülen araştırmanın sonuçlarına göre LinkedIn kullanıcılarının oluşturduğu özgeçmişlerde sahte bilgilerin oldukça az olduğu, genellikle doğru bilgiler doğrultusunda oluşturulan özgeçmişlerin olduğu saptanmıştır. LinkedIn'deki özgeçmişlerin yüksek oranda doğru bilgiler içermesi ve insan kaynakları bölümünde istihdam edilecek personel ve personellerin maliyetine göre çok düşük maliyetli olması sebebiyle Günümüzde işletmeler ve şirketler işe alımda linkedini sık kullanmaktadır (Sekendür Turgu. 2020, s.49).

LinkedIn sadece bir iş arama, iş bulma aracı değildir. LinkedIn özünde bir sosyal ağıdır. LinkedIn'de kullanıcılar iş arkadaşlarının ve iş verenlerinin neler yaptığını dair bilgileri görüntüleyebilmektedir. LinkedIn'de kullanıcıların amacı iş ağı oluşturmaktır. Örneğin petrol sektöründe çalışan bir kişi linkedin aracılığı ile petrol sektöründe iş yapmak istediği yurtdışı ve yurtiçindeki petrol şirketlerini bulabilir bu şirketler ile iletişime geçebilmektedir (Burcu ve Yağmur, 2019, s.34).

2.3.Bağımlılık

Kişilerin belirli aralıklarla sürekli olarak yaptığı rutin davranışlar alışkanlık olarak adlandırılmaktadır. Alışkanlık kavramı, her akşam kitap okumak, yemekten sonra

diş fırçalamak gibi olumlu davranışları kapsasa da sürekli olarak sağlıklı beslenme, sürekli telefonda konuşmak gibi kişinin sağlığını negatif yönde etkileyen davranışları da kapsamaktadır. Alışkanlıkların tek başına patolojik düzeyde var olması bağımlılıktan söz etmek için yeterli değildir. Bağımlılıklar tedavi edilmesi gerek klinik olgulardır. Bağımlılıktan bahsedilebilmesi için önüne geçilmesi istenilen davranışın yüksek düzeyde ve kontrolsüzce ortaya çıkıyor olması gereklidir (Erbay Evci, 2018 s.9) Bağımlılıktan söz edebilmek için kişinin bir maddeye, kişiye veya nesneye dair denetlemeyecek düzeyde aşırı istek duyuyor olması gereklidir (Uzby, 2009a, s.5).

Bağımlılık kelimesi “adama, kendini başkasına adama anlamına” gelen latince bir kelime olan “addicere” kelimesinden türemiştir. Madde bağımlılığı beyinin yapısındaki değişimlerle birlikte sürdürülen madde kullanımı davranışının zorlantılı bir davranış örüntüsüne dönüşmesi ile sonuçlanan bir beyin hastalığıdır (Kalyoncu: 2012, 34).

Ögel ve Tamar (1996) tarafından yapılan tanımlamaya göre Bağımlılık kişinin maddeyi bırakmaya dair tekrarlayan girişimlerine rağmen başarısız olması, kullandığı maddenin dozunu zamanla arttırması, madde kullanımını bıraktığı takdirde yoksunluk krizlerinin meydana gelmesi, madde kullanımından kaynaklı ortaya çıkan problemleri görmesine rağmen madde kullanımına devam etmesi ve zamanının büyük bir kısmını maddeye erişme amacıyla geçirilmesini içeren durumudur.

Dünya Sağlık Örgütü madde bağımlılığını, maddeyi elde etmeye ve maddenin kullanımına dair aşırı düzeyde ihtiyaç ve isteğin bulunması, maddenin kullanım dozunun arttırılmasına dair eğilimlerin bulunması, maddenin ortaya çıkarttığı fiziksel ve psikolojik etkilere karşı aşırı hassasiyet, ortaya çıkan etkileri arama, maddenin kişinin hayatındaki en önemli şey konumuna gelmesi. Belirtilerinin birleşimi olarak tanımlamıştır (Taylan, Nas ve Edis, 2019, s. 198).

Uzby(2009b) tarafından yapılan bağımlılık tanımına göre madde bağımlılığı kişinin madde kullanımı sırasında kendini geçici bir süre kaybetmesi, yaşamını sürdürebilmek için bu maddeyi devamlı kullanması gerektiğini düşündüğü, madde kullanımından kaynaklı kişide fiziksel ve psikolojik açıdan negatif belirtilerin ortaya çıktığı durumdur. Madde kullanan kişiler beyinin ödül mekanizmasından kaynaklı madde

kullanımı sırasında kendilerini normalden daha güçlü ve kaygılarından arınmış hissediler. Ödül mekanizmasından kaynaklı kişiler psikolojik açıdan madde kullanımına devam etmek istemekle birlikte sürekli kullanımdan kaynaklı fiziksel açıdan madde kullanımına karşı tolerans geliştirmektedirler. Toleranstan kaynaklı kişilerde yoksunluk krizleri meydana gelebilmektedir. Yoksunluk krizleri madde bağımlılığına dair en temel semptomlardan biri olarak görülmektedir.

2.3.1.Davranışsal bağımlılık

Davranışsal bağımlılık “kişinin kendisine veya başkalarına zarar veren bir davranışı gerçekleştirmeye dair dürtülerini denetim altına alamaması, davranışı engellememesi olarak tanımlanabilir. Bağımlılıklar Kişilerin kendisini ve sosyal çevresinde problemlere yol açan tekrarlayan davranış örüntüleridir (Özkorumak ve Tiriyaki s.14).

Bağımlılıklar biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin birleşiminden kaynaklı ortaya çıkmaktadır. Bağımlılık denilince genellikle ilk akla madde bağımlılığı gelmektedir. Fakat insanlar egzersiz yapma, akıllı telefon, tablet, bilgisayar gibi teknolojik alet kullanımına, çevrimiçi oyun oynamaya, kumar oynamaya ve madde dışındaki birçok şeye bağımlılık geliştirebilmektedirler (Aktaş ve Yılmaz, 2016 s.87). Örneklerde verilen durumlar madde bağımlılığı olarak değerlendirilmemekte ve davranışsal bağımlılıklar olarak kategorize edilmektedir. Madde dışındaki bağımlılık türleri de tıpkı madde bağımlılığı olgularında görüldüğü gibi insanların işlevsellik düzeylerinde düşüşlere yol açmakta ve yaşamlarını olumsuz etkilemektedir (Tülay Aslan, 2020 s.27)

DSM-3 de bulunan Kumar oynama bozukluğu davranışsal bağımlılıkların psikiyatrik bozukluk sayılmasının öncüsü olmuştur. DSM-4 ile birlikte kleptomani, patolojik kumar oynama bozuklukları “başka türlü sınıflandırılmış dürtü kontrol bozuklukları” başlığı altına alınmıştır. Günümüzde Kumar oynama bozukluğu DSM-5 de ise davranışsal bağımlılıkları kapsayan “madde ile ilişkili olmayan bozukluklar” başlığı altında yer almakta ve diğer davranışsal bağımlılıklarında DSM-5’ e dahil edilmesine dair tartışmalar bulunmaktadır (Koçyiğit, 2019 s.28).

DSM-5 de “madde istismarı ve bağımlılığı” ,“madde kullanımı ve bağımlılık bozuklukları” olarak revize edilerek DSM-5 de bağımlılık kavramı madde ve fiziksel faktörler dışında davranışsal etmenleri de içermeye başlamıştır (Şeker, 2018, s.23).

Yapılan araştırmalar internet bağımlılığı, kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı gibi Davranışsal bağımlılıkların kişilerde madde bağımlılığı ile benzer nörofizyolojik değişimler yarattığı saptanmıştır (Gençer, Karader, Okumuş ve Hoccoğlu, 2018, s.93).

Griffiths (2000) tarafından davranışsal bağımlılıklar 6 belirti ile açıklanmaktadır.

Dikkat çekme: kişilerin sergilediği davranışlarla birlikte zaman içerisinde ortaya çıkan duygu, düşünce ve davranışlarında meydana gelen değişimler kişinin hayatının bir parçası haline gelmektedir.

Duygu Durum Değişikliği: Kişilerin uğraştığı aktivite veya egzersizler kişi için başa çıkma stratejisi olarak adlandırılmaktadır.

Tolerans: Kişilerde aktiviteyi devam ettirmek için bir zorunluluk bulunmaması ile birlikte gerçekleştirilen aktivitenin ortaya çıkarttığı etkiyi sürdürüebilmek için aktivitenin devam ettirilmesini içerir.

Yoksunluk Belirtisi: gerçekleştirilen aktivitenin sürdürülmemesi veya kesintiye uğraması sonucu ortaya çıkan negatif duygulanım kişiyi fiziksel açıdan etkilemektedir.

Çatışma: Kişiler gerçekleştirdiği aktivite veya egzersizden kaynaklı daha önce ilgi duyduğu etkinlikleri gerçekleştirmekte, sosyal ilişkilerinde, iş hayatında, arkadaş çevresi veya kendi içsel yaşantısı ile çatışmalar yaşamaktadır.

Nüksetme: Sürekli gerçekleştirilen aktiviteden kaçınma, aktiviteyi gerçekleştirme kontrol altına alınmasından sonra yıllar bile geçse etkinliği gerçekleştirmeye dair geri dönme eğilimleri bulunmaktadır.

2.4.Sosyal Medya Bağımlılığı

Teknolojideki ilerlemeler, internet kullanımının yaygınlaşması internete erişimin kolaylaşması, internete erişim için gerekli cihazların çeşitliliğinin ve kullanımının artması, sosyal medya ile internetin iç içe geçmesi gibi sebeplerden dolayı sosyal medya bağımlılığı kavramı ortaya çıkmıştır. İlk olarak Ivan Goldberg tarafından 1995 de kullanılan internet bağımlılığı kavramı problemleri internet kullanımından kaynaklı

ortaya çıkan belirtiler kümesini tanımlamak için kullanılmıştır (Yakut ve Kuru, 2020 2199).

Sosyal medya bağımlılığı; akıllı telefon bağımlılığı, çevrim içi oyun bağımlılığı gibi depresyon, alkol kötüye kullanımı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite ve sosyal fobi gibi psikiyatrik bozukluklar ile ilişkili olan internet bağımlılığının bir alt türü olarak, bir dijital bağımlılık türü olarak ele alınmaktadır (Ho, Zhang, Tsang, Toh, Pan, , Lu, ve Watanabe 2014, s.1).

Sosyal medya günümüzde her yaştan her kesimin ilgi duyduğu bir mecra haline gelmiştir. Sosyal medyanın gelişmesiyle kullanıcılar oyun oynama, iletişim kurma, video izleme gibi birçok sebeple sosyal medyayı kullanmaya başlamıştır. Sosyal medyaya pratik bir şekilde erişim ve kullanım imkanı sunan Akıllı telefonların ve tabletlerin de yaygınlaşması ile birlikte sosyal medyaya duyulan ilgi günden güne artış göstermiştir. Sosyal medyaya duyulan ilgi her geçen gün artmakla birlikte ülkemizde ve dünyada sosyal medya bağımlılığı sürekli olarak artmaktadır (Ayğar ve Uzun, 2018, s.509)

Yaygın kullanımı ve birçok amacı karşılaması gibi sebeplerden dolayı sosyal medya kullanımı modern çağın bir gerekliliği olarak görülmeye başlamıştır. Sosyal medya kullanımını günümüzde bir gereklilik gibi görülse de aşırı ve problemli sosyal medya kullanımı kişilerin işlevsellik düzeylerini negatif düzeyde etkilemektedir. (Şahin ve Yağcı 2017 s.525)

Günümüzde internet çoğunlukla sosyal medyaya erişim amacı ile kullanılmaktadır. Daha önceleri sosyal medya bağımlılığı yerine internet bağımlılığı, problemli internet kullanımı kavramı ile ilgili yapılan çalışmaların oldukça fazla olduğu görülmektedir. İlk olarak 2010'lu yıllarda araştırılmaya başlayan sosyal medya bağımlılığı kavramı ise günümüzde oldukça sık araştırma konusu olan bir kavramdır (Bilge, Baydili ve Göktaş, 2020, s.225)

Savcı ve Aysan (2017)'a göre sosyal medya bağımlılığı :sosyal medyayı uzun süreler kullanmak, sosyal medya kullanımına dair isteği karşılayamamak, sosyal medya kullanımı yüzünden kişinin normalde katılacağı etkinliklere katılamaması, sürekli sosyal medya kullanımından kaynaklı kişinin sosyal ilişkilerinin negatif şekilde

etkilenmesi, sosyal medyanın stres ve negatif duygulardan bir kaçış aracı olarak görülmesi ve sosyal medya kullanmayı durdurmaya dair başarısız girişimlerin olması, sosyal medya kullanabilir durumdayken sosyal medyaya kullanamaması halinde taşkın bir duygulanıma sahip olma, sosyal medya kullanım süresi ile ilgili çevresindekilere yanlış bilgi verme durumudur.

Sosyal medya bağımlılığı psikolojik problemlere yol açan, özgüven eksikliğine sebep olan sanal dünyanın gerçek yaşama göre daha cazip olduğuna dair düşüncelerin olmasına yol açan bir durumdur, internet aracılığı ile erişilebilen sosyal mecralarda uzun süreler çevrimiçi olarak dünya genelindeki güncel gelişmelerden haberdar olma durumunu tanımlayan bir kavramdır, sosyal medya bağımlılığı pratik bir şekilde sosyal medyaya erişim imkanı sunan ve kullanımı yaygınlaşan akıllı telefonlardan kaynaklı yaygınlaşmaktadır (Kırık, 2013, s.93).

Gelişen teknoloji ile hayatımızda yer edinen akıllı telefonlar elektronik posta gönderme, banka işlemleri, fotoğraf çekme, görüntülü arama vb. fonksiyonlarından kaynaklı yaşamımızı kolaylaştırmış ve kısa sürede kullanımı yaygınlaşmıştır. Akıllı telefonların yaygınlaşması ile birlikte sosyal medya kullanım süreleri de artış göstermiştir. Sürekli olarak sosyal sosyal medyada iletişim kurma kişilerin aile içindeki iletişimine negatif yönde etki etmesine (Şata ve Karpıp, 2017, s.428), Sosyal medya kullanım süresinin artması psikopatolojik belirtilerin meydana gelmesine, bir davranışsal bağımlılık türü olan sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında bir risk faktörü oluşturmaktadır (Demirci, 2019, s.16).

Amerikan psikiyatri birliği (APA) tarafından oluşturulan Mental bozuklukların tanısı ve sayımsal el kitabı olan DSM-5 de (Diagnostic and Statical Manual of Mental Disorder) de internet oyun bağımlılığı kesinleşmemiş bir bozukluk olarak yer almasıyla birlikte günümüzde sık araştırma konusu olan, araştırma sonuçlarına göre kişilerin özel hayatında, fiziksel ve psikolojik sağlığında, kişiler arası ilişkilerinde, akademik başarısında, üretkenliğinde, negatif düzeyde etkisi olansosyal medya bağımlılığı DSM-5 de bulunmamaktadır(Gökler Koç ve Bilgehan , 2019, s.16; Gündoğdu, Boztaş, Güler, Akbaba, ve Varsoğlu. 2020, s.7).

Young (1999)'e göre internet bağımlılığı bir psikiyatrik hastalıktır. İnternet bağımlılığının bir alt türü olan sosyal medya bağımlılığı da tıp yayınlarında bir hastalık olarak kabul edilmektedir (Akt. Çiftçi, 2018, 419).

DSM-5 de yer alan internet oyun bağımlılığı için 9 belirti bulunmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ve internet oyun bağımlılığı internet bağımlılığının alt türleri olmasından kaynaklı internet oyun bağımlılığı için kullanılan tanı kriterleri revize edilerek sosyal medya bağımlılığı için de kullanılabilir. Sosyal medya bağımlılığı için gerekli belirtiler; sürekli sosyal medyaya girmeye dair isteğin varlığı, sürekli olarak sosyal medyada zaman geçirmeye dair isteğin varlığı, sosyal medyayı kullanmadığı zamanlar kişinin kendini kötü hissetmesi, kişinin sosyal medyaya girmeye dair isteğini kontrol edememesi, kişinin sosyal medya kullanımına dair isteğinden kaynaklı iş, spor, vb. gibi etkinlikleri ihmal etmesi, kişinin sosyal medya kullanımından kaynaklı diğer kişiler ile tartışması, kişinin sosyal medyada geçirdiği süre hakkında diğer kişilere yanlış bilgi vermesi, kişinin duygulardan kaçış aracı olarak sosyal medyayı kullanması ve kişinin sosyal medya kullanımından kaynaklı yakın çevresi ile tartışması olarak belirtilebilir.(Bilgin, Şahin ve Togay, 2020, s.265)

Çiftçi (2018) sosyal medya kullanan bir kişide bağımlılık derecesine ulaşmış olduğunu saptamamak için önerdiği ölçütler:

1. Sosyal medya kullanımı kişinin günlük olarak yaptığı iş ve diğer faaliyetleri engellemektedir.
2. Sosyal medya kullanımı kişinin ikili ilişkilerinde problemler meydana getirmektedir.
3. Sosyal medya kullanımından dolayı kişinin akademik performansı düşmektedir.
4. Sosyal medya kullanımından kaynaklı kişi sanal ile gerçek ayrımında problemler yaşamaktadır.
5. Kişilerde odaklanma, dikkat, algı gibi alanlarda problemler ortaya çıkmaktadır.
6. Daha önce olmayan sosyal medya kullanımı ile birlikte ortaya çıkan panik atak, stres, öfke vb. gibi vücut fonksiyonlarında bozulmalar görülmektedir.

2.4.1.Sosyal medya bağımlılığı etiyojisi

Alan yazına bakıldığında sosyal medya bağımlılığının etiyojisini açıklamada Bilişsel davranışçı, sosyal beceri ve sosyal bilişsel model olmak üzere 3 temel model bulunduğu görülmektedir. Bu bölümde sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasını açıklayan modeller ve faktörlere değinilecektir.

Bilişsel ve Davranışçı modele göre sosyal medya bağımlılığının gelişmesinde birçok çevresel faktör etkilidir. Çevresel faktörler kişilerde uyum bozucu, işlevsel olmayan düşünceler meydana getirmekte bu uyum bozucu düşüncelerden hareketle sosyal medya kullanımı pekişmekte ve kişilerde sosyal medya bağımlılığına yol açmaktadır (Griffiths, 2013 s.1).

Sosyal beceri modeline göre açısına göre gerçek yaşamdaki iletişim becerileri, kendini sunma becerileri sanal ortamlardaki becerilerine kıyasla daha düşük olan kişiler yüz yüze iletişim yerine becerilerinin daha fazla olduğunu düşündüğünü sanal iletişimi tercih etmekte ve bu durum da sosyal medya bağımlılığına yol açmaktadır (Appel ve Gnams, 2019, s.5).

Sosyal bilişsel modele göre kişilerin düşük internet yeterlilikleri, internet öz düzenlemeleri ve internete dair bulunan birtakım beklentiler kümesi kişilerde sosyal medya bağımlılığına yol açmaktadır (Griffiths, 2013 s.1).

Sosyal medyanın yaygınlaşması ile birlikte özellikle genç popülasyon tarafından kişilerde gündemi takip etmeye dair bir motivasyonla sosyal medyayı kullanma davranışı ortaya çıkmıştır. Gündemi takip etme amacıyla sürekli sosyal medya kullanımı ile birlikte kişilerde sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırmaya dair bir korku ve kaygı geliştirmeye başlamıştır. Altındaki mekanizma olarak kaygı bozukluğu ile benzer özellikler gösteren, bir davranışsal bozukluk olarak değerlendirilen “gelişmeleri kaçırmaya korkusu (Fear of Missing Out, Fomo)” (Arslan, Kırık, Karaman ve Çetinkaya, 2015, s.39), korku kavramından ayrıştırılarak “eksik hissetme” olarak kavramsallaştırılmıştır. Genellikle genç yetişkin ve ergenlerle yapılan araştırma sonuçlarına göre gelişmeleri kaçırmaya korkusunun sosyal medya bağımlılığında etkili olduğu saptanmıştır (Fabris, Marengo, Longobardi ve Settanni, 2018, s.1).

Kullanıcıların “acaba şuanda kim ne paylaştı?”, “acaba bir şey kaçırdım mı?” gibi düşüncelerinden kaynaklı gündemdeki gelişmeleri kaçırmaya dair duyduğu endişe

sürekli ve uzun süreli olarak sosyal medya kullanımına yol açmakla birlikte kişilerde sosyal medya bağımlılığı oluşmasına ve sosyal medya bağımlılığı ile ortaya çıkan psikiyatrik bozuklukların oluşmasına, yalnızlığa ve gerçek hayattaki sevgi ve onay gereksinimlerini sosyal medyada yaptıkları paylaşımlar ile tatmin etme motivasyonuna yol açmaktadır(Yıldırım ve Kışioğlu, 2018 s.477).

Sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında diğer bağımlılık türlerinde de sık rastlanan bir mekanizma olan stresten kaçış aracı, öznel iyi oluş düzeyini artırma aracı olarak sosyal medyayı kullanmak etkili faktördür. Gerçek hayattaki sosyal yaşantısında yeterli düzeyde sosyal etkileşimde bulunamayan kişiler için sosyal medya bu problemin çözümü için birçok unsur barındırmaktadır. Bu unsurlar kümesi sosyal yaşantısından tatmin olmayan birey için ödül olarak nitelendirilmektedir. Sosyal medya kullanımı ile birlikte sosyal etkileşim açısından doyum sağlayan birey için sosyal medya bağımlılığına dair bir zemin oluşmaktadır (Ünal 2019 s.13).

2.4.2. Sosyal medya bağımlılığı epidemiyolojisi

Alan yazına bakıldığında sosyal medya bağımlılığı ile ilgili birçok farklı tanımlama ve çeşitli ölçüm araçları olduğu görülmektedir. DSM-5 de yer almayan fakat günümüzde sürekli yayılan sosyal medya bağımlılığının yaygınlığını saptamak birçok sosyal medya bağımlılığı tanımlaması ve sosyal medya bağımlılığını ölçme amacı ile geliştirilmiş birçok ölçeğin olması vb. gibi metodolojik faktörlerden kaynaklı güçtür. Alan yazına bakıldığında sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda saptanan sosyal medya bağımlılığı prevalansına dair bulgular şu şekildedir:

Olowou ve Seri (2012) tarafından Nijeryada öğrenciler ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı yaygınlığı %2.8; Jafarkarimi ve Sim (2016) tarafından Malezya'da öğrenciler ile yapılan araştırmada Facebook bağımlılığı yaygınlığı %47 Broström, Nilsen, Griffiths ve Pakpour, (2017) tarafından İranlı ergenler ile yapılan araştırmada %22.4; Turel, Brevers, ve Bechara (2018) tarafından 18-54 yaş arasındaki 232 katılımcı ile yapılan araştırmada % 15.23 olarak saptanmıştır.

Mph tarafından (2015) 972 Taylandlı lise öğrencilerinde Facebook bağımlılığı yaygınlığı %41.8; Wolniczak (2013) tarafından Almanya'da üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada ise Facebook bağımlılığı yaygınlığı %8.6; Balcı ve Gölcü (2013)

tarafından ülkemizde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada sosyal medya bağımlılığı yaygınlığı %5.1 sosyal medya bağımlılığı riskine sahip katılımcıların oranı ise %22.6 olarak saptanmıştır.

2.4.3.Sosyal medya bağımlılığıyla ilgili yapılan araştırmalar

Akıllı telefonların ve kullanımının yaygınlaşması ile birlikte günden güne toplumlarda artış gösteren sosyal medya bağımlılığı, problemleri sosyal medya kullanımı kişilerin işlevsellik düzeylerini negatif yönde etkilemesinden kaynaklı psikoloji biliminin araştırma konusu olmuştur. Alan yazına bakıldığında sosyal medya bağımlılığı ile daha çok üniversite öğrencileri ve ergen katılımcılardan oluşan örneklem ile araştırmalar yapıldığı görülmektedir. Bu bölümde sosyal medya bağımlılığı ile yapılmış araştırmalardan bazılarına yer verilecektir.

Sosyal medya kullanımı arttıkça, kişilerin sosyal medyada geçirdikleri süreler arttıkça kişilerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin artış gösterdiği sosyal medyada çevrimiçi olma süresinin sosyal medya bağımlılığının oluşmasına zemin hazırladığı saptanmıştır (Balcı ve Gölcü 2013; Demir ve Kumcağız, 2019 s.29;).

Ülkemizde 17-70 yaş arası 428 kişi ile yürütülen araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde bir ilişki, sosyal medya bağımlılığı ve yaş ile negatif türde bir ilişki saptanmıştır. Araştırmaya göre yaş arttıkça sosyal medya bağımlılığı azalmakta, depresyon düzeyleri arttıkça sosyal medya bağımlılık puanları da artış göstermektedir (Çayırılı, 2017, s.44).

Ülkemizde üniversite öğrencilerinden oluşan örneklem ile yapılan araştırmada, algılanan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğu algılanan sosyal desteğin düşük olması sosyal medya bağımlılığına etki ettiği saptanmıştır(Yıldız ve Koçak 2020 s.1121).

Norveç'te 16-88 yaş aralığından oluşan katılımcılar ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığının narsisizm ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Aynı araştırmada gençlerin yaşlılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır (Andreasen, Pallasen ve Griffiths 2017,s.289).

York Üniversitesi tarafından 18-25 yaş aralığındaki 100 katılımcı ile gerçekleştirilen araştırmada sık kullanılan sosyal medya uygulaması olan Facebook kullanımının yüksek olduğu katılımcılarda narsisizm puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Balcı ve Sarıtaş, 2019, s.694). 18-65 yaş arası Facebook kullanıcısı katılımcılar ile yürütülen bir araştırmada ise Facebook kullanımının narsisizmin yordayıcısı olduğu saptanmıştır (Carpenter, 2012, s.492).

.Longstreet ve Brooks, (2017) tarafından Amerika da 18-44 yaş aralığındaki katılımcılarla yürütülen araştırmada sosyal medya bağımlılığının yaşam doyumunu ile istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır. Araştırma bulgularına göre kişilerde sosyal medya bağımlılık düzeyi arttıkça yaşam doyumunda düşüşler meydana gelmektedir.

Kırcaburun (2016) tarafından ülkemizde ergen katılımcılar ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde, benlik saygısı ile ise negatif türde bir ilişki saptanmıştır.

Haand ve Shuwang (2020) tarafından Afganistan'da üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı ve depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif türde bir ilişki saptanmıştır.

Çin'de Peking üniversitesinde 250 öğrenci ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığının mental sağlık, benlik saygısı ve akademik başarı ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı, negatif türde bir ilişki olduğu saptanmıştır. (Hou, Xiong, Jiang, Song, ve Wang, 2019, s.5)

Baltacı (2019) tarafından ülkemizde 312 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile sosyal anksiyete ve yalnızlık düzeyi ile istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde, mutluluk düzeyleri ile ise negatif türde bir ilişki saptanmıştır.

Ülkemizde 114 üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada katılımcıların %95 sosyal medyaya akıllı cep telefonu aracılığı ile eriştiği, sosyal medya bağımlılığı ile yaş arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmadığı, internet kullanım süresi 5 saat üzeri olanların günde 1 saat olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla SMBÖ puanına sahip olduğu, kadınların SMBÖ puanlarının erkeklere

göre daha az olduğu ve gençlerin interneti daha çok bilgi edinme amaçlı kullandığı, günde 5 saat üzeri internet kullanan kişilerde asosyal olma eğilimlerinin olduğu saptanmıştır(Çiftçi, 2018, s.430)

Ülkemizde 704 üniversite öğrencisi ile yürütülen bir başka araştırmada ise sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşmadığı, sosyal medyayı 7 saat ve üzeri kullananlarında daha fazla bağımlılık puanına sahip olduğu, sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal medya bağımlılığı puanlarının da arttığı saptanmıştır (Caz ve Bardakçı, 2019).

2.4.4.Yaşlılar ve sosyal medya bağımlılığı

Alan yazı tarandığında sosyal medya bağımlılığının daha çok gençler ile özdeşleştirildiği ve gençler ile ilgili araştırmalar yapıldığı görülmektedir. Orta yaş ve üzerinde de yaygın olan sosyal medya bağımlılığı her geçen gün daha da yaygınlaşmaktadır. Orta yaş ve üzeri kişilerde emeklilikle birlikte gelen yaşamdaki değişimler, stresli bir yaşam tarzı, sevilen kişilerin uzakta olması gibi problemlerin ortaya çıkarttığı gerilimle başa çıkma aracı olarak sosyal medya kullanmaya başlamaktadırlar ve bu kullanım pekişerek çevresinde kendilerini uyarayan kimselerin olmaması sebebiyle de farkında olmadan sosyal medya bağımlısı olmaktadır (Ünlü, 2017 s.170).

Yalnız yaşayan orta yaş ve üzeri kişiler sosyal medya bağımlılığına daha kolay sürüklenmektedirler. Evli ve çocukları ile yaşayan orta yaş üzeri kişiler çeşitli meşguliyetlere sahip olduklarından kaynaklı sosyal medyayı aşırı düzeyde kullanmamaktadırlar fakat yalnız olan kişiler veya evli olup da torunları, çocukları vb. gibi iletişimde olmak istediği kişileri sosyal medyadan takip edebildiği ve iletişime geçebildiği için uzun süreler sosyal medya kullanımından şikayetçi olmamaktadırlar. Orta yaş ve üzerinde sosyal medya bağımlılığı ile birlikte göz ve kalp hastalıkları, uyku problemleri, stres, hareketsizlik ve aşırı yemek yeme gibi problemler meydana gelmektedir. Kişiler bu problemlerin farkında olmasına rağmen diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi sosyal medyada uzun süreler çevrimiçi olmayı sonlandıramamaktadırlar (Ünlü, 2017 s.171).

Yaşlılarda sosyal medya kullanımının artmasında eğlence arayışı, iletişim ve sosyal destek arayışı önemli bir motivasyon olarak görülmektedir. Sosyal medyanın içerdiği oyun vb. gibi dikkat dağıtıcı uygulamalar, aile üyeleri veya başka kişiler ile

bir araya gelip iletişim kurabilmesine olanak sağlayan çevrimiçi topluluklar, kendisi ile benzer bir geçmişe veya özelliklere sahip olduğunu düşündüğü kişiler ile zaman ve mekan fark etmeksizin iletişim kurabilme, sosyalleşebilme gibi kullanım amaçları yaşlılarda sosyal medya kullanımı yaygınlığında sık görülen motivasyonlardandır (Leist, 2013 s.381).

Yaşlılarda sosyal medya kullanımı ile birlikte dahil olduğu sosyal topluluklardan kaynaklı kişisel verilerin kötüye kullanılması, diğer kullanıcıların zarar verici davranışlarına maruz kalması, sosyal medyadaki sağlık ile ilgili yanlış bilgileri doğru kabul etme ve bu yanlış bilgileri uygulamaya dökme gibi bir takım olumsuz sonuçlar meydana gelmektedir (Leist, 2013 s.384).

Sınav (2020) tarafından ülkemizde 65 yaş ve üzeri kişiler ile yapılan araştırmaya göre yaşlıların en çok Facebook uygulamasını kullandıkları, yaş arttıkça Instagram kullanımının azaldığını, yaş arttıkça taşınabilir cihazlar yerine masaüstü bilgisayar gibi büyük ekrana sahip cihazlarla sosyal medyaya erişimin tercih edildiği, 65 yaş ve üzeri kişilerin daha çok iletişim, bilgi edinme, sosyal medyada zaman geçirme, gözetim ve eğlence motivasyonları ile sosyal medyayı kullandıkları; Fokkema ve Knispher (2006) tarafından yapılan araştırmaya göre internet kullanımı ile birlikte yaşlı kişilerde özgüven ve sosyalleşme düzeylerinde artışlar yalnızlık ve depresyon düzeylerinde ise azalmalar meydana geldiği (Akt. Açıkıdilli, Atalay ve Kurtulmuşoğlu 2018 s.323).

Bell, Fausset, Nguyen, ,Harley, ve Fain, (2013) tarafından yapılan 65 yaş ve üzeri kişiler ile yapılan araştırmaya göre Facebook kullanan ve kullanmayan yaşlıların yalnızlık puanları ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı, 65 yaş ve üzeri kişilerin %42 sinin Facebook kullanıcısı olduğu, yaşlanma ile birlikte gelen fiziksel problemlerden kaynaklı yaşlı kişilerin sanal iletişimi tercih ettiği Facebook'u aile üyeleri ile iletişim kurma amaçlı kullandıkları saptanmıştır.

Sosyal medyaya erişim amaçlı en sık kullanılan cihazlardan olan akıllı telefonlara karşı bağımlılık günümüzde yaygınlaşmaktadır. Akıllı telefonlar ve internet günümüzde yaşlı bireyler tarafından da yaygın bir şekilde kullanılmaktadır.

TÜİK (2019) Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırmasının sonuçlarına göre 65-74 yaş arası internet kullanıcısı kişilerin oranı 2014 de %5 iken 2019

yılında %19.8; erkek kullanıcıların oranı %25,3, kadın kullanıcıların oranı ise %15 olarak saptanmıştır.

Pew Research Center (2018) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre Amerika Birleşik Devletleri'nde sosyal medya kullanıcısı olan 65 yaş ve üzeri kişilerin oranı 2008 yılında %3 iken 2015 yılında %35'e, 2018 yılında ise %37 ye çıktığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarına göre 2018 yılı itibari ile ABD de 65 yaş üzeri her 3 kişiden 1 isinin sosyal medya kullanıcısı olduğu görülmektedir.

İngiltere de yapılan araştırmaya göre 2011 ile 2018 yılları arasında akıllı telefon kullanmakta olan 65 yaş ve üzeri kişiler %8'den %30'a yükseldiği akıllı telefon kullanmakta olan yaşlı katılımcıların %40'ının sosyal medya kullanıcısı olduğu (Pera, Quinton, ve Baima., 2020 s.5); Bae ve Koh (2017) Tarafından Kore'de 50 ve 69 yaş aralığındaki 5627 kişi ile yapılan araştırmada akıllı telefon bağımlılığı risk grubunda olan katılımcıların oranı %1.7 olduğu akıllı telefon bağımlılığı düzeyi ile kaygı, yalnızlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Li ve Lim (2019) tarafından Kore'de 404 yaşlı katılımcı ile yapılan araştırmada sosyal desteğin ve öz kontrolün akıllı telefon bağımlılığına etkisi olduğu saptanmıştır.

Brailovskai ve Margraf (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre fiziksel aktivite düzeyi düştükçe depresyon ve sosyal medya bağımlılık düzeyi artmaktadır. Kişiler depresyonla birlikte ortaya çıkan semptomlardan bir kaçış aracı olarak sosyal medyayı aşırı düzeyde kullanmaya başlamakta ve bağımlılık geliştirmektedirler. Kişileri koşma, bisiklet sürme, yürüyüş, yüzme vb. fiziksel aktivitelere yönlendirmek depresyondan kaynaklı ortaya çıkan semptomları önlemede katkı sağlamakla birlikte kişilerin bu sayede sosyal medya bağımlılığı riskinin önüne geçilebilir.

2.5. Depresyon

2.5.1. Depresyon tanımı

Sözcük kökeni olarak Latince "depressus" dan yani "alçakta olmak, bastırılmak" dan gelen (Yıldız, Sunay ve Akkuş, 2018, s.63), Dünya genelinde 1. Basamakta en çok başvurma sebebi, psikiyatrik hastalıkların en sık nedeni olan, kişilerin sosyal yaşantısında ve iş yaşamında problemler meydana getiren, dünya genelinde tedavisi için yüksek maliyetleri olan (Çelik ve Hocaoğlu, 2016, s.52) depresyon; çökkünlük

yada çökkünlük ile birlikte seyir eden kaygılı bir duygu durumunun olması ile birlikte kişinin düşüncelerinde, konuşmasında, davranışlarında fiziksel fonksiyonlarında yavaşlama, ilgi kaybı, değersizlik düşünceleri, kalkışamama, karamsarlık gibi kişilerin işlevsellik düzeylerini negatif yönde etkileyen psikiyatrik bir bozukluktur.(Öztürk ve Uluşahin 2015).

Dünya Sağlık Örgütü (2017) verilerine göre Depresif bozukluklar dünyayı tehdit eden bozuklukların başında gelmektedir. Depresif bozuklukların dünya genelinde 350 milyon kişinin yaşamını etkilediği tahmin edilmektedir. Depresif bozukluklarla birlikte ortaya çıkan problemlerden birisi de intihardır. Depresif bozukluklarda sık görülen intiharın 15-29 yaş aralığında en sık rastlanan 2. Ölüm sebebidir (Akt. Özkul, 2019 s.3). 2012 yılında intihar eden kişi sayısının 804.000 olduğu saptanmıştır. Bu rakam dünya geneli ortalama her 40 saniyede bir kişinin intihar girişimi ile yaşamına son verdiğiine işaret etmektedir. Bu rakamların dışında depresyonda olup başarısız sonuçlanan intihar girişimlerinin sayısı toplam intihar sayısının 20 katı olduğu saptanmıştır (Öztürk, Köylü, Köylü, Yıldırım Öztürk, 2020, s.71).

Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) depresyonu kişilerin yoğun üzüntü içerisinde olduğu hemen hemen yaşamındaki hiçbir etkinlikten haz alamaması, kişinin konuşma ve hareketlerinde yavaşlamaların görüldüğü, kişilerde değersiz ve güçsüz olduğuna dair düşüncelerin, geleceğe dair karamsarlığın, uyku düzeninde problemlerin, iştah kaybının görüldüğü bir sendrom olarak tanımlamaktadır (Akt.Gündüz ve Sağlam, 2020, s. 244).

Ülkemizde Sağlık Bakanlığı tarafından 2011 yılında oluşturulan Ulusal ruh sağlığı eylem planında kardiyovasküler hastalıklardan sonra 2. sırada en yaygın hastalığın depresyon olduğu görülmektedir Depresif bozuklukların diğer tıbbi bozukluklara oranla kişilerde daha fazla işlevsellik düzeylerinde düşüşler meydana getirmektedir yüksek tedavi maliyetleri olan depresyon iş gücü kaybına ve intihar girişimlerine yol açmakla birlikte tedavi olduktan sonra nüksedebilmektedir(Oral ve Tuncay, 2018 s.116)

2.5.2. Depresyonun belirtileri

Depresyon günlük hayatımızda bir ruh hali veya bir ruhsal bozukluk olarak karşımıza çıkabilir. Depresyon bir neden olmaksızın veya yaşamımızda meydana gelen olaylardan, engellemelerden kaynaklı ortaya çıkabilmektedir. Temelinde üzüntü olan, fiziksel, ruhsal ve toplumsal belirti ve yakınmaların tümü depresyon sendromunu oluşturmaktadır. Bir ruh hastalığı olarak depresyon ise sınırları olan, belirli semptomların belirli bir süre eşlik ettiği, kişinin işlevsellik düzeyini negatif yönde etkileyen bir durumdur (Gökçeakan, 1997. Akt: Akçagöz, 2017, s.20.)

Tezcan (2011) tarafından depresyonun belirtileri 7 madde ile açıklanmıştır:

1. Aşırı yemek yeme veya yemek yemede azalma
2. Aşırı uykululuk, uykusuzluk gibi uyku ile ilgili problemlerin olması
3. Ağlama atakları veya duygu sömürüsüne dair davranışların ortaya çıkması
4. Cinsel isteğin azalması veya aşırı düzeyde artması
5. Öz güven düzeyinde düşüşlerin olması, umutsuz ve karamsar düşüncelerin artış göstermesi
6. Çaresizlik düşüncelerin bulunması, problemle başa çıkma becerilerinde azalma
7. Ölüm düşüncelerinin ve intihar etme girişimlerinin varlığı

Köroğlu (2006)'ya göre depresyonda ortaya çıkan belirtiler 4 başlık altında toplanmaktadır.

Bedensel Belirtiler: Depresyonla birlikte kişilerde uyku düzeninde bozulmalar, aşırı yemek yeme veya yemek yemede azalma, cinsel istekte artma veya azalmaların olması, sırt ağrıları, bel ağrısı, baş ağrısı gibi birçok fizyolojik problemler meydana gelmektedir.

Duygusal Belirtiler: Depresyonla birlikte kişilerde çaresizlik hissi, özgüven ve benlik saygısı düzeyinde azalmalar, geleceğe dair umutsuzluk, yetersizlik ve suçluluk hissi,

aniden gelen öfke patlamaları, daha önceki yaptığı etkinliklerden artık zevk alamama, huzursuzluk gibi duygusal belirtiler meydana gelmektedir.

Davranışsal Belirtiler: Depresyonla birlikte kişilerde daha önce yerine getirmekte güçlük çekmediği görevleri, sorumlulukları yerine getirmede güçlük, çatışmaya eğilimli olma gibi belirtiler meydana gelmektedir.

Düşünsel Belirtiler: Depresyonla birlikte dikkat dağınıklığı, odaklanamama, dikkatini verememe ve karar vermede problemler meydana gelmektedir.

DSM-4 de duygu durum bozuklukları başlığı altında bulunan depresyon bozuklukları DSM-5 de duygu durum bozuklukları başlığından çıkartılmış olup Depresif Bozukluklar olarak ayrı bir başlık olarak kategorize edilmiştir. Depresif bozukluklar denilince genelde akla ilk olarak yeğin (majör) depresyon gelmektedir. DSM-5 de yer alan depresyon bozukluğu içerisinde “yıkıcı duygu durum düzenleyememe bozukluğu, yeğin(majör) depresyon aybaşı öncesi (premenstürel) disfori bozukluğu, başka bir sağlık durumuna bağlı depresyon, tanımlanmış diğer bir depresyon, tanımlanmamış depresyon bozukluğu” bulunmaktadır (Köroğlu, 1995).

DSM-5 de yer alan yeğin (majör) depresyon için gerekli tanı kriterleri şu şekildedir(Köroğlu, 1995):

“A. Aynı iki haftalık dönem boyunca aşağıdaki belirtilerin beşi (ya da daha çoğu) bulunmuştur ve önceki işlevsellik düzeyinde değişiklik olmuştur. Bu belirtilerden en az biri (1) çökkün duygu durum ya da (2) ilgisini yitirme ya da zevk alamamadır.

1. Çökkün duygu durum, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur ve bu durumu ya kişinin kendisi bildirir (örn. üzüntülüdür, kendini boşlukta hisseder ya da umutsuzdur) ya da bu durum başkalarının gözlenir (örn. ağlamaklı görünür). (Not: Çocuklarda ve ergenlerde kolay kızan bir duygudurum olabilir.)
2. Bütün ya da neredeyse bütün etkinliklere karşı ilgide belirgin azalma ya da bunlardan zevk almama durumu, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur (öznel anlatıma göre ya da gözlemlerle belirlenir).

3. Kilo vermeye çalışmıyorken (diyet yapmıyorken) çok kilo verme ya da kilo alma (örn. bir ay içinde ağırlığının % 5'inden daha çok olan bir değişiklik) ya da neredeyse her gün, yeme isteğinde azalma ya da artma. (Not: Çocuklarda beklenen kilo alımını sağlayamama göz önünde bulundurulmalıdır.)
4. Neredeyse her gün, uykusuzluk çekme ya da aşırı uyuma
5. Neredeyse her gün, psikodevinsel kışkırtma (ajitasyon) ya da yavaşlama (başkalarınca gözlenebilir; yalnızca, öznel, dinginlik sağlayamama ya da yavaşladığı duygusu taşıma olarak değil).
6. Neredeyse her gün, bitkinlik ya da içsel gücün kalmaması (enerji düşüklüğü).
7. Neredeyse her gün, değersizlik ya da aşım ya da uygunsuz suçluluk duyguları (sanrısız olabilir) (yalnızca hasta olduğundan ötürü kendini kınama ya da suçluluk duyma olarak değil).
8. Neredeyse her gün, düşünmekte ya da odaklanmakta güçlük çekme ya da kararsızlık yaşama (öznel anlatıma göre ya da başkalarınca gözlenir).
9. Bu belirtiler klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

B. Bu belirtiler klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur

C. Bu belirtiler klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur

D. Yeğın depresyon döneminin ortaya çıkışı şizoduygulanımsal bozukluk, şizofreni, şizofrenimsi bozukluk, sanrılı bozukluk ya da şizofreni açılımı kapsamında ve psikozla giden tanımlanmış ya da tanımlanmamış diğer bozukluklarla daha iyi açıklanamaz

E. Hiçbir zaman bir mani dönemi ya da bir hipomani dönemi geçirilmemiştir.”

2.5.3. Depresyonun etiyolojisi

Kişilerin yaşamını negatif düzeyde etkileyen toplumlarda oldukça yaygın olan bir psikiyatrik bozukluk olan depresyonun altında yatan faktörlerin açıklanması amacıyla birçok teori öne sürülmüş, Depresyonu açıklama adına birçok kuram geliştirilmiş kuramlardan hareketle depresyona yatkınlığın nelerden kaynaklandığı, depresyonu hangi etmenlerin sürdürdüğü ve depresyonun nasıl önlenebileceğine dair birçok araştırmalar yapılmıştır.

Depresyonun etiyolojisinin saptanması amacıyla yapılan araştırmalara bakıldığında biyolojik etmenler, yaş ve cinsiyet olmak üzere 3 temel etiyolojik faktör bulunmaktadır. yapılan etiyolojik araştırmalar bu 3 faktöre ilaveten stresli yaşam, ekonomik durum, aile yapısı, aşırı duygusal bir duygu durumu, sevilen kişilerin ölümü, bedensel veya psikiyatrik hastalıkların varlığı (Doğan, 2000), kalıtsal etmenler, kişilik örüntüleri (Herken, 2002, s.8) ebeveynlerin ölümü, eşlerin birbirlerini ihmal etmesi, ebeveynlerin çocuklarını ihmal etmesi, aile içinde fiziksel, duygusal, sözlü şiddetin olması, aile üyelerinde intihar geçmişi olması, aile üyelerinde alkolizm bulunması, yakın zamanda sevilen kişilerin ölümü, ekonomik kayıplar, iş veya okulda yaşanan başarısızlıklar, sosyal destek yetersizliği, düşük benlik saygısı gibi psikolojik ve sosyal etmenlerin depresyonda etkili olduğunu göstermektedir. (Altun, 2015, s.30)

Yapılan ikiz çalışmalarına göre depresyonun genetik geçiş oranının %31 ile %42 arasında değişkenlik gösterdiği tekrarlayan ve erken başlayan depresyonda kalıtımın daha fazla etkisinin olduğu saptanmıştır. Kendell tarafından 1999 yılında Depresyon hastaları ile yapılan çalışmalara göre kişilerin birinci dereceden akrabalarında depresyon öyküsünün varlığı kişiler için depresyon riskini arttırmaktadır (Işık, 2003). aynı zamanda depresyon hastalarının birinci dereceden yakınlarında alkol bağımlılığı ve intihar denemeleri oldukça sık görülmektedir. Yapılan araştırmalar akrabalarında depresyon olan bir kişinin depresyon hastası olma oranının erkeklerde %11 kadınlarda ise %18 olarak göstermektedir (Binbay, 2011, s.8).

Depresyonun ortaya çıkmasında nörolojik ve kardiyak hastalıkların, enfeksiyon hastalıklarının, endokrin ve metabolik bozukluklar gibi hastalıkların olması da et-

kili rol oynamaktadır. Kişilerin yaşam kalitesini düşüren, kişilerin günlük olarak yaptıkları aktiviteleri sınırlayan bu hastalıklar kişilerde çökkün bir duygulanım yaratmakta ve depresyona yol açmaktadır (Eker ve Noyan, 2004 s.80).

Depresyonda etkili bir diğer faktör de cinsiyettir. Kadınlarda erkeklere göre 2 kat daha fazla depresyon yaygınlığı saptanmıştır. Kadın olmanın depresyona etkisi biyolojik faktörlerle değerlendirilmemekle birlikte toplumların çoğunluğunda kadınların eğitim imkanlarından, toplumsal imkanlardan erkeklere göre daha az faydalanmasından, kadına yönelik toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Kevlekçi, 2013, s.21).

Kişilerde daha önce bir depresyon öyküsünün olması da depresyon için bir risk faktörüdür. Yapılan araştırma sonuçlarına göre depresyon geçirmiş hastalarda 2. Kez depresyon ortaya çıkması %50 ile 60 arasında değişmektedir. 2. kez geçirmiş olanlarda 3. Kez depresyon ortaya çıkması oranı %70; 3. kez geçirip 4. kez depresyon hastası olma olasılığı ise %90dır (Aydın, 2018 s.27).

Çocukluk döneminde yaşanan örseleyici yaşantıların depresyonun ortaya çıkmasında bir risk faktörü olduğu yapılan birçok araştırma ile saptanmıştır. Çocukluk döneminde bakım veren kişi tarafından duygusal ve fiziksel ihtiyaçları karşılanmayan kişinin, çocukluk döneminde doğal afet, kaza, fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar gibi örseleyici yaşantıların olması yetişkinlik döneminde ortaya çıkacak depresyon için bir risk faktörüdür (Bülbül ve arkadaşları, 2013 s.94).

Medeni durumun ve ekonomik durumun da depresyonunun ortaya çıkmasında etkili bir faktör olduğunu saptayan araştırmalar mevcuttur. Araştırmalar Boşanmış veya ayrı yaşayan kişilerde depresyonun görülme sıklığı birlikte yaşayan evlilere oranla daha fazla olduğu, boşanmış veya ayrı yaşayan kişilerde depresyonun ortaya çıkma riskinin iki kat daha fazla olduğunu, ekonomik durumu düşük kişilerde depresyonun görülme sıklığının iki kat daha fazla olduğu saptanmıştır (Gülümser, 2019 s.20).

2.5.4. Depresyonun epidemiyolojisi

Depresyon dünya genelinde en sık görülen psikiyatrik hastalıktır. Her yaşta ortaya çıkan depresyon 25-44 yaş aralığındaki kişilerde daha sık görülmektedir. Küresel olarak toplum sağlığına en fazla risk oluşturan bozuklukların başında gelen depresyon görülme sıklığı, meydana getirdiği yeti yitimi, tedavi sonrası tekrar ortaya çıkabilme

durumu ve intihar ile ilişkili olması gibi sebepler depresyon bozuklukları ile ilgili yapılmış çalışmalar önem kazanmakla birlikte yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Bielen, Melada ve Markelic, 2015 s.2).

Yapılan araştırmalar gözden geçirildiğinde ülkemizde klinik düzeyde depresyon yaygınlığının %10 olduğu, kadınlarda erkeklere göre 2 kat daha fazla olduğu saptanmıştır (Öngider ve Eyüboğlu, 2012 s.34). Kadınlarda daha fazla depresyon saptanmasının sebebinin kadına yüklenen rollerle ilişkili olduğu, birçok toplumda kadının iş yaşantısı dışında ev işleri, çocuğa bakım verme ve daha birçok rolünün bulunmasından kaynaklı olduğu düşünölmektedir (Kevlekçi, 2013, s.21).

Yapılan araştırmalar depresyonun yaşam boyu yaygınlığının 18-25 yaş aralığındaki kişilerde %12,02, 30-44 yaş aralığındaki kişilerde %14,03, 45-64 yaş aralığında ki kişilerde %15,91, 65 yaş ve üzerindeki kişilerde ise %8,19 olduğu saptanmıştır. (Haydar Elveren, 2020 s.2020 s.20). Toplumumuzda depresif belirtilerin nokta yaygınlığının %13 ile %20 arasında değişkenlik gösterdiği (Özdel Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu, 2002 s.156) depresyon yaygınlığının 13 yaş altındaki çocuklarda %2.8; 13-18 yaş aralığındaki kişilerde %5.7, 15-24 yaş aralığındaki erkeklerde %3.3 kadınlarda ise %5.1 olduğu saptanmıştır (Özkul ve Günüşen, 2020, s.203). Araştırmaların çoğunluğu yaşlılarda ve çocuklarda ergen ve yetişkinlere kıyasla depresyonun çok daha düşük yaygınlığa sahip olduğunu; Son yıllarda yapılan araştırmalara göre ise yaşlılarda ve 20 yaş altı kişilerde depresyon yaygınlığının artış gösterdiği ve depresyonun kadınlarda 35-45 yaş arasında erkeklerde ise 55-70 en yüksek düzeye çıktığını göstermektedir (Poyraz, 2018, s.24).

2.5.5. Depresyonu açıklayan kuramlar

Depresyonun altında yatan nedenler günümüzde hala araştırılmaktadır. Yapılan araştırmalar sonucunda günümüzde halen depresyonun sebebini tamamen saptamak mümkün değildir. Araştırma sonuçlarına göre depresyon başlangıcında ve ilerlemesinde kadın olmanın, genetik yatkınlığın, kişi için negatif durum yaratan yaşam deneyimlerinin olması, güvensiz bağlanmanın, kişinin psikiyatrik veya fiziksel bir hastalığın bulunması, düşük bir sosyal desteğin olması gibi sebeplerin etkili olduğu saptanmıştır (Çınar, 2020 s.30).

Depresyon bozuklukların meydana gelmesinde genetik ve biyopsikososyal faktörlerin etkili rolü bulunmaktadır. Depresyon bozuklukları daha önceleri sadece psikolojik olarak ele alınmakta ve psikoloji kuramları ile açıklanmaktaydı fakat günümüzde yapılan araştırmalar depresyonun sadece psikoloji kuramları ile açıklanamayacağını, depresyonun biyolojik, psikolojik, sosyal ve kalıtsal yönünün olduğunu göstermektedir (Ünal ve Özcan, 2000, s.41).

2.5.5.1. Bilişsel yaklaşım

Bilişsel yaklaşım depresyondaki kişilerin davranışlarına değil dünyayı görüş şekilleri üzerine odaklanmaktadır. Aaron Beck depresyon hastaları ile yaptığı tedavi çalışmalarından sonra en etkili kuramlarından birini oluşturmuştur. Beck hastaları ile yaptığı çalışmalar sonucunda hastalarının sürekli olarak negatif ve kendini eleştirmeye yönelik bir bakış açısı ile kendilerini değerlendirdiklerini, daha çok başarısızlık beklentisinde olduklarını, kendilerini değerlendirirken başarılarını değersizleştirdiklerini, başarısız olduğu alanları abarttığı, işler istediği gibi gitmediği zaman nedenleri objektif değerlendiremediklerini ve başarısızlığın sebebini kendilerine atfettiklerini saptamıştır (Cengil, 2003 s.134).

Beck, depresyondaki hastaların üzüntü ve mutsuzluk duygularına sebep olan otomatik düşüncelerinde süregelen bir artış olduğunu, hastalarının kendilerini negatif yönde etkileyen bu düşüncelerin farkında olduğunu fakat bu düşüncelerin otomatik düşünce olduğunu farkında olmadığını; ilerleyen zamanlarda ağır depresyona sahip hastalar ile yaptığı çalışmalarında otomatik düşüncelerin çevresel faktörlerden kaynaklanmadığı kişinin bilincinde yer edindiğini ve sürekli bir şekilde tekrar ettiğini saptamıştır(Cengil, 2003 s.135).

Beck depresyondaki bireylerde ortaya çıkan otomatik düşünceleri 3 kategori ile açıklamıştır ve bu 3 kategoriye bilişsel üçlü adını vermiştir (Boyacı, İlhan, 2016 s.736). Depresyondaki kişilerde kendisi ile ilgili, anlık yaşadığı olay ile ilgili ve gelecek ile ilgili 3 tür olumsuz otomatik düşünceler bulunmaktadır. Depresyondaki kişiler geçmişte yaşadıkları, istenmeyen sonuçla karşılaştığı olaylarda kendilerinin sorumlu olduğunu düşünmekte, diğer kişilerin onayını alamadığını beğenilmediğini düşünmekte, yaşadığı tüm ilişkileri ve deneyimlerinin olumsuz olduğunu düşünmekte ve geleceği dair umutsuz bir bakış açısında olmaktadır (Doğan, 2001 s.65).

Depresyondaki kişilerde kendisi ile ilgili değersizlik ve yetersizliğe dair otomatik düşünceler bulunmaktadır kişiler yaşadıkları ve istenmeyen bir sonuç ile karşılaştıkları durumda başarısızlığı kendi kişisel özelliklerine atfetmekte ve hatanın kendilerinde olduğuna dair yüklemeler yapmaktadırlar (Erarslan, Işıklı, 2019, s.33).

Beck, 'e göre depresyonun ortaya çıkmasında, kişilerin işlevsel olmayan şemalarının etkili olmaktadır. İşlevsel olmayan şemaların altında çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan ebeveyn kayıpları, arkadaşları tarafından dışlanma, reddedilme, öreleyici yaşantılar gibi durumlardan kaynaklı oluşan ara inançlar yatmaktadır. Beck'e göre değişime karşı dirençli olan ara inançlar bu durumlara benzer bir durum ortaya çıktığında tekrar ortaya çıkmakta ve kişilerde depresif belirtilere yol açmaktadır. Depresyondaki kişilerde sık rastlanan 3 tür şema bulunmaktadır bunlar: kendilerine başarılması güç yüksek hedefler koymasına sebep olan başarı şeması, çevresini kontrol etme eğilimine sebep olan kontrol şeması ve çevresindekilerin sürekli onayını ve sevgisini almak için çabalamasına sebep olan kabul edilme şemasıdır (Doğan, 2001 s.66).

Beck'e göre kişiler depresyonda görülen işlevsel olmayan şemalarının oluşmasına zemin hazırlayan bazı kognitif hatalar, bilişsel çarpıtmalar yapmaktadırlar bu kognitif hatalar şu şekildedir (Arkar, 1992 s.38):

Aşırı genelleştirme: Yaşanan tek bir olaydan bütüne dair çıkarımlar yapma

Örneğin: Kişinin tek bir sınavda başarısız olduğu için kendisini başarısız birisi olduğunu düşünme

Seçici Soyutlama: Yaşanan olayı bütünü ile değerlendiremem, gereksiz ayrıntılara odaklanma

Örneğin: Bir lise öğrencisinin yaptığı sunum sonrası öğretmenin 10 farklı durum için pozitif geri bildirimde bulunduğu halde öğretmenin yaptığı hafif bir eleştiriyi hatırlaması.

Abartma-Küçültme: Kişi değerlendirme yaparken gereksiz yere abartmalarda veya küçültme, değersizleştirmelerde bulunur.

Örneğin: kişinin arabasının kapısında bir çizik gördüğünde bunu bir felaket olarak değerlendirmesi (Abartma), tam puan aldığı bir sınavın kişinin benlik saygısında hiçbir değişim yaratmaması (küçültme)

Kişiselleştirme: Kişi için istenmeyen bir sonuçla biten bir olayın sebeplerini kendine atfetme, sorumluluğun kendisinde olduğunu düşünme.

Örneğin: Dolu yağdığı için arabası tahribata uğrayan bir kişinin hava koşulları yerine kendini suçlu görmesi.

Keyfi Sonuç Çıkarsama: Çok az bilgiden hareketle çıkarsama yapma, sonuca varma.

Mutlakçı ve Zıt kutuplu düşünme: Kişi deneyimlediği yaşantıları zıt kutuplarda değerlendirme eğilimindedir.

Örneğin: İyi veya kötü, mükemmel veya çok kötü. Çok iyi zaman geçirdim veya çok kötü zaman geçirdim.

Örneğin: Bir kişinin eşinin mutsuz olduğunu gördüğünde eşinin beklentilerini karşılayamadığını düşünmesi. Halbuki eşi işte, okulda, arkadaş çevresinde başka bir problemle karşılaşmış ondan dolayı mutsuz olmuş olabilir.

2.5.5.2.Psikodinamik yaklaşım

Psikodinamik yaklaşıma göre depresyonun temelini geleceğe yönelik karamsar düşünceler ve düşük özsaygı oluşturmaktadır. Kişinin özsaygısındaki kayıp geleceğe yönelik karamsar düşünceleri etkilemektedir.

Freud (1957)'a göre melankoli ile yas gerçek bir sevgi nesnesinin kaybı olup olmaması bakımından farklılaşmaktadır. Yas da kişi kaybedilen nesneyi bilir, nesnenin kaybından kaynaklı yaşam bir süre anlamsızlaşır böylelikle yaşam, ölüm, yaşam döngüsünde tekrar yaşam halkasına geçilebilir, yaşamsal olan ön plana çıkar (Akt. Bülbül, Rugancı, 2020, s.293).

Günümüzde ruh sağlığı alanında, psikiyatri alanında depresif duygu durumunu ifade eden melankolide ise kişilerde gerçek veya bilinçdışı, simgesel bir sevgi nesnesinin kaybı söz konusudur (Özkan, Baltacı, 2020 s.5). Bu kayıp kaybedilen nesneye dair bilgilerin yok sayılması ile birlikte kişi tarafından sevdiği kişinin onu terk etmesi, sevilmemeye, işe yaramaz birisiyim, yetersizim gibi duygularla içe yansıtılmaktadır. İçe yansıtılmadan kaynaklı kişilerde öz saygıda düşüşler meydana gelmektedir. Kişilerde katı bir süper ego ve özel savunma mekanizmalarının olması depresyonun gidişatına

etki etmektedir. Kişinin sevgi yitimini, “ben değersizim”, “ben yetersizim” gibi kötü duyguları kendine yöneltmesi intihara yol açabilmektedir (Akt, Dilbaz ve Seber, 1993 s. 136).

Freud’a göre yas sevilen nesnenin kaybindan sonra geçen sürede libidonun kaybedilen nesneden ayrışmasının yaşandığı bir süreç ve süreç içerisindeki denenceler bütünü iken psikiyatride depresif duygulanım olarak tanımlanan melankoli sevilen nesne kaybindan sonra kişinin bu nesne ile bağlarını koparamaması kişinin nesne kaybını kendinde bir kayıp olarak görmesi durumudur (Özkan ve Baltacı, 2020 s.8).

Melanie Klein Depresyonu açıklarken çocuğun varoluşu ile birlikte kurduğu ilk nesnel ilişkisi olan anne memesi ile kendisi arasındaki kurduğu iletişime odaklanarak açıklamıştır. Klein’a göre anne memesinden mahrum kalan çocukta hırs ve saldırganlık gelişmektedir. Aynı zamanda yeni oluşan üst benlikten kaynaklı kişi hırs ve saldırganlık geliştirmekten kaynaklı suçlanmaktadır. Öte yandan ortak bir yaşam sürdüğü, özdeşlik ilişkisinde olduğu anneye bağlılık ve ilk sevgi nesnesini yani annesini kaybetmeye dair korkusu meydana gelmektedir. Kişilerde depresyon ve korku ilk olarak bağlılık ve ilk sevgi nesnesini kaybetme korkusu arasında kalınan ikilemde yaşanmaktadır. Yaşanılan bu durum ilerideki yaşamını etkileyecek koşulların temelini oluşturmaktadır (Koptagel İlal, 1999, s.55).

Kohut depresyonu kendilik psikolojisi bakış açısı ile ele almıştır. Kohut’a göre ebeveynleri tarafından gereksinimleri giderilen çocuğun olumlu kendilik değeri ile birlikte bütünlüğü gelişmekte, tersi bir durum söz konusu olduğunda ise ortaya çıkan boşluklar kişilerde depresyon eğilimi oluşturmaktadır.

Kernberg depresyonu diğer psikodinamik açıklamalardan hareketle bütüncül bir bakış açısı ile ele almıştır. Kernberg’e göre İçselleştirilmiş sevilen nesnenin kaybıyla birlikte meydana gelen öfkenin kendiliğe çevrilmesi ve bu yolla içselleştirilmiş nesnenin kaybı ile birlikte ideal konumu kaybolmaktadır. Bu durumda ise kişilerde depresif semptomlar ortaya çıkmaktadır (Çimen, 2020 s.18).

2.5.5.3. Davranışçı yaklaşım.

Davranışçı yaklaşıma kişilerin beklemediği olumsuz olaylara karşı yaptığı yüklemeler çaresizlik düşüncelerine ve depresyon oluşumuna sebep olmakta ve tekrarlayan kişinin işlevsellik düzeyini düşüren davranışlara yol açmaktadır.

Davranışçı yaklaşıma göre depresyon, 1975 yılında Seligman tarafından geliştirilen 1978 yılında Abrahamson, Seligman ve Teasdale tarafından revize edilen “Öğrenilmiş çaresizlik modeli” ile açıklanmaktadır. Modele göre çaresiz davranışların, davranış ile sonucun arasında bağımsızlık olması, pasif davranış örüntülerin bulunması ve kognitif yapılar da değişimler meydana gelmesi olmak üzere 3 temel özelliği bulunmaktadır. Kişiler yaşadıkları deneyimden sonra çaresizlik davranışı sergilemesi için, kişinin davranış ve sonuç bağımsızlığını kişisel çaresizlik olarak yükleme yapması, sonuçları kontrol etmede yeterli düzeyde beceriye sahip olmadığına dair yükleme yapması, farklı yaşantılarda da sonuçları kontrol edebilecek düzeyde beceriye sahip olmadığına dair 3 tür yükleme yapmaktadır. Kişinin sonuçları kontrol etmeye dair yaptığı bu yüklemeler kişinin benlik saygısında düşüşe yol açmakta ve bu yüklemelerden kaynaklı kişilerde depresyon belirtileri meydana gelmektedir (Hovardaoğlu, 2017, s.222.)

Yapılan araştırmalar kişilerde öğrenilmiş çaresizlikten kaynaklı fizyolojik, psikolojik ve davranış boyutunda değişimler meydana geldiğini, depresyon ile öğrenilmiş çaresizlik arasında ilişki olduğunu, öğrenilmiş çaresizlik ile birlikte depresyonda görülen yeme ve uyku düzeninde bozulmaların, serotonin seviyesinde düşüşlerin, meydana geldiğini göstermektedir (Çelebi, 2018, s.36.)

2.5.5.4.Varoluşçu yaklaşım

Rollo May ve Viktor Frankl tarafından oluşturulan varoluşçu yaklaşıma göre depresyonun kaynağı bireylerin sürekli olarak hayatı anlamlandırma ve kendilerinin önemli olduğunu hissetme çabasıdır. Varoluşçu yaklaşımın önde gelen temsilcilerinden Yalom (2001)’e göre kişi yaşamı anlamlandıramadığı veya anlamını kaybettiği zaman bir çatışma ortaya çıkar ve kişilerde kaygı meydana gelir. Bu durumda kişiler kendilerine “ben neden yaşıyorum?”, “neden yaşamalıyım?” türünde yaşamın amacını sorgulamaya yönelik sorular yönelmektedir. Bu durumda kişilerde yetersizlik duyguları meydana gelmektedir ve yetersizlik duyguları ile başa çıkma adına başka kişilerin

beklentileri doğrultusunda davranışlarını sürdürmeye başlamaktadır. Bu durumun süregiden bir durum olmasıyla birlikte özgüven düşüklüğü ve beraberinde depresyon meydana gelmektedir (Altıntaş, 2019, s.12)

Kuramın temsilcilerinden olan Boss'a göre depresyonda olan kişiler yaşamındaki sorumluluklarını yerine getirmede güçlük çeken, bağımsız ve özgün düşüncelere adaptasyon sağlayamayan kişilerdir. Aynı zamanda bu kişiler sevdikleri kişileri kaybetmemek adına kendi isteklerinden vazgeçip başka kişilerin beklentileri ve istekleri doğrultusunda hareket ederler ve bu kişilerin onayını ve sevgisini kaybetmemeye çalışırlar. Kişilerin depresyondayken yaşamakta olduğu suçluluk duygularının ve düşük benlik saygısının temelinde varoluşsal suçluluk duygusu bulunmaktadır. Bu durumdaki kişiler şimdi ve burada ya odaklanamaz iken odakları sürekli geçmiştedir (Karaköse, 2019 s.89)

2.5.6.Yaşlılık dönemi depresyonu nedenleri

Yaşlılık döneminde depresyonunun ortaya çıkmasında biyopsikososyal açıdan birçok neden bulunmaktadır. Alan yazına bakıldığında yaşlılık döneminde ortaya çıkan depresyonun etmenlerinin psikososyal faktörler, fiziksel hastalıklar, ilaçlar ve nörobiyolojik faktörler olarak 4 başlıkta ele alındığı görülmektedir(Erdoğan, 2013, s,19):

Psikososyal Faktörler: Yaşlılık döneminde kişinin saygınlığının, prestijinin azaldığını düşünmesi, sosyal desteğin azalması, cinsel yaşamındaki değişimleri, yaşlanmadan kaynaklı ortaya çıkan fiziksel ve zihinsel beceri kayıpları, emeklilik, sevilen kişilerin ölümü ve bu durumdan kaynaklı ortaya çıkan yas, ekonomik sorunlar yaşlılık döneminde depresyona etki eden psikososyal faktörlerdir.

Fiziksel Hastalıklar Yaşlılık döneminde kanser, Merkezi sinir sistemi hastalıkları, solunum sistemi hastalıkları, enfeksiyon hastalıkları, b12 vitamini eksikliği, folik asit eksikliği , endokrin hastalıklar ve diğer kronik hastalıklar görülmektedir. Bu hastalıklardan kaynaklı kişilerde fiziksel ağrılar, günlük olarak yaptığı etkinliklerini sürdürmede kısıtlılık, düşük yaşam doyumuna ve bağımlılığa sebep olmakta ve depresyonun ortaya çıkmasında etkili olmaktadır.

İlaç kullanımı: yaşlılık döneminde birçok hastalığın ortaya çıkmasından kaynaklı tedaviler için çeşitli ilaçlar kullanılmaktadır. Çeşitli ilaç kullanımı kişilerde yan etkiler

meydana getirmekle birlikte ilaç etkileşiminde sorunlar meydana getirmektedir. Hipertansiyon tedavisinde kullanılan antihipertansif ve diüretikler, kalp ve damar hastalıklarında kullanılan betablokerler, digoksin, parkinson tedavisinde kullanılan levodopa, kanser tedavisinde kullanılan antineoplastikler, glukosteroidler depresyonun ortaya çıkmasında etkili olan ilaçlardır.

Nörobiyolojik Faktörler: Yaşlılık döneminde görülen serotonin, dopamin, gaba ve noradrenalin seviyesindeki düşüşler, başta Alzheimer olmak üzere diğer demans hastalıklarının olması, yaşlılıkta kognitif işlev kayıpları depresyonun ortaya çıkmasında etkili rol oynamaktadır.

2.5.7. Depresyon tedavisi

Depresyon dünya genelinde en sık rastlanan 4. Bozukluktur. Depresyonun tedavi maliyetleri ABD’de 30 ile 50 milyar arasında değişkenlik göstermektedir. Depresyondaki kişiler mesleki alanlarında toplam nüfusa oranla iki kat daha fazla problemler yaşamaktadırlar (Bal, 2020, s.254). Toplumlar açısından tedavisi yüksek maliyetlere ulaşan, yaygınlık oranı çok yüksek olan depresyonun tedavisinde ilaç tedavileri, elektronvulsif tedavi, psikoterapi, etkili olan tedavi yöntemlerindedir.

2.5.7.1. Elektrokonvulsif tedavi (EKT)

Elektrokonvulsif Tedavi yöntemi özellikle psikotik özellikler gösteren depresyon hastalarında ve yaşlı depresyon hastalarında olmak üzere depresyonun tedavisinde kullanılan etkililiği meta analiz çalışmalarınca saptanmış bir tedavi yöntemidir.(Van Diermen, Van Den Ameerle, Kamperman, Sabbe, Vermeulen, Schrijvers, ve Birkenhäger, 2018, s.71) Depresyon tedavisinde kullanılan antidepresanlar 3-4 haftalık zaman diliminde etkisini göstermektedir. İlaç tedavisine yanıt vermeyen hastalarda, ilaç tedavisinin etkililiği için gerekli sürenin beklenmesinin riskli olduğu hastalarda yüksek düzeyde intihar riski bulunan hastalarda, gıda ve su alımını reddetmeden kaynaklı elektrolit dengesizliği yaşayan hastalarda elektroşok tedavisi olarak da bilinen elektrokonvulsif tedavi yöntemi oldukça sık kullanılmaktadır. Bu tedavi yöntemi gereken tedbirlerin alındığı bir ortamda hastaya jenaralize tonik, klonik nöbetlerin geçirilmesini içermektedir. Diyabet hastalarında ve yakın zamanda kalp krizi geçiren hastalarda kullanılması önerilmeyen elektrokonvulsif tedavi yönteminde geçirilen nöbet

sırasında amnezi ortaya çıktığından kaynaklı kişiler uygulama anını hatırlayamamakla birlikte tedaviden kaynaklı ağrı ve fiziksel yakınmaları bulunmaz (Elbi, 2008, s.7).

2.5.7.2.Farmakolojik tedavi

Depresyonun tedavisinde antidepresan ilaçların etkililiği yapılan araştırmalarca saptanmıştır. “Trisilik Antidepresanlar, Seçici serotonin geri alım inhibitörleri, bupropion, venflaksatin, mirtazapin, nefazadon, monamin oksidaz inhibitörleri” depresyonun tedavisinde etkili rol oynamaktadır(Sertöz ve Mete, 2004, s68). İlaçların ortaya çıkarttığı yan etkiler, ilaç etkileşimleri gibi unsurlar antidepresan seçiminde önemli bir unsurdur. Depresyon hastalarında ilaç tedavisinin etkileri 3-4 hafta içerisinde çıkmaktadır, ilaçtan kaynaklı yan etkiler ise ilk 7-10 gün arasında ortaya çıkabilmektedir. İlaç tedavisinin süresi hastaların daha önce depresyon yaşayıp yaşamadığına göre, depresif atakların tekrar sıklığına göre değişkenlik göstermektedir. İlaç tedavisinden verim alınabilmesi için en az 6 ay tedaviye devam edilmelidir. 6-12 ay sonunda ilaç tedavisi azaltılarak sonlandırılmalıdır (Örsel, 2004, s.19).

2.5.7.2.Psikoterapi

Psikoterapi psikiyatrik hastalıklarda, akut ataklarda, önleyici ve tedavi edici etkili bir yöntemdir. Psikoterapi hastaların işlevsel olmayan, uyumunu bozan düşüncelerin ortadan kaldırılmasında, duygusal bilgi işleme süreçlerinin düzenlenmesinde, kişilerin problem çözme ve stresle başa çıkma becerilerini işlevsel hale getirerek hastalıktan kaynaklı ortaya çıkan belirtileri azaltmada, kişilerin işlevsellik düzeyini arttırmada etkili bir yöntemdir. Beyin görüntülüne çalışmalarına göre psikoterapi kişilerde sadece düşünce değişimine değil aynı zamanda nörobiyolojik değişimlere de yol açmaktadır (Erbay, Ünal, 2017, s.164).

2.5.7.2.1.Psikodinamik terapi

Psikodinamik terapi 1890’larda Sigmund Freud tarafından histeri ve nevrotik hastaların tedavisi için geliştirilmiş (Putgül, Köybaşı, s.203) günümüzde depresyon, kişilik bozuklukları ve psikotik bozukluklarda olmak üzere birçok hastalığın tedavisinde kullanılmakta olan psikoterapi yöntemidir. Psikodinamik yaklaşıma göre hastalıkların sebebi bilinçdışı süreçler ile açıklanmaktadır. Psikodinamik yaklaşımın ortaya koyduğu yapısal ve topografik modelden hareketle yapılan açıklamalara göre psiko-

patolojinin kaynağı kişinin işlevsel olmayan savunma mekanizmalarının kullanımından kaynaklı anının bilinç düzeyinden bilinç dışına bastırılmasıdır. Psikopatolojinin tedavi edilmesi amacıyla serbest çağrışım tekniği ile bilinç dışındaki materyalin bilinç düzeyine getirilerek bilinçdışı çatışmanın çözülmesi hedeflenmektedir (Kılınç, 2019, s.13).

Yapılan araştırmalar psikodinamik terapilerin günümüzde hala geçerli ve etkili bir tedavi yöntemi olduğunu, depresyon hastalarının tedavisinde, kişilik ve savunma mekanizmalarının düzenlenmesinde etkili olduğu ancak depresyon tedavisinde diğer psikoterapi ekollerinden üstün olmadığını göstermektedir (Başoğlu ve Buldukoğlu, 2015, s.3).

Depresyon tedavisinde etkili bir yöntem olan psikodinamik terapinin hedefleri aşağıdaki gibidir (Tuzcuğlu, 1995, s.6)

Hastanın bilinç dışı çatışmaları ve bu çatışmalara sebep olan etmenler saptanarak intrapsişik çatışmaların değişimini sağlayacak uygun koşullar sağlanır.

Hastanın işlevsel olmayan savunma mekanizmaları kullandığı durumlar tespit edilir, baskı mekanizması kırılarak bilinç dışındaki materyalin bilinç düzeyine çıkması sağlanır. İşlevsel olmayan duygular bilinç düzeyine çıkartıldığında mantıklı bir şekilde analiz edilip bilinçli ve işlevsel olan davranışlarla çözümlenmesi yapılır.

Hastanın bilinçli bir şekilde davranışlarını sürdürmesinin sağlanması, çevresi ile uyum içerisinde yaşamını sürdürebilmesi için ego güçlendirme çalışmaları yapılır.

Hastanın dürtülerinin farkında olması, gerçekçi beklentiler oluşturması duygu ve davranışlarını bilinçli bir şekilde yönetebilmesi sağlanır.

2.5.7.2.2. Bilişsel davranışçı terapi

Bilişsel Davranışçı terapi Aaron Beck tarafından 1960'lı yılların sonunda geliştirilmiş yapılan meta-analiz çalışmalarına göre depresyon, anksiyete bozuklukları, şizofreni, kişilik bozuklukları, yeme bozuklukları birçok bozuklukta etkililiği saptanmış bir terapi yöntemidir (Butler, Chapman, Forman ve Beck, 2006). Bilişsel terapide psikodinamik yaklaşımın aksine bilinçdışı süreçlere odaklanmayıp bilinç düzeyindeki,

sınanabilir düşünceler ile çalışılmaktadır (Vatan, 2016, s.191). Davranışçı terapiden farklı olarak kişilerdeki otomatik düşüncelere, ara inançlara, şemalara, kişilerin istek ve beklentilerine odaklanan kişinin geçmişteki yaşantılara, kendine ve geleceğe dair yaptığı yorumlara, yüklemelere odaklanan bunları sistematik olarak inceleyen, sınaması yapılarak gerçekliğe uygunluğunu sorgulayan Bilişsel terapi depresyonda etkili bir tedavi yöntemidir (Özcan ve Gül Çelik, s.116).

Depresyondaki hastalarda bilişsel yaklaşıma göre tetikleyici bir yaşantı sonrasında aktif hale gelen işlevsel olmayan, kişinin uyumunu bozan şemalar kişinin yaşadığı olayı ve durumu negatif türde çarpıtmalarla değerlendirmesine yol açmaktadır. Negatif türde çarpıtmalardan kaynaklı bilinçte kendiliğinden ortaya çıkmaktadır bu sebeple bu düşüncelere otomatik düşünceler denilmektedir. Otomatik düşünceler kişilerin duygularına ve davranışlarına etki etmektedir. Bilişsel terapide otomatik düşünceler ile çalışılmakta kişilerin bu düşüncelere dair geliştirdikleri inançlar azaltılmaya çalışılmaktadır (Akkoyunlu ve Türkçapar, 2013, 2017, s.53).

İlaç tedavilerine ve diğer psikoterapi yöntemlerine göre daha fazla etkili olduğu, tek başına veya ilaç tedavisi ile birlikte uygulandığında depresyonun tedavisinde etkili olduğu meta analiz çalışmalarıyla saptanmış olan bilişsel davranışçı terapide (Cuijpers, Berking, Andersson, Quigley, Kleiboer, ve Dobson, 2013) hedeflenen amaçlar şu şekildedir:

Kişilerde bulunan olumsuz otomatik düşünceleri saptamak ve değiştirmek.

Düşünce, duygu ve davranış arasındaki bağa karşı farkındalık kazandırmak.

Kişinin işlevsel olmayan, çarpıtılmış otomatik düşünceleri yerine yeni düşünceler bulmasını sağlamak.

Çarpıtılmış düşüncelerden kaynaklı ortaya çıkan davranışların yerine daha rasyonel, objektif yorumlar yapabilmesini sağlamak.

Kişinin gerçeği çarpıtmasına sebep olan yanlış inançlarının farkına varmasını ve bu inançların değiştirilmesini sağlamak (Köse, 2009 s.35).

2.5.7.2.3.Aile terapisi

Depresyon hastalarında görülen ilgisizlik, umutsuzluk, tepkisellik, yetersizlik duyguları, aile üyelerinden gelen yardım etme çabalarına yanıt vermemesi aile üyelerinde de stres yaratmakta ve depresyon hastasının aile sisteminin işlevselliğini negatif yönde etkilemektedir.

Aile terapisinde hastanın özgüvenin ve benlik saygısının artırılması, hastalıkla başa çıkabilmeye dair sorumluluk duygusunun artırılması, hastalıkla başa çıkabilmek için yapılan girişimlerin artırılması, kriz yönetimi becerisinin artırılması; aile üyeleri için depresyon hastalığı hakkında bilgi verilmesi(belirtiler, tedaviler, aile yaşamına olan etkileri), stres, kaygı, öfke, suçluluk gibi kişilerin işlevselliği bozan duygularda azalmanın sağlanması, depresif davranışlara karşı başa çıkma becerilerinin kazandırılması, depresif hastanın gereksinimlerinin karşılanması ile birlikte kendi gereksinimlerini ihmal etmemesi arasındaki dengenin sağlanması; Bütün aile üyeleri için ise hastanın tedavi olacağına dair inanç ve umudun sağlanması, işlevsel olan iletişim örüntülerinin ve çatışma ile başa çıkmak için gerekli becerilerin kazandırılması, kendilerine destek olabilecek geniş bir topluluk ile bağlantılığın sağlanması hedeflenir (Yalom ve Glick, 2006, s. 41.).

2.5.7.2.4.Hümanistik-varoluşçu terapi

Depresyon tedavisinde etkili bir tedavi yöntemi olan hümanistik terapiler destekleyici yönelimli terapiler olarak kategorize edilebilir. Birey merkezli ve empatik yaklaşıma dayalı olan hümanistik terapiler tanı ve belirtilere odaklanan analitik yönelimli, davranışçı yönelimli terapilere tepki olarak 1950’li yıllarda geliştirilmiştir (Başoğlu ve Budakoğlu, 2015 s.8.)

Alan yazına bakıldığında hümanistik terapi olarak kabul edilen terapiler; temelleri 1940lı yıllara dayanan Carl Rogers tarafından geliştirilen, günümüzde İngiltere de sık kullanılan bir tedavi yöntemi olan birey merkezli terapi(Kayacı ve Odacı, 2019, s.261), 1940lı yıllarda Fritz Perls, Laura Perls ve Paul Goodman tarafından geliştirilen sadece kişilerin kişilik organizasyonlarına, hastalıktan kaynaklı ortaya çıkan belirtilere odaklanmayan kişiyi bir bütün olarak ele alan, kişinin varoluşuna odaklanan gestalt terapi(Altın, 2012, S.193), Van Deurzen tarafından geliştirilen diğer terapi yöntemle-

rine felsefi bir alternatif sunan, kişilerin yaşamında işlevsellikleri negatif yönde etkileyen olaylara ve insan ikilemelerine odaklanan varoluşçu terapi(İlgar ve İlgar, 2019, s.193), Eric Berne tarafından geliştirilen transaksiyonel analiz(Keçeçi, 2007, s.2). Bi-rey merkezli terapi ve kişilerin duygularına odaklanan kişinin duygularının anlamlandırılmasını, tanımlaması ve duyguları ile baş etme becerilerinin geliştirmesini hedefleyen duygu odaklı terapinin birleşimi olan süreç deneyimsel terapidir (Pulat, 2020, s.117).

2.5.7.2.5.Kişilerarası terapi

Kökenleri Adolf Meyer ve Harry Sullivan'ın çalışmalarına dayanan kişilerarası terapi 1970'li yıllarda Klerman ve Weismann tarafından geliştirmiş yapılan araştırmalarca depresyonun tedavisinde etkililiği saptanmış günümüzde kullanılmakta olan etkili bir tedavi yöntemidir. Kişilerarası terapide depresyonun ortaya çıkmasında kişiler arası sorunlar etkili olmaktadır. Kişilerin yaşadıkları kişiler arası sorunlar örneğin; evlilik yaşantısındaki çatışmalar, iş yaşamındaki çatışmalar, arkadaşları ile ilişkilerindeki çatışmalar vb. çatışmalar depresif belirtilerin ortaya çıkması ile ilişkilidir. Kişiler arası psikoterapide amaç bu çatışmaların çözülmesidir. Kişilerarası terapide Bilişsel davranışçı terapi ve psikodinamik terapiden farklı olarak çocukluk anılarına, bilinçdışı süreçlere, otomatik düşüncelere, kişiliğe odaklanılmamakla birlikte şimdi ve burada yaklaşımını kullanmaktadır. Şu anda yaşanan problem, kişiler arası çatışmalar belirlenip probleme göre uygun stratejiler planlanmaktadır (Yalom ve Glick, 2006, s. 97-101.).

2.5.8.Depresyonla İlgili Araştırmalar

Cole ve Dedenkuri (2003) tarafından yapılan 1966 ve 2001 tarihleri arasında geriatrik popülasyon ile yapılan araştırmalardan oluşan meta analiz çalışmasına göre kadın olma, engelli olma, daha önce depresyon öyküsünün olması, uyku bozukluklarının bulunması, başka bir tıbbi hastalığın bulunması sevilen kişilerin kayıplarından dolayı ortaya çıkan yasın yaşlı popülasyonda depresyonun ortaya çıkmasında etkili risk faktörü olduğu; Chang ,Xue-Mei., Bi-Rong, Zhen-Chan, Ji-Rong, ve Qing-Xiu, (2010) tarafından yapılan meta analiz çalışmasına göre ise kişilerin sağlık durumunun kötü olduğunu düşünmesi ve kişilerde kronik hastalık veya hastalıkların bulunması geriatrik popülasyonda depresyon için risk oluşturduğu; Li, Zhang, Shao, Qi, ve Tian, (2014) tarafından 1987-2012 yıllarında geriatrik popülasyonla yapılmış araştırmalardan yapılan 88.417 Çinli katılımcıdan oluşan meta analiz çalışmasına göre cinsiyet,

medeni durum ve eğitim seviyesinin depresyon da etkili faktörler olduğu yaş ile depresyon arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmadığı, boşanmış, dul veya bekar olmanın evlilere göre, kadınların erkeklere göre, eğitim seviyesi düşüklerin eğitim seviyesi yüksekler anlamlı bir şekilde daha yüksek depresyon puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Lök ve Bademli (2017) tarafından ülkemizde 286 katılımcı ile yapılan araştırmada cinsiyet, eğitim durumu ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu, depresyon ile fiziksel aktivite arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu; fiziksel aktivite düzeyi arttıkça depresyon düzeylerinde düşüşler meydana geldiği saptanmıştır.

Polat ve Filiz (2020) tarafından 65-74 yaş aralığındaki 519 yaşlı katılımcıyla yapılan araştırmada düşük eğitim seviyesindekilerin, kadınların, bekarların, yaşı daha ileri kişilerin, yalnız yaşayanların depresyon skorlarının istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Teychenne, Ball ve Salamon (2008) tarafından yapılan araştırmada orta düzeyde ve yüksek düzeyde fiziksel aktivitenin depresyonu önlemede etkili olduğu Schuch, Vancampfort, Richards, Rosenbaum, Ward, ve Stubbs, (2016) tarafından yapılan meta analiz çalışmasında uzman denetiminde günlük olarak yapılan orta düzeyde egzersizlerin depresyonda tedavi edici bir etkisi olduğu; Strawbridge, Deleger, Roberts, ve Kaplan (2002) tarafından yaşlılar ile yapılan araştırmaya göre ise yüksek düzeyde fiziksel aktivitenin depresyonu önlemede etkisi olduğu saptanmıştır.

Schulz, Beach, Ives, Martire, Ariyo, ve Kop (2000) tarafından 65 yaş üzerindeki 5201 kişi ile yapılan araştırmada yüksek düzeyde depresif belirtilere sahip yaşlılarda depresyonun mortalite için tek başına bir risk faktörü olduğunu, Vanderhost ve McLaren (2005) tarafından 65 yaş üzeri 110 kişi ile yapılan araştırmada düşük sosyal desteğin yaşlılarda depresyon düzeyi ve intihar düşünceleri ile ilişkili olduğu, Harris, Cook, Victor, Rink, Mann, Şah, , DeWilde, ve Beighton, (2003) tarafından 65 yaş üzeri 1602 kişi ile yapılan araştırmada yaşlılarda sosyoekonomik durumun, fiziksel sağlık durumunun ve sosyal desteğin depresyona etkisi olduğu saptanmıştır.

Pracheth, Mayur ve Chowti (2012) tarafından 65 yaş üzeri 218 kişi ile yaptığı araştırmada depresyon ile cinsiyet, yaş, aile türü arasında anlamlı bir farklılık olmadığı, depresyon ile eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzeyi, medeni durumu, fiziksel aktivite, kronik hastalıklar arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Araştırmaya göre katılımcıların depresyon puanları bekar veya boşanmışların evlilere göre, sosyoekonomik durumu yüksek kişilerin orta ve düşük kişilere göre, kronik bir hastalığı olanların olmayanlara göre, fiziksel aktivite açısından aktif olmayanların aktif olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla depresyon puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Kugbey Nortu, Akpalu, Ayanore, ve Zotor (2018) tarafından Gana'da 65 yaş üzeri 262 katılımcı ile yapılan araştırmada Depresyon ile Çalışma durumu ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamış. Depresyon ile medeni durum, kronik hastalıklar, birlikte kalınan kişi sayısı, eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark saptanmıştır. Araştırmaya göre 76 yaş ve üzerinin 76 yaş altına göre, eşi ölmüş kişilerin, bekar ve boşanmışlara göre, ortaokul mezunlarının eğitim almamış, lise mezunu ve üniversite mezunlarına göre, yalnız yaşayanların aile üyeleri ile birlikte yaşayanlara göre, kronik bir hastalığı olanların olmayanlara göre daha fazla depresyon puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Wu ve Chiou (2020) tarafından 60 yaş üzeri katılımcılarla yapılan araştırmada sosyal destek ile depresyon ve sosyal medya kullanımı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır araştırmaya göre sosyal destek düzeyi düştükçe depresyon düzeyi ve sosyal medya kullanımı artış göstermektedir. Steffens, ve Potter (2008) tarafından yapılan araştırmalarda yaşlılık döneminde görülen depresyonun yaşlılarda kalıcı bilişsel bozukluklara yol açtığı saptanmıştır.

2.5.9.Yaşlılarda depresyon

Yaşlılarda en sık rastlanan psikiyatrik bozukluk Major Depresyondur. Dünya Sağlık Örgütü tarafından 2017 yılında yayınlanan veriler göre depresyon yaygınlığının yaşlılarda yaşa göre değişkenlik gösterdiği ileri yaştaki yaşlılarda depresyonun zirveye ulaştığı, 55-74 yaş aralığındaki yaşlı kadınlarda %7,5 in yukarisında, 55-74 yaş aralığındaki erkek yaşlılarda ise %5,5 in yukarisında olduğunu göstermektedir. Ülkemizde 65 yaş üzeri kişilerde depresyon yaygınlığı %2,4 depresif belirti görülme sıklığı %10

ile % 15 arasında değişkenlik gösterdiği saptanmıştır. Tedavi kurumlarında, huzur evlerinde, bakım evlerinde yaşlılarda yeğin (majör) depresyon yaygınlığı %40 a kadar çıkmaktadır (Söylemez, 2020 s.14)

Depresyon yaşlanmadan kaynaklı nörolojik değişimler ile birlikte seyreden bir psikiyatrik hastalıktır. Yaşlılık döneminde görülen depresyonda yaşlanma ile birlikte yaşlı bireyin yıllarca birlikte yaşadığı çocuklarının kendi hayatlarını kurma amacıyla bireyden uzaklaşmasından kaynaklı yalnız kalma, sevdikleri kişilerin ölümü, emeklilik ile birlikte ortaya çıkan saygınlık kaybı ve ekonomik sorunlar, yaşlanmayla birlikte ortaya çıkan kronik hastalıklardan kaynaklı bağımsızlığın kısıtlanması, hastalıklardan kaynaklı bakım veren birisine ihtiyaç duyulması, eskiden yapılan günlük aktivitelerin artık sürdürülememesi gibi sebeplerin etkili olmaktadır(Ağar, 2020 , s.76.)

Erikson yaşlılık dönemini bir gerileme döneminin aksine kişilerin psikososyal açıdan gelişime devam ettiği bir evre olarak tanımlamıştır. Her ne kadar kişiler psikososyal açıdan gelişmeye devam etseler de yaşlılık dönemi kişilerde yaşam bağlarının zayıflaması, yaşamı anlamlandırma çabalarının başarısız olması sonucu umutsuzluğun ortaya çıkabildiği bir dönemdir. Yaşlılık döneminde bu sebeple depresyon, sosyal destek yetersizliği ve ölüm kaygısı üzerinde durulması gereken dönemin önemli sorunlarındanır (Ağırman ve Gençer, 2017 s.235).

2.6.Yaşlılık Dönemi

Yaşlılık; DSÖ tarafından “Çevresel faktörlere uyum sağlama yetisinin giderek azalması” olarak tanımlanmaktadır. DSÖ 65 yaş üzerindeki kişileri yaşlı olarak, 85 yaş üzerini ise ileri yaşlılık dönemi olarak tanımlamaktadır. Geriontolojistler ise 65-74 yaş aralığını genç yaşlı, 75-85 yaş aralığını orta yaşlı, 85 yaş ve üzerindeki kişileri ise ileri yaşlı olarak kategorize etmiştir (Beğer ve Yavuzer, 2012, s.1). Engellenmesi mümkün olmayan yaşlanma kronolojik, biyopsikososyal bileşenleri olan bir gerilemedir. Belirli bir başlangıç ve bitiş süresi olmayan yaşlanma yaşam boyu sürediden bir süreçtir. Günümüzde bilimdeki ve sağlık alanındaki gelişmelerden kaynaklı kronik

hastalıklara karşı etkili tedavi yöntemlerinin geliştirilmesinden kaynaklı ortalama yaşam süresinin uzaması toplumlarda yaşlı nüfus oranının artmasında etkili olmuştur (Ardahan, 2010 s.26.)

Birleşmiş Milletler tarafından 2017 yılında yapılan dünya nüfusunda yaşlanma araştırmasının sonuçlarına göre dünyada 65 yaş ve üzeri kişilerin sayısının 678 milyon olduğu saptanmıştır. Bu sayı yaşlı nüfusun Dünya nüfusunun %9' unu oluşturduğunu göstermektedir. Yaşlı nüfusunun ülkelerin gelişmişlik düzeyine göre dağılımına bakıldığında İleri düzeyde gelişmiş ülkelerde %18, daha az gelişmiş ülkelerde %7, en düşük düzeyde gelişmiş ülkelerde %4 olduğu saptanmıştır. 65 yaş ve üzeri kişilerin dünya genelinde nüfusunun 2025 yılı itibariyle 1 milyarı aşacağı öngörülmektedir (United Nations, 2017).

TÜİK Tarafından 2019 yılında yapılan sayıma göre 65 yaş üzeri kişiler ülkemizde 2019 yılı itibariyle ülke nüfusunun %9,1'ini oluşturmaktadır 2014 de 6.192.962 olan 65 yaş üzeri kişi sayısı 2019 yılı itibariyle %21,9 oranında artış göstererek 7.550.727 kişiye ulaşmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ülkemizde yalnız yaşayan yaşlı kişi sayısı 1 milyondan fazla olduğu, yoksulluk seviyesinde olan yaşlılarının oranının %16,4 olduğu; ülkemizin yaşlı nüfus ortalaması olarak dünyada 66. sırada bulunduğu saptanmıştır.

2.7.Sosyal Destek

Alan yazına 1970li yıllarda dahil edilen sosyal destek kavramına dair farklı araştırmacılar tarafından farklı tanımlamalar yapılmıştır. Demirtaş (2007)'e göre sosyal destek kişilerin diğer kişiler tarafından sevgi, güven ve değerli hissetme gibi gereksinimlerinin giderilmesi olarak; Rubens, Vernberg, Felix ve Canino (2013)'e göre stres yaratan bir olay karşısında stresle başa çıkmak için başvurulan kaynaklar olarak tanımlanmaktadır. Başer (2006)' ya göre kişilerin yaşadığı örseleyici yaşantılarda, kriz anlarında, kişiler için stres yaratan durumlarda çevresinden gördüğü, kişilerin fiziksel ve psikolojik açıdan iyilik haline pozitif yönde etki eden yardımların tümü sosyal destek olarak tanımlanabilir.

Çakır ve Palabıyıkoglu (1997)'e göre kişiler sınırlı ve hüzünlü olduğu durumlarda psikolojik açıdan bir kriz halinin varlığında aile üyelerinden ve sosyal çevrelerinden bir destek alma gereksinimi duyarlar. Kişilerin gereksinim duyduğu, psikolojik açıdan olumlu etkiye sahip olan bu destek ağı sosyal destek olarak tanımlanmaktadır. Stromborg ve Olsen, (1997)'e göre kişilerin yaşamı boyunca karşılaştığı yaşam değişikliklerinde kişilere yardım sağlayan, kişilerin sağlığını korumaya yönelik kişiler arası ilişkilerin tümü sosyal destek olarak tanımlanmaktadır (Akt. Örs, 2013. s.280).

2.7.1.Algılanan sosyal destek

Alan yazında sosyal destek tanımlamalarında algılanan sosyal destek kavramının öne çıktığı görülmektedir. Keff (1997)'e göre Algılanan sosyal destek kişilerin diğer kişilerden destek alabileceğine, diğer kişiler ile güvenilir bağları olduğuna dair kognitif algılamaların bütünüdür (Akt. Saygın, 2008 s.8).

Kuramsal açıdan algılanan sosyal destek Bowlby (1971) tarafından geliştirilen bağlanma kuramı ile açıklanmaktadır. Kişilerin hayatının ilk yıllarında bakım veren ile kurduğu güvenli bağlanmanın kişinin ilerleyen zamanlarda diğer kişilerle kuracağı sosyal ilişkilere pozitif yönde etki ettiği belirtilmektedir. Kişilerin hayatının ilk yıllarında bakım veren kişi ile sınırlı olan sosyal çevre zamanın ilerlemesi ile çocuğun büyümesi ile birlikte diğer aile üyeleri, akrabalar, akranlar ve arkadaşları da içine alarak genişlemektedir. Bakım veren ile kurulan bağlanma türü kişilerin ileride genişleyecek olan sosyal çevresine de etki edecektir. Kişilerin sosyal destek aldığı kişilerin yakın çevresinden olması kişilerin ruh sağlığına pozitif etkisi olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda çocuğun geliştirdiği güvenli bağlanma türü ilerideki yaşantısında ruh sağlığına etkisi olan algılanan sosyal destek için önemli bir faktördür (Akt. Makas, 2019 s.15).

2.7.2.Sosyal destek çeşitleri

Cohen ve Wills (1985) sosyal desteği 4 farklı kategoride ele almış ve sosyal desteğin araçsal, yaygın, duygusal ve bilgisel destek olmak üzere 4 türü olduğunu öne sürmüştür (Akt. Bardakçı, 2019, s.38).

Araçsal Destek: Bir kişiye iş bulma, borç para verme, kişinin erzak ihtiyacını karşılama, çocuğunun kıyafet ihtiyaçlarını karşılama, kişinin borçlarını ödeme gibi somut desteklerin tümü olarak tanımlanabilir.

Duygusal Destek: Literatürde yakın destek olarak da kavramsallaştırılan duygusal destek sevilme, onay alma, olumlu geri bildirimde bulunma, kabul görme, kendini değerli hissetme gibi ihtiyaçları kapsayan sosyal destek türü olarak tanımlanabilir.

Yayın Destek: Kişilerin meşguliyetinin olmadığı zamanlarda birlikte zaman geçirdiği, birlikte sosyalleştiği, birlikte eğlence aktivitelerine katıldığı sosyal arkadaşlıklar olarak tanımlanabilir.

Bilgisel Destek: Kişilerin bir problemle karşılaştığı zaman problemin çözümü, problemin nedeni gibi konularda danışmanlık yapma, problemin çözümü için öneride bulunma, gibi destek türlerini içermektedir.

Alan yazındaki sosyal destek çeşitlerine sosyal desteğin çoğu araştırmacı tarafından duygusal, maddi, yaygın ve zihinsel destek olarak kategorize edildiği görülmektedir (Kurtoğlu, 2019 s.28).

Duygusal Destek: Benlik saygısı ile ilişkili olan duygusal destek kişilerin aile ve yakın çevresi tarafından bir gruba ait olma, saygı görme, saygı duyulma, empati gibi temel gereksinimlerinin karşılanmasını içermektedir.

Maddi Destek: Kişilerin yaşamını sürdürebilmesi adına kişiye iş bulma, kişinin borcunu ödemesinde ekonomik olarak destek olma gibi destek türlerini içermektedir.

Zihinsel Destek: Kişilerin problemle başa çıkabilmesi açısından ailesi ve yakın çevresi tarafından verilen kişiler için rehber işlevi gören öğütleri içermektedir.

Yaygın Destek: Kişilerin boş vakitlerinde diğer kişilerle veya grup halinde tiyatroya gitme, film seyretme, yemek yeme gibi etkinlikleri içermektedir.

2.7.3.Sosyal destek modelleri.

2.7.3.1.Temel etki modeli

Cohen ve Wills (1985) tarafından sosyal desteğin psikolojik açıdan iyilik haline etkisi temel etki ve tampon etkisi modeli olmak üzere 2 modelle açıklamıştır

Temel etki modeline göre sosyal destek ve sağlık birlikte gidişat sergilemektedir. Sosyal desteğin varlığı kişilerin sağlığına pozitif yönde etki etmektedir. Kişilerde

sosyal destek yetersizliği ise sağlığa negatif yönde etki etmektedir. Tampon etki modeli ise kişilerin herhangi bir stres yaratan bir olayla karşılaştığında sosyal destek varlığının işlevselliğine değinilmektedir.

2.7.3.2.Tampon etkisi modeli

Tampon etkisi modeline göre Kişilerde sosyal destek yetersiz ise kişilerde problemi olduğundan daha negatif bir durum yaratacağına dair algı oluşmakta, problemle başa çıkacağına dair inancı da negatif yönde etkilenmektedir. Sosyal desteğe sahip kişilerde ise problemle başa çıkma adına yardım alınacak kişilerin varlığı kaygıyı düşürerek problemin başa çıkılabilir olduğu algısı yaratır. Problemin kişilerde yarattığı fiziksel ve ruhsal açıdan negatif etkiyi ortadan kaldırmada yardımcı bir unsur olur (Akt. Turan, 2014, s.79-80)

2.7.4.Yaşlılık ve sosyal destek

Yaşlılıkla ortaya çıkan en büyük sorunlardan bir tanesi de kişinin çevresiyle sürdürdüğü iletişimin ortadan kaybolmasıdır İletişim kaybı kişinin eşinden, çocuklarından, çevresinden sağlanan ilginin eskiye göre azalması ya da kişinin bu şekilde algılaması şeklinde soyut türde olabileceği gibi çocukların evlilik, niversite ğrencisi olma gibi sebeplerden kaynaklı evden ayrılması, eşinin ölümü gibi somut türde olabilmektedir. Sosyal ilişkiler kişinin olumlu benlik imajında ve kişilik gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir (Softa, Baraktar ve Oğuz, 2016 s.2.).

TİİK tarafından 2017 yılında yapılan araştırmaya göre ülkemizdeki yaşlıların mutluluğunda belirleyici etmen olarak %65.8'inin aileleri %16.5 ise çocuklarının olduğu; ülkemizde ve yurtdışında yapılan araştırmada huzur evinde yaşayan yaşlıların, kendi evinde yaşayan yaşlılara göre anlamlı bir şekilde daha fazla yalnızlık düzeyine sahip olduğu saptanmıştır (Erbatu, 2007; Pinquart ve Sorensen, 2001 s.259).

Yaşlılık döneminde sosyal ilişkiler daha da fazla önem arz etmektedir. Çünkü yaşlılıkla birlikte sosyal çevrenin azalması kişileri ie kapanmaya ve yalnızlığa sürüklemektedir. Yaşlılıkta sosyal evre ile iletişim ağının kurulması, sosyal destek kaynaklarının aktif edilmesi yaşlı kişiler için uyum sağlayıcı ve yaşam doyumunu arttırıcı bir etki göstermektedir.

Alan yazına bakıldığında geriatric popülasyonda düşük sosyal desteğin majör depresyon, mortalite ve morbidite için risk faktörü olduğunu(White,, Philogene, Fine ve Sinha,(2009), s.1872);Yaşlılık döneminde kişilerde yaşanan rol değişimleri, fiziksel hastalıklar, ölüm kaygısı gibi sebeplerden kaynaklı stres ve stres den kaynaklı psikosomatik belirtiler meydana ortaya çıktığını Sosyal destek yeterliliği yaşlılarda stres ve stres den kaynaklı psikosomatik belirti düzeyinin azaltılmasında etkili bir rolü olduğunu (Krause, 1986, s.519.); yaşlılarda sosyal desteğin ruh sağlığı, stresle başa çıkma, fiziksel belirtiler, sağlıklı davranışlar için motivasyon, sağlık inancı, psikolojik uyum, rollere uyum, yaşama adaptasyonla ilişkili olduğunu gösteren birçok araştırma bulunmaktadır (Harandi ve arkadaşları, 2017, s.5213).

Yaşlılık döneminde fiziksel hastalıklar kişilerin mekânsal olarak sınırlanmasına yol açmasından kaynaklı sosyal iletişim kurmalarını da kısıtlamaktadır. Zaman ve mekan sınırlaması olmayan internet yaşlıların uzaktaki akrabalarıyla, çocuklarıyla, arkadaşları ile iletişim kurması açısından, bir topluluğa üye olma açısından, sosyal destek gereksinimlerini karşılaması açısından önemli bir unsurdur (Şahin ve Yıldırım, 2019 s.98).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1. Araştırma Modeli

Yapılan araştırma 2 veya daha fazla faktörün arasında istatistiksel açıdan birlikte bir değişimin olup olmadığını ve derecesini belirlemeyi hedefleyen araştırma desenlerinin birleştirilmiş hali olan ilişkisel tarama modeli doğrultusunda yürütülmüştür.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın Evrenini Türkiye Cumhuriyeti'nde yaşamakta olan 65 yaş ve üzeri birey oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleminin belirlenmesinde evrenden rastgele bir şekilde bir şekilde şans faktörüne dayalı kesit alınarak oluşturulan bir örnekleme yöntemi olan basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılmıştır (İslamoğlu ve Alınçık, 2016, s.197).

Araştırmanın örneklemini sosyal medya kullanıcısı olan ve 65 yaş ve üzeri olan 450 kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri ülkemizde 65 yaş ve üzeri kişilerin en çok kullandığı sosyal medya sitesi olan Facebook'tan Google anketler aracılığı ile toplanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Sosyodemografik bilgi formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan, kişilerin cinsiyetini, yaşı, medeni durumu, ekonomik durumu, eğitim düzeyi gibi demografik bilgilerine ve internet kullanım süresi, sosyal medya kullanım süresi, kullanılan sosyal medya uygulamaları, sosyal medya kullanım amacı gibi sosyal medya kullanımına dair soruları içeren kısa bilgi formudur.

3.3.2. Geriatrik depresyon ölçeği (GDÖ)

1983 yılında Yesevage Arkadaşları tarafından yaşlılarda depresif belirtilerin ölçülmesi amacıyla geliştirilen ölçeğin ülkemizde güvenilirlik geçerlilik çalışması Ertan, Eker ve Şar (1997) tarafından yapılmış, iç tutarlılık katsayısı ,91 test tekrar test güvenilirliği ,74 olarak saptanmıştır. 30 sorudan oluşan ölçek yaşlı katılımcıların basit bir şekilde cevap verebilmesi amacıyla evet, hayır şeklinde cevaplandırılan sorulardan oluşmaktadır. Ölçekte 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26

ile 28. Maddeler ters puanlanmaktadır. 1, 2, 7, 9 ,15, 19, 21, 27, 29 ,30. Maddelere verilen her hayır cevabı için “1” evet cevabı için ise “0” puan, 3,4,5,6,8, 10, 11, 12,13,14 ,16,17,18 ,20, 22, 23, 24, 25, 26, 28. Sorulara her evet cevabı için “1” her hayır cevabı için ise 0 puan verilmektedir(Demir, Ünsal, Arslan ve Çoban, 2013, s.4).

Ölçeğin puanlamasında depresyon lehine verilmiş olan her cevap için 1, diğer cevaplar için ise 0 puan verilmekte olup elde edilen toplam puan kişinin depresyon puanı olarak kabul edilmektedir. Ölçekten minimum 0 maksimum 30 puan alınabilmektedir. Ölçeğin kesme noktası 13/14 olarak belirlenmiştir. Ölçekten elde edilen toplam puan 0-10 arası için depresyon yok, 11-13 puan arası için muhtemel depresyon, 14 ve üzeri puan için ise kesin depresyona işaret etmektedirv (Kocataş, Güler, ve Güler, 2004, s.5).

3.3.3. Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği (BSMBÖ)

Sosyal medya bağımlılığının ölçülmesi amacı ile Andreassen Billieux, Griffiths, Kuss, Demetrovics,, Mazzoni, E., ve Pallesen (2016) tarafından geliştirilen Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe uyarlama çalışması Demirci (2019) tarafından yapılmıştır. Dilimize uyarlaması gerçekleştirilen Bergen Sosyal Medya Ölçeği bağımlılıkta görülen semptomları (çatışma, tolerans geliştirme, duygu durumunda farklılaşma, yoksunluk ve başarısız olan bırakma girişimleri) içeren 6 sorudan oluşmaktadır. Ölçek 5’li likert tipi(1=çok nadir 5=çok sık) olarak geliştirilmiştir. Ölçekten en az 6 en çok 30 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan toplam puan arttıkça kişilerdeki bağımlılık düzeyi artmaktadır. Ölçekte ters kodlanan soru bulunmamaktadır. Ölçeğin dilimize uyarlanması amacıyla 14-56 yaş aralığından oluşan 658 katılımcı ile yapılan araştırmada ölçeğin yapı geçerliliğinin saptanması amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin tek boyuttan oluştuğu saptanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğinin saptanması doğrultusunda yapılan analizler sonucu ölçeğin İç tutarlılık katsayısının 0,83 olduğu, ölçüt bağıntılı geçerliliğinin saptanması amacı İnternet bağımlılığı ölçeği ile yapılan korelasyon analizinde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu ($p<0,01$ $r=0,63$) saptanmıştır.

3.3.4.Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği (ÇBASDÖ)

1988 yılında Zimet ve arkadaşları tarafından geliştirilen, 1995 yılında Eker ve Arkar tarafından dilimize uyarlaması gerçekleştirilen, 2001 yılında Eker, Arkar ve Yıldız tarafından yeniden gözden geçirilerek güvenilirlik ve geçerlilik çalışması yapılmış olan ölçek 7'li likert tipinde ve 12 maddeden oluşmaktadır. Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği çok arkadaş, özel bir insan ve aile olmak üzere üç çeşit kaynaktan elde edilen sosyal destek tatmin düzeyinin değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Arkadaş, özel bir insan ve aile alt boyutlarının maddeleri ayrı ayrı toplanarak alt boyutların toplam puanı elde edilmektedir. Tüm Alt boyutların toplam puanı ise ölçekten alınan toplam puanı oluşturmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanın artması algılanan sosyal desteğin arttığına işaret etmektedir (Terzi, 2008, s.4).

Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin aile, arkadaş ve özel bir insan olmak üzere 3 alt boyuttan oluştuğu bu 3 faktörün varyansın yüzde 75'ini açıkladığı saptanmıştır. Ölçeğin ölçüt geçerliliğini saptama amacıyla algılanan sosyal destek ölçeğinin toplam puanları ile Ucla yalnızlık ölçeği, belirti tarama testi ölçeğinin ilgili alt boyutları ve umutsuzluk ölçeğinin ilgili alt boyutları ile korelasyon çalışması yapılmış olup istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Eker ve Arkar, 1995, s.24).

Ölçeğin güvenilirliğini ölçme amacıyla Cronbach alfa katsayısı hesaplama yöntemi kullanılmış ve değerlerin 0,80 ile 0,85 arasında olduğu saptanmıştır. Bu analiz sonucunda ölçeğin ve ölçeği oluşturan alt ölçeklerin istatistiksel açıdan kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu saptanmıştır(Terzi, 2008, s.7).

3.4.Verilerin analizi

Google anketler vasıtası ile elde edilen veriler IBM SPSS 20.0 programında kodlanmış yapılan Kolmogorov Smirnov normallik testi sonucunda veriler non parametrik testlerle analiz edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1. Demografik Değişkenlere Ait Frekans ve Yüzde değerleri

		n	%
Cinsiyet	Kadın	128	28,4
	Erkek	322	71,6
Toplam		450	100
Medeni Durum	Evli	301	66,9
	Bekar	149	33,1
Toplam		450	100
Aylık Gelir Düzeyi	1000-2000 TL	67	14,9
	2000-3000 TL	114	25,3
	3000-4000 TL	168	37,3
	5000 TL ve üzeri	101	22,4
Toplam		450	100
Eğitim Durumu	İlköğretim	126	28
	Ortaöğretim	44	9,8
	Lise	154	34,2
	Üniversite	103	22,9
	Yüksek Lisans ve Üzeri	23	5,1
Toplam		450	100
Meslek	Emekli	222	49,3
	Ev Hanımı	50	11,1
	Memur	22	4,9
	Özel Sektör	156	34,7
Toplam		450	100
Yaşanılan Yerleşim Yeri	Köy-Kasaba	59	13,1
	İlçe	101	22,4
	Şehir	80	17,8
	Büyük Şehir	210	46,7
Toplam		450	100
Günlük olarak internette geçirilen zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi	1-3 saat	207	46
	3-6 saat	135	30
	6 saat ve üzeri	108	24
Toplam		450	100
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı	Haftada bir kere	46	10,2
	Haftada iki kere	105	23,3
	Haftada üç kere ve daha fazlası	299	66,4
Toplam		450	100
Sosyal Medya Kullanımı süresi	1 yıldan az	60	13,3
	1-3 yıl arası	161	35,8
	4-6 yıl arası	144	32
	6 yıldan fazla	85	18,9

Toplam		450	100
İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?	Az bir zaman dilimini	149	33,1
	Hemen hemen yarısını	60	13,3
	Yarisından daha fazlasını	44	9,8
	Neredeyse tamamını	197	43,8
Toplam		450	100
Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?	Hayır	252	56
	Kısmen	146	32,4
	Evet	52	11,6
Toplam		450	100
Depresyon Düzeyi	Depresyon yok	269	59,8
	Depresyon var	181	40,2
Toplam		450	100

Elde edilen veriler doğrultusunda katılımcılara dair cinsiyet, medeni durum, ekonomik durum, yaşanan yerleşim yeri, günlük olarak internette geçirilen zamanın süresi, sosyal medya kullanım süresi, sosyal medya kullanım sıklığı, internette geçirilen zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi, kendilerinin sosyal medya bağımlısı olup olmadığına dair yaptıkları değerlendirmeleri ve depresyonda olup olmama durumlarına dair betimsel bilgiler tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırmanın %71,6’sı erkek %66,9’evli katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların ekonomik durumu, yaşadıkları yerleşim yeri, meslekleri ve eğitim düzeyi incelendiğinde katılımcılarının %37,3’ünün ekonomik gelirin 3000-4000 TL, %22,4’ünün 5000 TL ve üzerinde olduğu, %46,7’sinin büyük şehirde yaşamakta %13,1’inin köy-kasabada yaşamakta olduğu katılımcıların %49,3’ünün emekli %34,7’sinin ise özel sektör çalışanı olduğu katılımcıların %22,9’unu üniversite %34,2’sini lise %28’ini ise ilkokul mezunlarından oluştuğu saptanmıştır.

Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcıların %66,4’ünün haftada 3 kere ve daha fazla sosyal medyayı kullandığı %35,8’inin sosyal medyayı 1-3 yıl dan beri, %32’sinin 4-6 yıldan beri %18,9’unun 6 yıldan fazla %13,3’ünün 1 yıldan az bir süredir sosyal medyayı kullandığı %43’ünün internet kullanımının neredeyse tamamını sosyal med-

yaya ayırdığını %32'sinin kendisini kısmen sosyal medya bağımlısı olarak değerlendirdiğini %56'sının ise kendisini sosyal medya bağımlısı değilim şeklinde değerlendirdiği saptanmıştır. Tablo 1 'de aynı zamanda geriatrik depresyon ölçeği ile saptanmış olan depresyon durumu ile ilgili bilgilerde verilmiştir tablo 1 'de görüldüğü üzere depresyonu olan katılımcıların oranı %59,8 olarak saptanmıştır.

Tablo 2. Sosyal Medya Uygulamaları Kullanımı Sıklığı değişkenlerine Frekans ve Yüzde Değerleri

		n	%
Facebook Kullanım Sıklığı	Çok Az	123	27,3
	Az	46	10,2
	Orta	99	22
	Sık	46	10,2
	Çok Sık	136	30,2
Toplam		450	100
Youtube Kullanım Sıklığı	Çok Az	272	60,4
	Az	31	6,9
	Orta	68	15,1
	Sık	27	6
	Çok Sık	52	11,6
Toplam		450	100
Twitter Kullanım Sıklığı	Çok Az	269	59,7
	Az	44	9,7
	Orta	88	19,5
	Sık	27	6
	Çok Sık	22	4,8
Toplam		450	100
Linkedin Kullanım Sıklığı	Çok Az	414	92
	Az	15	3,3
	Orta	21	4,6
Toplam		450	100
Instagram Kullanım Sıklığı	Çok Az	112	24,8
	Az	59	13,1
	Orta	124	27,5
	Sık	45	10
	Çok Sık	110	24,4
Toplam		450	100
Foursquare Kullanım Sıklığı	Çok Az	446	99,1
	Az	2	0,4
	Orta	1	0,2
	Sık	1	0,2
Toplam		450	100

Elde edilen veriler doğrultusunda katılımcıların Facebook, Youtube, Instagram, Twitter, LinkedIn ve Foursquare kullanım sıklığına dair Betimsel bilgiler Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2’de görüldüğü üzere Facebook’u katılımcıların %30,2’si çok sık %10,2’si sık %27,3’ü ise çok az, Youtube’u %11,6’sı çok sık %6’sı sık %60,4 ise çok az, Twitter’i %4,8’i çok sık %6’sı sık %60’ı ise çok az LinkedIn’i %4,6’sı orta düzeyde %92’si çok az, Instagram’ı %24,4’ü çok sık %10’u sık %24,8’i çok az, Foursquare’i %0,2’si sık %0,2 orta %99,1’i ise çok az kullandığı saptanmıştır.

Tablo 3. BSMBÖ, ÇBASDÖ ve GDÖ den Elde Edilen Puanların Normal Dağılım Gösterip Göstermediğini Belirlemek Amacıyla Yapılan Kolmogorov-Smirnov Testi Sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov				
	Statistic	df	P	Skewness(Çarpıklık)	Kurtosis(Basıklık)
BSMBÖ	0,153	450	0,00	0,1133752	-1,54817
ÇBASDÖ	0,114	450	0,00	0,111363	-1,278496
GDÖ	0,16	450	0,00	0,347	-1,363

Tablo 3’de görüldüğü üzere Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği ve geriatrik depresyon ölçeğinden elde edilen puanların normal dağılım sergileyip sergilemediğini saptama amacıyla tek örneklem Kolmogorov Smirnov testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda puanların normal dağılım sergilemediği saptanmıştır($p<0,05$).

Tablo 4. BSMBÖ Toplam Puanının Cinsiyet ve Medeni Durum Değişkenlerine Göre Farklaşıp Farklaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları.

Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	P
Kadın	128	287,305	36775	12697	-6,370516	0,00
Erkek	322	200,932	64700			
Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	Z	P
Evli	301	189,533	57050	11598,5	-8,357335	0,00
Bekar	149	298,158	44426			

Tablo 4’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanın cinsiyete ve medeni duruma göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere non-parametrik Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonucunda kadınların ve bekarların lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Tablo 4.’de görüldüğü üzere erkeklerin Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan kadınlara göre ($U=12697$ $Z=-6,370516$ $p<0,001$) bekarların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan evlilere göre ($U=11598,5$ $Z=-8,357335$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır.

Tablo 5. BSMBÖ Toplam Puanının Aylık Gelir Düzeyi, Eğitim Durumu, Yaşanılan Yerleşim Yeri ve Mesleğe Göre Farklılaşım Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Aylık Gelir Düzeyi	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)1000-2000 TL	67	356,87	3	184,342	0,00	1-2 1-3 1-4
2)2000-3000 TL	114	302,02				2-3-2-4
3)3000-4000 TL	168	177,93				3-4
4)5000 TL ve üzeri	101	131,12				
Eğitim Durumu	N	S.O.	sd	X ²	P	Anlamlı Fark
1)İlköğretim	126	326,139	4	175,8342	0,00	1-3 1-4 1-5
2)Ortaöğretim	44	313,886				2-3 2-4 2-5
3)Lise	154	197,821				3-4 3-5
4)Üniversite	103	133,859				
5)Yüksek Lisans ve Üzeri	23	100,804				
Yaşanılan Yerleşim Yeri	N	S.O.	sd	X ²	P	Anlamlı Fark
1)Köy-Kasaba	59	338,52	3	163,403	0,00	1-3 1-4 2-3
2)İlçe	101	317,85				2-4 3-4
3)Şehir	80	218,3				
4)Büyük Şehir	210	152,08				
Meslek	N	S.O.	sd	X ²	P	Anlamlı Fark
1)Emekli	222	263,36	3	127,706	0,00	1-2 1-3 1-4
2)Ev Hanımı	50	296,96				2-3 2-4
3)Memur	22	226,43				
4)Özel Sektör	156	148,58				

Tablo 5’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının aylık gelir düzeyi, eğitim durumu ve yaşanılan yerleşim yerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda aylık gelir düzeyi($X^2=184,342$ $sd=4$ $p<0,01$), eğitim durumu ($X^2=175,8342$ $sd=4$ $p<0,01$)ve yaşanılan yerleşim yeri($X^2=163,403$ $sd=4$

$p < 0,01$) gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla tamamlayıcı karşılaştırma teknikleri uygulanmıştır. Bu amaçla özel bir test bulunmadığından kaynaklı ikili karşılaştırmalarda uygulanan Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Analizlerin sonucunda aylık gelir düzeyi 1000-2000 TL olanların aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL ($U=2425,000$ $Z=-4,124$ $p < 0,01$), aylık gelir düzeyi 3000-4000 TL ($U=1114,000$ $Z=-9,616$ $p < 0,001$) aylık gelir düzeyi 5000 TL ve üzeri ($U=489,500$ $Z=-9,413$ $p < 0,01$) olanlara göre; aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL olanların 3000-4000 TL ($U=3702,500$ $Z=-8,755$ $p < 0,01$) ve 5000 TL ve üzeri ($U=1513,500$ $Z=-9,345$ $p < 0,01$) olanlara göre; aylık gelir düzeyi 3000-4000 TL olanların 5000 TL ve üzeri ($U=6089,000$ $Z=-3,895$ $p < 0,01$) olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır

Katılımcıların eğitim durumu ve sosyal medya bağımlılığı puanı arasındaki anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğu analiz edildiğinde eğitim durumu ilköğretim olanların lise ($U=2407,500$ $Z=-1,307$ $p < 0,01$), üniversite ($U=1348,500$ $Z=-10,338$ $p < 0,01$), yüksek lisans ve üzeri ($U=222,500$ $Z=-6,479$ $p < 0,001$) olanlara göre; eğitim durumu orta öğretim olanların lise ($U=1412,500$ $Z=-5,904$ $p < 0,01$), üniversite ($U=432,000$ $Z=-7,789$ $p < 0,01$), yüksek lisans ve üzeri olanlara göre ($U=62,000$ $Z=-5,878$ $p < 0,01$), eğitim durumu lise olanların eğitim durumu üniversite ($U=5191,500$ $Z=-4,710$ $p < 0,01$) ve yüksek lisans ve üzeri ($U=848,500$ $Z=-4,037$ $p < 0,01$) olanlara göre, eğitim durumu üniversite olanların eğitim durumu yüksek lisans ve üzeri olanlara göre ($U=909,500$ $Z=-1,755$ $p < 0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Eğitim durumu ilköğretim ve ortaöğretim olan katılımcıların sosyal medya bağımlılık puanlarında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($U=909,500$ $Z=-1,755$ $p > 0,05$).

Katılımcıların yaşadıkları yerleşim yeri ve sosyal medya bağımlılığı puanı arasındaki anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğu analiz edildiğinde köy-kasabada yaşayanların şehir ($U=936,500$ $Z=-6,084$ $p < 0,01$) ve büyük şehirde ($U=1482,500$ $Z=-8,959$ $p < 0,01$) yaşayanlara göre; ilçede yaşayanların şehir ($U=1858,500$ $Z=-6,248$

$p < 0,001$) ve büyük şehirde ($U=2927,500$ $Z=-10,369$ $p < 0,01$) yaşayanlara göre; şehirde yaşayanların büyük şehirde ($U=5371,000$ $Z=-4,766$ $p < 0,01$) yaşayanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Köy-kasabada yaşayanlar ile ilçede yaşayanlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmamıştır ($U=2447,500$ $Z=-1,895$ $p > 0,05$).

Katılımcıların meslekleri ve sosyal medya bağımlılığı puanı arasındaki anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğu analiz edildiğinde, ev hanımlarının emekli ($U=36864,500$ $Z=-3,366$ $p < 0,01$), memur ($U=67,500$ $Z=-5,925$ $p < 0,05$) ve özel sektör çalışanlarından ($U=540,500$ $Z=-9,197$ $p < 0,05$), emeklilerin memur ($U=980,500$ $Z=-4,640$ $p < 0,01$) ve özel sektör çalışanlarından ($U=6667,500$ $Z=-10,206$ $p < 0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Memur ve özel sektör çalışanları arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=1590,500$ $Z=-0,559$ $p > 0,05$).

Tablo 6 BSMBÖ Toplam Puanının Günlük Olarak İnternette Geçirdiğiniz Zamanın Ne Kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz ? İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz ?	N	SO	Sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)1-3 saat	207	121,014	2	270,4	0,00	1-2
2)3-6 saat	135	279,711				1-3
3)6 saat ve üzeri	108	358				2-3

Tablo 6’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz?” İfadesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz?” ifadesinin gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($X^2=270,4$ $sd=2$ $p < 0,01$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda internette geçirdiği zamanın 6 saat ve üzerini sosyal medyada

geçiren katılımcıların 3-6 saat ($U=2949,00$ $Z=-8,016$ $p<0,01$) ve 1-3 saat ($U=1209,000$ $Z=-13,049$ $p<0,01$) arasında geçiren katılımcılara göre; internete ayırdığı zamanın 3-6 saatini sosyal medyada geçiren katılımcıların 1-3 saatini sosyal medyada geçiren katılımcılara göre ($U=2313,000$ $Z=-13,084$ $p<0,01$) daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 7. BSMBÖ Toplam Puanının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Sosyal medya kullanım sıklığı	N	S.O	Sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Haftada bir kere	46	80,25	1	72,805027	0,00	1-2 1-3
2)Haftada iki kere	105	120,557				2-3
3)Haftada üç kere ve daha fazlası	299	284,699				

Tablo 7’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının sosyal medya kullanımı sıklığına göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda sosyal medya kullanım sıklığı gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($X^2=72,805027$ $sd=1$ $p<0,01$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda haftada üç kere ve daha fazla sosyal medya kullanımı olan katılımcıların haftada iki kere ($U=3847,500$ $Z=-3,405$ $p<0,01$) ve haftada bir kere sosyal medya kullanımı olan katılımcılardan ($U=1026,500$ $Z=-9,314$ $p<0,01$), haftada iki kere sosyal medya kullanımı olan katılımcıların haftada bir kere sosyal medya kullanımı olan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır ($U=1584,000$ $Z=-3,405$ $p<0,05$).

Tablo 8. BSMBÖ Toplam Puanının “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)1 yıldan az	60	91,0333	3	230,1375	0,00	1-2 1-3 1-4
2)1-3 yıl arası	161	153,839				2-3 2-4 3-4
3)4-6 yıl arası	144	284,028				
4)7 yıldan fazla	85	357				

Tablo 8’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının” Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?” ifadesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda “Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?” ifadesine verilen yanıtların gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($X^2=230,1375$ $sd=3$ $p<0,01$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda sosyal medyayı 6 yıldan fazla kullananların 4-6 yıl($U=3381,500$ $Z=-5,685$ $p<0,01$), 1-3 yıl($U=845,000$ $Z=-11,330$ $p<0,01$) ve 1 yıldan az kullananlardan($U=108,500$ $Z=-9,873$ $p<0,01$); 4-6 yıl arası kullananların 1-3 yıl arası($U=3994,000$ $Z=-9,873$ $p<0,01$) ve 1 yıldan az kullananlardan ($U=751,500$ $Z=-9,317$ $p<0,01$), 1-3 yıl arası kullananların 1 yıldan az kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığına sahip olduğu saptanmıştır ($U=2772,000$ $Z=-4,903$ $p<0,01$).

Tablo 9. BSMBÖ Toplam Puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Az bir zaman dilimini	149	100,19	3	275,575	0,00	1-2 1-3
2)Hemen hemen yarısını	60	186,67				1-4 2-3
3)Yarisından daha fazlasını	44	228,66				2-43-4
4)Neredeyse tamamını	197	331,40				

Tablo 9’da görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya

sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine verilen yanıtların gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur($X^2=230,1375$ $sd=3$ $p<0,01$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda internette geçirilen zamanın neredeyse tamamını sosyal medyada geçirenlerin sosyal medya bağımlılığı puanları yarısından daha fazla($U=1446,500$ $Z=-6,943$ $p<0,01$), hemen hemen yarısını($U=1344,500$ $Z=-9,097$ $p<0,001$), ve az bir zaman dilimini geçirenlerden($U=1267,500$ $Z=-14,604$ $p<0,01$), yarısından daha fazlasını geçirenlerin puanları hemen hemen yarısını ($U=714,000$ $Z=-3,996$ $p<0,01$), ve az bir zaman dilimini geçirenlerden($U=857,500$ $Z=-7,507$ $p<0,01$), hemen hemen yarısını geçirenlerin az bir zaman dilimini geçirenlerden($U=1628,500$ $Z=-7,245$ $p<0,01$), istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 10. BSMBÖ Toplam Puanının “Kendinizi Sosyal Medya Bağımlısı Olarak Görüyor Musunuz” İfadesine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?	N	S.O.	sd	X^2	p	Anlamlı Fark
1)Hayır	252	135,59	2	279,555	0,00	1-2 1-3
2)Kısmen	146	328,17				2-3
3)Evet	52	372,96				

Tablo 10’da görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda “kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine verilen yanıtların gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($X^2=279,555$ $sd=2$ $p<0,01$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Ya-

pılan analiz sonucunda evet yanıtı veren katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanları kısmen($U=2255,500$ $Z=-4,379$ $p<0,01$) ve hayır yanıtı($U=424,500$ $Z=-10,666$ $p<0,01$) verenlere göre, kısmen yanıtı veren katılımcıların hayır yanıtı verenlere göre($U=1866,000$ $Z=-14,979$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek puana sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 11. BSMBÖ Toplam Puanının Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, LinkedIn ve Foursquare Kullanım Sıklığı Değişkenlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Facebook	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	123	114,841	4	282	0,00	1 - 3 1-4 1-5
2)Az	46	129,913				2-3 2-4 2-5
3)Orta Düzeyde	99	191,056				3-4 3-5 4-5
4)Sık	46	289,62				
5)Çok Sık	136	361,298				
Youtube	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	272	179,031	4	132	0,00	1-2 1-3 1-4 1-5
2)Az	31	226,145				2-4 2-5
3)Orta Düzeyde	68	252,338				3-4 3-5 4-5
4)Sık	27	310,148				
5)Çok Sık	52	389,135				
Twitter	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	269	245,359	4	29	0,00	1-3 1-4
2)Az	44	209,727				2-5 3-5 4-5
3)Orta Düzeyde	88	168,79				
4)Sık	27	196,222				
5)Çok Sık	22	277				
Instagram	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	112	148,362	4	183	0,00	1-3 1-4 1-5
2)Az	59	128,864				2-3 2-4 2-5
3)Orta Düzeyde	124	214,266				3-4 3-5 4-5
4)Sık	45	265,144				
5)Çok Sık	110	352,318				
LinkedIn	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	414	236,034	2	35	0,00	1-2 1-3
2)Az	15	126,167				
3)Orta Düzeyde	21	88,7857				
Foursquare	N	Sıralar Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
1)Çok Az	446	225,876	3	2,1	0,5423	-
2)Az	2	115,75				
3)Sık	1	178,5				
4)Çok Sık	1	324,5				

Tablo 11’da görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği sıralar ortalamalarının Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, LinkedIn ve Foursquare kullanım sıklığına göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda Facebook($X^2=282$ sd=4 $p<0,01$), Youtube($X^2=132$ sd=4 $p<0,01$), Twitter($X^2=29$ sd=4 $p<0,01$), Instagram($X^2=183$ sd=4 $p<0,01$), LinkedIn ($X^2=35$ sd=2 $p<0,01$) Kullanım sıklığı gruplarının sıralar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Foursquare kullanım sıklığı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanamamıştır ($X^2=2,1$ sd=3 $p>0,05$)

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda Facebook’u çok sık kullanan katılımcıların sık ($U=1316,000$ $Z=-5,922$ $p<0,01$), orta düzeyde ($U=965,500$ $Z=-11,249$ $p<0,01$), az ($U=53,000$ $Z=-10,020$ $p<0,01$) ve çok az ($U=549,000$ $Z=-13,037$ $p<0,01$) kullananlara göre; sık kullanan katılımcıların orta düzeyde($U=960,500$ $Z=-5,602$ $p<0,01$), az ($U=342,500$ $Z=-8,835$ $p<0,01$)ve çok az($U=342,500$ $Z=$ $p<0,01$) kullananlara göre; orta düzeyde kullanan katılımcıların az($U=1435,500$ $Z=-3,585$ $p<0,01$) ve çok az($U=3257,00$ $Z=-5,989$ $p<0,01$) kullanan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığına sahip olduğu az kullanan ve çok az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır($U=2351,000$ $Z=-1,707$ $p>0,05$).

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanı ve Youtube kullanım sıklığı ile arasında saptanan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda Youtube’u çok sık kullanan katılımcıların sık($U=322,500$ $Z=-7513$ $p<0,01$), orta düzey($U=359,500$ $Z=-7,513$ $p<0,01$), az($U=139,000$ $Z=-6,376$ $p<0,01$) ve çok az($U=1018,000$ $Z=-5,096$ $p<0,01$) kullanan kullanan katılımcılara; Youtube’u sık kullanan katılımcıların orta düzey($U=608,500$ $Z=-2,796$ $p<0,01$) ve çok az($U=1495,500$ $Z=-5,096$ $p<0,01$) kullanan katılımcılara göre; Youtube’u orta düzeyde kullanan katılımcıların çok az($U=5841,000$ $Z=-4,713$ $p<0,01$) kullanan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek

sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda Youtube'u az ve orta düzeyde kullananlar ($U=918,00$ $Z=-1,028$ $p>0,05$) arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Twitter'ı çok sık kullananların sık ($U=200,000$ $Z=-1,967$ $p<0,05$), orta düzeyde ($U=592,000$ $Z=-2,822$ $p<0,05$) ve az kullananlara ($U=331,500$ $Z=-2,083$ $p<0,05$) göre; Twitter'ı sık kullananların çok az kullananlara göre ($U=2788,000$ $Z=-1,994$ $p<0,05$); Twitter'ı orta düzeyde kullananların çok az kullananlara göre ($U=7810,000$ $Z=-4,802$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Analizler sonucunda ise çok sık kullananlar ile çok az kullananlar arasında ($U=2451,500$ $Z=-1,341$ $p>0,05$), az kullananlar ile çok az kullananlar arasında ($U=4938,000$ $Z=-1,765$ $p>0,05$), orta düzeyde kullananlar ile sık kullananlar arasında ($U=988,000$ $Z=-1,325$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Instagram'ı çok sık kullananların sık ($U=1179,500$ $Z=-5,153$ $p<0,01$), orta düzeyde ($U=2144,0000$ $Z=-9,079$ $p<0,01$), az ($U=207,000$ $Z=-10,068$ $p<0,01$) ve çok az ($U=1219,500$ $Z=-10,369$ $p<0,01$), kullananlara göre; Instagram'ı sık kullananların orta düzeyde ($U=2026,500$ $Z=-2,720$ $p>0,05$), az ($U=$ $Z=$ $p<0,01$) ve çok az kullananlara göre ($U=$ $Z=$ $p<0,01$), Instagram'ı orta düzeyde kullananların az ($U=2045,000$ $Z=-4,828$ $p<0,01$) ve çok az kullananlara göre ($U=2045,000$ $Z=-4,828$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ise Instagram'ı çok az ve az kullananlar ($U=3181,000$ $Z=-,403$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Linkedin'i çok az kullananların az ($U=1571,500$ $Z=-3,258$ $p<0,01$) ve orta düzeyde ($U=1519,500$ $Z=-5,042$ $p<0,01$), kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda az ve orta düzeyde kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=114,000$ $Z=-1,417$ $p>0,05$).

Tablo 12. ÇBASDÖ Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	S.O.	S.T.	U	Z	P
ÇBASDÖ Toplam Puanı	Kadın	128	176,8125	22632	14376	-5,0089	0,00
	Erkek	322	244,854	78843			
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	Kadın	128	187,3086	23975,5	15720	-3,9761	0,00
	Erkek	322	240,6817	77499,5			
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	Kadın	128	177,2227	22684,5	14429	-4,9879	0,00
	Erkek	322	244,691	78790,5			
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	Kadın	128	179,1406	22930	14674	-4,8080	0,00
	Erkek	322	243,9286	78545			

Tablo 12’de görüldüğü üzere katılımcıların çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile, özel insan ve arkadaş alt ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere non-parametrik Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonucunda erkekler lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Tablo 12’de görüldüğü üzere erkeklerin çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden aldıkları puan(U=143796 Z=-5,00895 p<0,01), çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile alt ölçeği(U=15720, Z=-3,97616 p<0,01), özel insan alt ölçeği(U=14429 Z=-4,98797 p<0,01) ve arkadaş alt ölçeğinden(U=146974 Z=-4,80802 p<0,01) aldıkları puan kadınlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır.

Tablo 13. ÇBASDÖ Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları

Ölçek	Medeni Durum	n	S.O	S.T	U	Z	P
ÇBASDÖ Toplam Puanı	Evli	301	262	78949,5	11350,5	-8,533	0,00
	Bekar	149	151	22525,5			
ÇBASDÖ Aile Alt Bo- yutu	Evli	301	266	80028,5	10271,5	-9,476	0,00
	Bekar	149	144	21446,5			
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	Evli	301	249	74970	15330	-5,49	0,00
	Bekar	149	178	26505			
ÇBASDÖ Ar- kadaş Alt Bo- yutu	Evli	301	253	76171,5	14128,5	-6,444	0,00
	Bekar	149	170	25303,5			

Tablo 13’de görüldüğü üzere katılımcıların çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile, özel insan ve arkadaş alt ölçeklerinden aldıkları puanların Medeni duruma göre anlamlı bir şekilde farklılaşarak farklılaşmadığını belirlemek üzere non-parametrik Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonucunda evliler lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Tablo 13’de görüldüğü üzere erkeklerin çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden aldıkları toplam puan($U=13350,500$ $Z=-8,533$ $p<0,01$), çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile alt ölçeği($U=10271,500$ $Z=-9,476<0,01$), özel insan alt ölçeği($U=15330,000$ $Z=-5490$ $p<0,01$) ve arkadaş alt ölçeğinden($U=14128,500$ $Z=-6,444$ $p<0,01$) aldıkları puan bekarlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır.

Tablo 14. ÇBASDÖ Puanlarının Aylık Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşarak Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Aylık gelir düzeyi	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)1000-2000 TL	67	99,6343	3	172	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)2000-3000 TL	114	149,689				2-3 2-4 3-4
	3)3000-4000 TL	168	273,202				
	4)5000 TL ve üzeri	101	315,218				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)1000-2000 TL	67	127,71	3	147	0,00	1-3 1-4 2-3
	2)2000-3000 TL	114	143				2-4 3-4
	3)3000-4000 TL	168	272,53				
	4)5000 TL ve üzeri	101	305,27				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)1000-2000 TL	67	102,07	3	139	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)2000-3000 TL	114	166,81				2-3 2-4 3-4
	3)3000-4000 TL	168	268,03				
	4)5000 TL ve üzeri	101	302,88				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)1000-2000 TL	67	109,18	3	133	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)2000-3000 TL	114	166,7				2-3 2-4 3-4
	3)3000-4000 TL	168	262,9				
	4)5000 TL ve üzeri	101	306,82				

Tablo 14’de görüldüğü üzere katılımcıların aylık gelir düzeyi ile ÇBASDÖ toplam puanı ile ÇBASDÖ aile altboyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşarak farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanlarının Aylık gelir düzeyi ile($X^2=172,3$ $sd=3$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanlarının aylık gelir düzeyi ile($X^2=147,3$ $sd=3$

$p < 0,01$) , ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanlarının aylık gelir düzeyi ile ($X^2=132,5$ $sd=3$ $p < 0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanlarının ($X^2=132$ $sd=4$ $p < 0,01$) aylık gelir düzeyi ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda Aylık gelir düzeyi 5000TL ve üzeri olanların 3000-4000TL ($U=6621,500$ $Z=-3,016$ $p < 0,01$), 2000-3000 TL ($U=1592,000$ $Z=-9,153$ $p < 0,01$) ve 1000-2000TL ($U=349,500$ $Z=-9,340$ $p < 0,01$) olanlara göre aylık gelir düzeyi 4000-3000TL olanların 2000-3000 TL ($U=4092,500$ $Z=-8,163$ $p < 0,01$ ve 1000-2000TL ($U=1235,000$ $Z=-9,340$ $p < 0,01$) olanlara göre, aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL olanların 10000-2000 TL ($U=2813,000$ $Z=-2,961$ $p < 0,05$) olanlara göre ÇBASDÖ toplam puanları istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy-U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanlarının aylık gelir düzeyi 5000TL ve üzeri olanların 3000-4000TL ($U=7268,000$ $Z=-2,044$ $p < 0,05$), 2000-3000 TL ($U=1758,000$ $Z=-8,906$ $p < 0,01$) ve 1000-2000TL ($U=542,000$ $Z=-9,314$ $p < 0,01$) olanlara göre aylık gelir düzeyi 4000-3000TL olanların 2000-3000 TL ($U= 4240,500$ $Z=-8,051$ $p < 0,01$) ve 1000-2000TL ($U=1847,000$ $Z=-8,132$ $p < 0,01$) olanlara göre, göre ÇBASDÖ aile alt boyutu toplam puanları istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL olan katılımcılarla 1000-2000 TL olan katılımcıların ($U=3748,500$ $z=-,210$ $p > 0,05$), ÇBASDÖ aile alt boyutu toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan analiz sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanlarının aylık gelir düzeyi 5000TL ve üzeri olanların 3000-4000 TL ($U=7029,000$ $Z=-2,359$ $p < 0,01$), 2000-3000 TL ($U=22227,500$ $Z=-7,781$ $p < 0,01$) ve 1000-2000TL ($U=552,500$ $Z=-9,232$ $p < 0,01$) olanlara göre aylık gelir düzeyi 4000-3000TL olanların 2000-3000 TL ($U=5067,000$ $Z=-6,734$ $p < 0,01$) ve 1000-2000TL ($U=1537,500$ $Z=-8,746$ $p < 0,01$) olanlara göre, aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL olanların 10000-2000 TL ($U=2471,000$ $Z=$ $p < 0,01$) olanlara istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan analiz sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanlarının aylık gelir düzeyi 5000TL ve üzeri olanların 3000-4000TL(U=6729,000 Z=-2,847 p<0,05), 2000-3000 TL(U=2103,500 Z=-8,078 p<0,01) ve 1000-2000TL(U=578,500 Z=-9,188 p<0,01) olanlara göre, aylık gelir düzeyi 4000-3000TL olanların 2000-3000 TL(U=5348,500 Z=-6,335 p<0,01) ve 1000-2000TL(U=1817,000 Z=-8,188 p<0,01) olanlara göre, aylık gelir düzeyi 2000-3000 TL olanların 10000-2000 TL (U=2641,500 Z=-3,622 p<0,01) göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır.

Tablo 15. ÇBASDÖ Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Eğitim Düzeyi	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)İlköğretim	126	131,81	4	140	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)Ortaöğretim	44	154,65				1-5 2-3 2-4
	3)Lise	154	253,24				2-5 3-4 3-5
	4)Üniversite	103	304,21				
	5)Yüksek Lisans ve Üzeri	23	336,09				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)İlköğretim	126	135,45	4	135	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Ortaöğretim	44	158,81				2-3 2-4 2-5
	3)Lise	154	248,63				3-4 3-5
	4)Üniversite	103	306,42				
	5)Yüksek Lisans ve Üzeri	23	329,15				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)İlköğretim	126	145,43	4	99	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Ortaöğretim	44	170,4				2-3 2-4 2-5
	3)Lise	154	250,69				3-4 3-5
	4)Üniversite	103	287,78				
	5)Yüksek Lisans ve Üzeri	23	321,98				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)İlköğretim	126	148,07	4	102	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Ortaöğretim	44	163,51				2-3 2-4 2-5
	3)Lise	154	245,74				3-4 3-5
	4)Üniversite	103	295,17				
	5)Yüksek Lisans ve Üzeri	23	320,76				

Tablo 15’de görüldüğü üzere katılımcıların eğitim düzeyi ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanlarının eğitim düzeyi ile(X²=140 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanlarının aylık eğitim düzeyi ile(X²=135 sd=4 p<0,01) , ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanlarının eğitim düzeyi ile(X²=98,6 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanlarının(X²=102 sd=4 p<0,01) eğitim düzeyi ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanların lise ($U=1070,000$ $z=-3,059$ $p<0,01$), ortaöğretim($U=178,000$ $z=-4,335$ $p<0,01$) ve ilköğretim olanlara göre ($U=205,000$ $z=-6,543$ $p<0,01$), eğitim durumu üniversite olanların lise($U=6037,000$ $z=-3,245$ $p<0,05$), ortaöğretim($U=886,500$ $z=-5,838$ $p<0,01$) ve ilköğretim olanlara göre($U=1385,000$ $z=-10,238$ $p<0,01$) eğitim durumu lise olanların ortaöğretim($U=1095,500$ $z=-4,425$ $p<0,01$) ve ilköğretim olanlara göre ($U=4318,00$ $z=-7,991$ $p<0,01$) eğitim durumu ortaöğretim olanların ilköğretim olanlara göre ($U=2699,500$ $z=-,258$ $p<0,01$) ÇBASDÖ toplam puanı istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Analiz sonucunda ise eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanlarla üniversite olanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=914,000$ $z=-1,709$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanların lise ($U=1095,000$ $Z=-2,999$ $p<0,01$), ortaöğretim($U=163,000$ $Z=-4,611$ $p<0,01$) ve ilköğretim olanlara göre ($U=238,000$ $Z=-6439$ $p<0,01$) eğitim durumu üniversite olanların lise($U=5746,000$ $z=-3,842$ $p<0,01$), ortaöğretim($U=868,000$ $z=-6,120$ $p<0,001$) ve ilköğretim olanlara göre($U=1583,000$ $z=-9,954$ $p<0,01$) eğitim durumu lise olanların ortaöğretim($U=2020,000$ $z=-4,126$ $p<0,01$) ve ilköğretim olanlara göre ($U=1583,000$ $z=-9,954$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Analiz sonucunda ise eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanlarla üniversite olanlarla ($U=1030,500$ $Z=-1,041$ $p>0,05$), eğitim düzeyi ilköğretim olanların ortaöğretim olanlarla ($U=2597,500$ $Z=-,632$ $p>0,05$) ÇBASDÖ aile alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanların ortaöğretim($U=184,500$ $z=-4,269$ $p<0,001$), ilköğretim($U=319,500$ $z=-6,043$ $p<0,01$) ve lise ($U=1210,500$ $z=-2,449$ $p<0,05$) olanlara göre, eğitim düzeyi üniversite olanların ortaöğretim($U=1140,500$ $z=-4,775$ $p<0,01$) ve ilköğretim($U=5127,000$ $z=-6,839$ $p<0,01$) olanlara göre, eğitim dü-

zeyi lise olanların ortaöğretim(U=2186,500 z=-3,596 p<0,01) ve ilköğretim(U=5127,000 z=-6,839 p<0,01) olanlara göre eğitim düzeyi ilköğretim olanların ortaöğretim olanlarla (U=2548,000 z=-0,818 p<0,01)göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanların eğitim düzeyi üniversite olanlarla (U=977,000 z=-1,314 p>0,05), eğitim düzeyi üniversite olanların eğitim düzeyi lise olanlarla (U=6594,000 Z=-2,293 p>0,05) ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanların lise (U=1213,500 z=-2,442 p<0,05), ortaöğretim(U=187,000 z=-4,273 p<0,01) ve ilköğretim(U=307,500 z=-6,158 p<0,01) olanlara göre, eğitim düzeyi üniversite olanların lise(U=6292,000 z=-2,815 p<0,05), ortaöğretim(U=999,000 z=-5,381 p<0,01) ve ilköğretim(U=2046,500 z=-9,000 p<0,01) olanlara göre, eğitim düzeyi lise olanların ortaöğretim(U=2208,500 z=-3,550 p<0,01) ve ilköğretim(U=5567,500 z=-6,224 p<0,01) olanlara göre eğitim düzeyi orta öğretim olanların ilköğretim olanlara göre (U=2548,000 z=-0,818 p<0,05) ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Eğitim düzeyi yüksek lisans ve üzeri olanlarla eğitim düzeyi üniversite olanların ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır(p>0,05)

Tablo 16. ÇBASDÖ Puanlarının Meslek Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Meslek	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Emekli	222	177,85	3	136	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)Ev Hanımı	50	129,8				2-3 2-4
	3)Memur	22	334,23				
	4)Özel Sektör	156	308,64				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Emekli	222	177,18	3	113	0,00	1-2 1-3
	2)Ev Hanımı	50	158,51				1-4 2-3
	3)Memur	22	295,66				2-4
	4)Özel Sektör	156	305,84				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Emekli	222	194,34	3	105	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)Ev Hanımı	50	114,07				2-3 2-4
	3)Memur	22	335,61				
	4)Özel Sektör	156	290,03				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Emekli	222	184,44	3	112	0,00	1-2 1-3 1-4
	2)Ev Hanımı	50	134,65				2-3 2-4
	3)Memur	22	333,73				
	4)Özel Sektör	156	297,79				

Tablo 16’da görüldüğü üzere katılımcıların Meslekleri ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların meslekleri ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ($X^2=136,1$ sd=3 $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı ($X^2=112,6$ sd=3 $p<0,001$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı ($X^2=104,6$ sd=3 $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu ($X^2=111,8$ sd=3 $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının memurlarda emekli ($U=880,500$ $z=-4,948$ $p<0,01$) ve ev hanımlarına ($U= 131,000$ $z=-5,129$ $p<0,01$) göre; emeklilerin ev hanımlarına ($U= 4205,000$ $z= -2,679$ $p<0,05$) göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda özel sektör çalışanları ve memurlar arasında ($U= 1304,500$ $z=-1,820$ $p>0,05$) ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının özel sektör çalışanlarının ev hanımları ($U=7587,500$ $Z=-9,439$ $p<0,01$) ve emeklilerden ($U=7587,500$ $Z=-3,836$ $p<0,01$), memurların emekli ve ev hanımlarından ($U=1244,000$ $Z=-3,836$ $p<0,01$) emeklilerin ev hanımlarına göre ($U=5350,000$ $Z=-,402$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Özel sektör çalışanları ve memurlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=1709,500$ $Z=-,030$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının özel sektör çalışanlarının ev hanımları ($U=7587,500$ $Z=-9,439$ $p<0,01$) ve emeklilerden ($U=7587,500$ $Z=-3,836$ $p<0,01$), memurların emekli ve ev hanımlarından ($U=1244,000$ $Z=-3,836$ $p<0,01$) emeklilerin ev hanımlarına göre ($U=5350,000$ $Z=-,402$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Özel sektör çalışanları ve memurlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=1709,500$ $Z=-,030$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının Memurların ev hanımı (U=136,500 Z=-5,213 p<0,001) ve emeklilerden (U=841,500 Z=-5,130 p<0,001), özel sektör çalışanlarının ev hanımı (U=1348,000 Z=-6,997 p<0,001) ve emeklilerden (U=8224,500 Z=-8,748 p<0,01), emeklilerin ev hanımlarından (U=3973,000 Z=-3,209 p<0,05) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde Özel sektör ve memurlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır (U=1349,000 Z=-1,627 p>0,05).

Tablo 17. ÇBASDÖ Puanlarının Yaşanılan Yerleşim Yerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Yerleşim Yeri	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Köy-Kasaba	59	116,38	141,958	3	0,00	1-2 1-3
	2)İlçe	101	136,06				1-4 2-3
	3)Şehir	80	254,91				2-4 3-4
	4)Büyük Şehir	210	287,97				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Köy-Kasaba	59	126,46	140,588	3	0,00	1-3 1-4
	2)İlçe	101	134,84				2-3 2-4
	3)Şehir	80	242,23				3-4
	4)Büyük Şehir	210	290,56				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Köy-Kasaba	59	133,22	97,045	3	0,00	1-2 1-3
	2)İlçe	101	152,05				1-4 2-3
	3)Şehir	80	261,15				2-4
	4)Büyük Şehir	210	273,17				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Köy-Kasaba	59	128,36	96,123	3	0,00	1-2 1-3
	2)İlçe	101	158,54				1-4 2-3
	3)Şehir	80	247,14				2-4
	4)Büyük Şehir	210	276,75				

Tablo 17’de görüldüğü üzere katılımcıların yaşadıkları yerleşim yeri ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek -ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile altboyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların yerleşim yeri ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı((X²=141,958 sd=3 p<0,05), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı(X²=140,588 sd=3 p<0,05), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı(X²=97,045 sd=3 p<0,05), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu(X²=96,123 sd=3 p<0,01) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanın büyük şehirde yaşayanlarda şehir ($U=6953,000$ $Z=-2,268$ $p<0,01$), ilçe ($U=3513,500$ $Z=-9,553$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=1614,500$ $Z=-8,678$ $p<0,01$); şehirde yaşayanların ilçe($U=1787,500$ $Z=-6,438$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=813,000$ $Z=-6,596$ $p<0,01$); ilçede yaşayanların köy kasabada yaşayanlara göre($U=2669,000$ $Z=-1,100$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanın büyük şehirde yaşayanlarda şehir ($U=6458,500$ $Z=-3,140$ $p<0,05$), ilçe($U=3350,500$ $Z=-9,939$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U= 1729,000$ $Z=-8,666$ $p<0,01$); şehirde yaşayanların ilçe($U=2030,000$ $Z=-5,787$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=1090,000$ $Z=-5,456$ $p<0,01$); istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ilçede yaşayanlar ile köy kasabada yaşayanların puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=2872,000$ $Z=-,388$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanın büyük şehirde yaşayanlarda ilçe($U=4815,500$ $Z=-7,824$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=2539,500$ $Z=-6,956$ $p<0,01$); şehirde yaşayanların ilçe($U=1982,000$ $Z=-5,908$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=1000,0000$ $Z=-5,843$ $p<0,01$); İlçede yaşayanların köy-kasabada yaşayanlara göre ($U=255,500$ $Z=-1,549$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda büyük şehir ve şehirde yaşayanların puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=7834,000$ $Z=-,889$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanın büyük şehirde yaşayanlarda ilçe($U=49343,000$ $Z=-7,683$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=2287,500$ $Z=-7,451$ $p<0,01$); şehirde yaşayanların ilçe($U=2379,000$ $Z=-4,802$ $p<0,01$) ve köy-kasabada yaşayanlara göre($U=1105,500$ $Z=-5,436$ $p<0,01$); İlçede yaşayanların köy-kasabada yaşayanlara göre ($U=2410,500$ $Z=-2,085$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda büyük şehir ve şehirde yaşayanların puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=7216,000$ $Z=-1,861$ $p>0,05$).

Tablo 18. ÇBASDÖ Puanlarının “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyada geçiriyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Günlük olarak İnternette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyaya ayırıyorsunuz ?	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ	1-3 saat	207	314,78	2	194,7	0,00	1-2
Toplam	3-6 saat	135	177,27				1-3
Puan	6 saat ve üzeri	108	114,66				2-3
ÇBASDÖ	1-3 saat	207	313,11	2	189,9	0,00	1-2
Aile Alt	3-6 saat	135	175,97				1-3
Boyutu	6 saat ve üzeri	108	119,5				2-3
ÇBASDÖ	1-3 saat	207	297,17	2	125	0,00	1-2
Özel İnsan	3-6 saat	135	184,75				1-3
Alt Boyutu	6 saat ve üzeri	108	139,07				2-3
ÇBASDÖ	1-3 saat	207	301,51	2	143	0,00	1-2
Arkadaş	3-6 saat	135	183,95				1-3
Alt B.	6 saat ve üzeri	108	131,75				2-3

Tablo 18’de görüldüğü üzere katılımcıların “Günlük olarak İnternette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyaya ayırıyorsunuz ?” ifadesine verdiği yanıtlar ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların “Günlük olarak İnternette geçirdiğiniz zamanın ne kadarını sosyal medyaya ayırıyorsunuz ?” ifadesine verdiği yanıtlar ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı($X^2=194,7$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=189,9$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=125$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=143$ $sd=2$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanın günlük olarak internette geçirdiği zamanın 1-3 saatini sosyal medyaya ayıranlarda 3-6 saat ($U=4812,000$ $Z=-10,253$ $p<0,01$) ile 6 saat ve üzerini ($U=1857,000$ $Z=-12,153$ $p<0,01$) ayıranlara göre, 3-6 saatini ayıranların 6 saat ve üzerini ayıranlara göre ($U=4640,000$

$Z=-4,872$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının günlük olarak internette geçirdiği zamanın 1-3 saatini sosyal medyaya ayıranlarda 3-6 saat ($U=5013,000$ $Z=-10,236$ $p<0,01$) ile 6 saat ve üzerini ($U=2003,000$ $Z=-12,209$ $p<0,01$) ayıranlara göre, 3-6 saatini ayıranların 6 saat ve üzerini ayıranlara göre ($U=5017,500$ $Z=-4,216$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının günlük olarak internette geçirdiği zamanın 1-3 saatini sosyal medyaya ayıranlarda 3-6 saat ($U=6622,500$ $Z=-8,248$ $p<0,01$) ile 6 saat ve üzerini ($U=3692,500$ $Z=-9,791$ $p<0,01$) ayıranlara göre, 3-6 saatini ayıranların 6 saat ve üzerini ayıranlara göre ($U=5441,500$ $Z=-3,440$ $p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının günlük olarak internette geçirdiği zamanın 1-3 saatini sosyal medyaya ayıranlarda 3-6 saat ($U=6191,500$ $Z=-8,738$ $p<0,01$) ile 6 saat ve üzerini ($U=3224,500$ $Z=-10,436$ $p<0,01$) ayıranlara göre, 3-6 saatini ayıranların 6 saat ve üzerini ayıranlara göre ($U=5118,500$ $Z=-4,108$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Tablo 19. ÇBASDÖ Puanlarının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Sosyal medya kullanım sıklığı	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Haftada bir kere	46	324,41	2	99,29	0,00	1-3
	2)Haftada iki kere	105	305,31				2-3
	3)Haftada üç kere ve daha fazlası	299	182,26				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Haftada bir kere	46	297,48	2	216	0,00	1-3
	2)Haftada iki kere	105	308,68				2-3
	3)Haftada üç kere ve daha fazlası	299	185,22				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Haftada bir kere	46	320,72	2	125	0,00	1-3
	2)Haftada iki kere	105	285,02				2-3
	3)Haftada üç kere ve daha fazlası	299	189,95				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Haftada bir kere	46	314,46	2	77,01	0,00	1-3
	2)Haftada iki kere	105	293,91				2-3
	3)Haftada üç kere ve daha fazlası	299	187,79				

Tablo 19’da görüldüğü üzere katılımcıların sosyal medya kullanım sıklığı ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların sosyal medya kullanım sıklığı ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı($X^2=99,29$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=216$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=125$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=77,01$ $sd=2$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanının sosyal medyayı haftada bir kere kullananlarda haftada üç kere ve daha fazla kullananlara göre ($U=2657,500$ $Z=-6,703$ $p<0,01$), haftada iki kere kullananların haftada üç kere ve daha fazla kullananlara ($U=6987,000$ $Z=-8,465$ $p<0,01$) göre istatistik-

sel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda hafta bir kere kullananlar ile haftada iki kere kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($U=2084,500$ $Z=-1,3337$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanın sosyal medyayı haftada bir kere kullananlarda haftada üç kere) ve daha fazla kullananlara göre ($U=3366,500$ $Z=-5,621$ $p<0,01$), haftada iki kere kullananların haftada üç kere ve daha fazla kullananlara ($U=7163,500$ $Z=-8,391$ $p<0,01$)göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda hafta bir kere kullananlar ile haftada iki kere kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($U=2215,500$ $Z=-0,845$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanın sosyal medyayı haftada bir kere kullananlarda haftada üç kere ve daha fazla kullananlara göre ($U=2940,000$ $Z=-6,292$ $p<0,01$), haftada iki kere kullananların haftada üç kere ve daha fazla kullananlara göre ($U=9005,000$ $Z=-6,540$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda hafta bir kere kullananlar ile haftada iki kere kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($U=1972,000$ $Z=-1,795$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanın sosyal medyayı haftada bir kere kullananlarda haftada üç kere ve daha fazla kullananlara göre ($U=2986,500$ $Z=-6,256$ $p<0,05$), haftada iki kere kullananların haftada üç kere ve daha fazla kullananlara ($U=8312,500$ $Z=-7,524$ $p<0,05$) göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda hafta bir kere kullananlar ile haftada iki kere kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($U=2213,500$ $Z=-0,817$ $p>0,05$).

Tablo 20. ÇBASDÖ Puanlarının Facebook Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Facbook kullanım sıklığı	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamli Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	123	319,91	4	216	0,00	1-3 1-4
	2)Az	46	320,29				1-5 2-3
	3)Orta düzeyde	99	250,7				2-4 2-5
	4)Sık	46	181,29				3-4 3-5
	5)Çok Sık	136	104,66				4-5
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	123	311,48	4	190	0,00	1-3 1-4
	2)Az	46	318,55				1-5 2-3
	3)Orta düzeyde	99	246,2				2-4 2-5
	4)Sık	46	190,93				3-4 3-5
	5)Çok Sık	136	112,89				4-5
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	123	301,66	4	147	0,00	1-3 1-4
	2)Az	46	305,63				1-5 2-3
	3)Orta düzeyde	99	249,29				2-4 2-5
	4)Sık	46	179,86				3-4 3-5
	5)Çok Sık	136	127,63				4-5
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	123	312,02	4	165	0,00	1-3 1-4
	2)Az	46	301,97				1-5 2-3
	3)Orta düzeyde	99	243,06				2-4 2-5
	4)Sık	46	184,79				3-4 3-5
	5)Çok Sık	136	122,37				4-5

Tablo 20’de görüldüğü üzere katılımcıların Facebook kullanım sıklığı ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların Facebook kullanım sıklığı ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı((X²=215,9 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı(X²=189,6 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı(X²=147 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu(X²=164,9 sd=4 p<0,01) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanın Facebook’u çok az kullananların orta düzeyde (U=3877,000 Z=-4,651 p<0,01), sık

($U=1007,500$ $Z=-6,437$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=783,000$ $Z=-12,600$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların orta düzeyde ($U=1446,500$ $Z=-3,530$ $p<0,01$) sık ($U=376,000$ $Z=-5,329$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=2000,000$ $Z=-9,204$ $p<0,01$), orta düzeyde kullananların sık($U=1472,500$ $Z=-3,419$ $p<0,01$) ve çok sık($U=2000,000$ $Z=-9,204$ $p<0,01$) kullananlara göre, sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=1853,500$ $Z=-4,134$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda çok az ve az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=2827,500$ $Z=-,005$ $p>0,05$).

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının Facebook'u çok az kullananların orta düzeyde ($U=4173,500$ $Z=-4,156$ $p<0,01$), sık ($U=1250,000$ $Z=-5,762$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=1158,000$ $Z=-12,090$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların orta düzeyde ($U=1479,500$ $Z=-3,473$ $p<0,05$) sık ($U=438,000$ $Z=-4,952$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=389,500$ $Z=-8,953$ $p<0,001$), orta düzeyde kullananların sık ($U=1662,500$ $Z=-2,637$ $p<0,05$) ve çok sık kullananlara göre ($U=2584,500$ $Z=-8,137$ $p<0,01$), sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=$ $Z=$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda çok az ve az kullananlar ($U=2704,500$ $Z=-,469$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının Facebook'u çok az kullananların orta düzeyde ($U=4371,500$ $Z=-3,617$ $p<0,01$), sık ($U=1305,500$ $Z=-5,397$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=2198,500$ $Z=-10,304$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların orta düzeyde ($U=1592,000$ $Z=-2,918$ $p<0,05$) sık ($U=458,000$ $Z=-4,711$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=765,000$ $Z=-7,742$ $p<0,001$), orta düzeyde kullananların sık($U=1497,500$ $Z=-3,328$ $p<0,05$) ve çok sık($U=2754,000$ $Z=-7,803$ $p<0,01$) kullananlara göre, sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=2324,500$ $Z=-2,655$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şe-

kilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda çok az ve az kullananlar arasında ($U=2791,000$ $Z=-,135$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının Facebook’u çok az kullananların orta düzeyde ($U=3913,500$ $Z=-4,585$ $p<0,01$), sık ($U=1171,00$ $Z=-5,874$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=1701,000$ $Z=-11,218$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların orta düzeyde ($U=1594,500$ $Z=-2,908$ $p<0,05$) sık ($U=490,500$ $Z=-4,453$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=$ $Z=-8,061$ $p<0,01$), orta düzeyde kullananların sık($U=1581,000$ $Z=-2,976$ $p<0,05$) ve çok sık($U=2832,000$ $Z=-7,769$ $p<0,01$) kullananlara göre, sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=$ $Z=$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda çok az ve az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=2683,000$ $Z=-,517$ $p>0,05$).

Tablo 21. ÇBASDÖ Puanlarının Youtube Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Youtube kullanım sıklığı	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	272	261,79	4	94	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	31	258,79				2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	68	203,19				3-4 3-5
	4)Sık	27	138,28				
	5)Çok Sık	52	90,29				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	272	260,76	4	79	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	31	227,74				2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	68	207,72				3-4 3-5
	4)Sık	27	147,2				
	5)Çok Sık	52	103,64				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	272	253,8	4	64	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	31	269,84				2-3 2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	68	204				3-5 4-5
	4)Sık	27	158,33				
	5)Çok Sık	52	114,01				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	272	256,78		74	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	31	270				2-3 2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	68	200,46				3-4 3-5
	4)Sık	27	142,41				
	5)Çok Sık	52	111,24				

Tablo 21’de görüldüğü üzere katılımcıların Youtube kullanım sıklığı ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu,

ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların Youtube kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı($X^2=93,64$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=78,62$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=64,36$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=164,9$ $sd=4$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının Youtube'u çok az kullananların az ($U=4140,500$ $Z=-,163$ $p<0,01$), orta düzeyde ($U=6614,500$ $Z=-3,634$ $p<0,01$), sık ($U=1641,500$ $Z=-4,741$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=1789,500$ $Z=-8,538$ $p<0,001$) kullananlara göre, az kullananların sık ($U=221,000$ $Z=-3,081$ $p<0,05$) ve çok sık ($U=291,000$ $Z=-4,855$ $p<0,01$) kullananlara göre, orta düzeyde kullananların sık($U=611,500$ $Z=-2,531$ $p>0,05$) ve çok sık ($U=714,000$ $Z=-5,588$ $p<0,01$) kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ise az kullananlar ile orta düzeyde kullananlar arasında($U=810,000$ $Z=-1,842$ $p>0,05$) sık ve çok sık kullananlar arasında($U=522,500$ $Z=-1,860$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının Youtube'u çok az kullananların orta düzeyde($U=6868,500$ $Z=-3,345$ $p<0,05$), sık($U=1894,000$ $Z=-4,239$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=2266,000$ $Z=-7,893$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların sık ($U=633,500$ $Z=-2,366$ $p<0,05$) ve çok sık kullananlara göre ($U=340,0000$ $Z=-4,419$ $p<0,01$), orta düzeyde kullananların sık ($U=633,500$ $Z=-2,366$ $p<0,05$) ve çok sık kullananlara göre($U=806,500$ $Z=-5,129$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda Youtube'u çok az kullananlar ile az kullananlar arasında ($U=3589,500$ $Z=-1,386$ $p>0,05$), az kullananların orta düzey kullananlarla ($U=978,500$ $Z=-,573$ $p>0,05$) arasında, sık kullananların çok sık kullananlarla arasında ($U=599,000$ $Z=-1,087$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının Youtube'u çok az kullananların orta düzeyde($U=7148,000$ $Z=-2,907$ $p<0,05$), sık ($U=2066,000$ $Z=-3,761$ $p<0,01$) ve çok sık ($U=2762,500$ $Z=-6,995$ $p<0,01$) kullananlara göre, az kullananların orta düzeyde($U=732,000$ $Z=-2,440$ $p<0,05$), sık ($U=218,500$ $Z=-3,129$ $p<0,05$) ve çok sık ($U=270,500$ $Z=-5,102$ $p<0,01$) kullananlara göre, orta düzeyde kullananların çok sık kullananlara göre ($U=1006,000$ $Z=-4,093$ $p<0,01$), sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=511,500$ $Z=-2,012$ $p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ise Youtube'u çok az kullananlarla çok az kullananlar arasında($U=3899,000$ $Z=-,688$ $p>0,05$), sık ve çok sık kullananlar arasında ($U=511,500$ $Z=-2,012$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının Youtube'u çok az kullananların orta düzeyde($U=6796,000$ $Z=-3,398$ $p<0,01$), sık ($U=1794,500$ $Z=-4,403$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre($U=2561,000$ $Z=-4,403$ $p<0,01$), az kullananların orta düzeyde ($U=731,500$ $Z=-2,452$ $p<0,05$), sık ($U=202,500$ $Z=-3,407$ $p<0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=297,000$ $Z=-4,968$ $p<0,001$), orta düzeyde kullananların sık($U=646,000$ $Z=-2,283$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlara göre ($U=968,500$ $Z=-4,379$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda Youtube'u çok az kullananlar ile az kullananlar arasında ($U=3884,000$ $Z=-,721$ $p>0,05$), sık kullananlarla çok sık kullananlar arasında ($U=580,000$ $Z=-1,353$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Tablo 22. ÇBASDÖ Puanlarının Twitter Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Twitter kullanım sıklığı	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	269	201,19	4	29	0,00	1-2 1-3
	2)Az	44	245,69				1-4 3-5
	3)Orta düzeyde	88	279,09				
	4)Sık	27	272,87				
	5)Çok Sık	22	209,89				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	269	201,46	4	31	0,00	1-3 1-4
	2)Az	44	244,32				
	3)Orta düzeyde	88	283,14				
	4)Sık	27	260,74				
	5)Çok Sık	22	208,00				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	269	205,12	4	21	0,00	1-3 1-4
	2)Az	44	237,01				
	3)Orta düzeyde	88	268,12				
	4)Sık	27	278,91				
	5)Çok Sık	22	215,59				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	269	203,66	4	23	0,00	1-3 1-4
	2)Az	44	240,34				
	3)Orta düzeyde	88	272,68				
	4)Sık	27	269,00				
	5)Çok Sık	22	220,73				

Tablo 22’de görüldüğü üzere katılımcıların Twitter kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların Twitter kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı($X^2=29,33$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=30,52$ $sd=4$ $p<0,001$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=21,28$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=23,18$ $sd=4$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının Twitter’ı Orta düzeyde kullananların çok sık ($U=694,00$ $Z=-2,048$ $p<0,05$) ve çok az kullananlara göre($U=7643,500$ $Z=-4,991$ $p<0,01$), sık kullananların çok az kullananlara göre($U=2508,00$ $Z=-2,651$ $p<0,05$) az kullananların çok az kullananlara göre ($U=4781,000$ $Z=-2,044$ $p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla

olduğu saptanmıştır. Twitter'ı çok sık kullananların puanları ile sık ($U=217,000$ $Z=-1,609$ $p>0,05$), az ($U=407,500$ $Z=-1,041$ $p>0,05$) çok az ($U=2872,000$ $Z=-2,651$ $p>0,05$) kullananlarla; sık kullananların orta düzeyde ($U=1170,000$ $Z=-,119$ $p>0,05$) ve az kullananlarla ($U=536,500$ $Z=-,681$ $p>0,05$); orta düzeyde kullananların az kullananlarla ($U=1668,500$ $Z=-1,292$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının Twitter'ı Orta düzeyde kullananların çok sık ($U= Z= p<0,05$) ve çok az kullananlara göre ($U= Z= p<0,05$), sık kullananların çok az kullananlara göre ($U= Z= p<0,05$) az kullananların çok az kullananlara göre ($U= Z= p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ Aile alt boyutu puanının Twitter'ı orta düzeyde kullananların çok az kullananlara göre $U=7512,000$ $Z=-5,205$ $p<0,01$), sık kullananların çok az az kullananlara göre $U=2677,500$ $Z=-2,271$ $p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde ise ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı Twitter'ı çok az kullananlarla az($U=4783,000$ $Z=-2,058$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla ($U=2905,500$ $Z=-0,142$ $p>0,05$); Twitter'ı az kullananlarla orta düzeyde($U=1595,000$ $Z=-,544$ $p>0,005$), sık ($U=549,000$ $Z=-,544$ $p>0,005$) ve çok sık kullananlarla($U=405,000$ $Z=-1,091$ $p>0,05$); Twitter'ı orta düzeyde kullananların sık ($U=1074,500$ $Z=-,778$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla($U=674,500$ $Z=-2,268$ $p>0,05$); Twitter'ı sık kullananların çok sık kullananlarla($U=231,000$ $Z=-1,352$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ Özel insan alt boyutu puanının Twitter'ı orta düzeyde kullananların çok az kullananlara göre($U=8460,000$ $Z=-4,039$ $p<0,01$), sık kullananların çok az ($U=2453,000$ $Z=-2,798$ $p<0,05$) kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde ise ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı Twitter'ı çok az kullananlarla az($U=5118,500$ $Z=-1,447$ $p>0,005$) ve çok sık kullananlarla ($U=2832,000$ $Z=-,337$ $p>0,05$), Twitter'ı az kullananlarla orta düzeyde($U=1689,500$ $Z=-1,193$ $p>0,05$), sık

($U=503,000$ $Z=-1,082$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla($U=439,500$ $Z=-,608$ $p>0,05$), Twitter'ı orta düzeyde kullananların sık ($U=1096,000$ $Z=-,608$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla($U=748,000$ $Z=-1,647$ $p>0,05$), Twitter'ı sık kullananların çok sık kullananlarla($U=216,500$ $Z=-1,621$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ Arkadaşlar alt boyutu puanının Twitter'ı orta düzeyde kullananların çok az kullananlara göre ($U=8089,000$ $Z=-4,498$ $p<0,01$), sık kullananların çok az ($U=2592,000$ $Z=-2,480$ $p<0,005$) kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde ise ÇBASDÖ arkadaşlar alt boyutu puanı Twitter'ı çok az kullananlarla az($U=5027,500$ $Z=-1,620$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla ($U=2761,500$ $Z=-,527$ $p>0,05$), Twitter'ı az kullananlarla orta düzeyde($U=1713,000$ $Z=-1,081$ $p>0,05$), sık ($U=535,000$ $Z=-0,703$ $p>0,05$) ve çok sık kullananlarla, Twitter'ı orta düzeyde kullananların sık ($U=1174,000$ $Z=-,093$ $p>0,005$) ve çok sık kullananlarla, ($U=772,000$ $Z=-1,470$ $p>0,05$) Twitter'ı sık kullananların çok sık kullananlarla($U=235,000$ $Z=-1,253$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Tablo 23. ÇBASDÖ Puanlarının LinkedIn Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	LinkedIn kullanım sıklığı	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	414	216,23	4	26	0,00	1-2 1-3
	2)Az	15	326,37				
	3)Orta düzeyde	21	336,12				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	414	217,5	2	20	0,00	1-2 1-3
	2)Az	15	305,47				
	3)Orta düzeyde	21	326,05				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	414	217,5	2	20	0,00	1-2 1-3
	2)Az	15	305,47				
	3)Orta düzeyde	21	326,05				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	414	217,42	2	21	0,00	1-2 1-3
	2)Az	15	299,33				
	3)Orta düzeyde	21	332,12				

Tablo 23’de görüldüğü üzere katılımcıların LinkedIn kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların LinkedIn kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı($X^2=26,34$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=19,97$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=$ $sd=42$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=20,9$ $sd=2$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının LinkedIn’i az kullananların çok az kullananlardan ($U=$ $Z=$ $p<0,01$) orta düzeyde kullananların çok az kullananlardan ($U=$ $Z=$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda LinkedIn’i orta düzeyde ve az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının LinkedIn’i az kullananların çok az kullananlardan ($U=1553,500$ $Z=-3,329$ $p<0,05$) orta düzeyde kullananların çok az kullananlardan ($U=2647,500$ $Z=-3,058$ $p<0,05$)

istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda LinkedIn'i orta düzeyde ve az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=133,000$ $Z=-0,825$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ Özel insan alt boyutu puanının LinkedIn'i orta düzeyde kullananların çok az kullananlardan ($U=2242,500$ $Z=-3,762$ $p<0,01$), az kullananların çok az kullananlardan ($U=1898,500$ $Z=-2,571$ $p<0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda LinkedIn'i az ve orta düzeyde kullananlar arasında ($U=150,500$ $Z=-0,225$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının LinkedIn'i LinkedIn'i orta düzeyde kullananların çok az kullananlardan ($U=2118,000$ $Z=-4,001$ $p<0,01$), az kullananların çok az kullananlardan ($U=1987,500$ $Z=-2,391$ $p>0,005$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda LinkedIn'i az ve orta düzeyde kullananlar arasında ($U=147,500$ $Z=-3,22$ $p>0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Tablo 24. ÇBASDÖ Puanlarının Instagram Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Instagram kullanım sıklığı	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamli Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	112	278,92	4	131	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	59	319,03				2-3 2-5 2-5
	3)Orta düzeyde	124	242,26				3-4 3-5 4-5
	4)Sık	45	186,47				
	5)Çok Sık	110	118,02				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	112	288,67	4	135	0,00	1-3 1-4 1-5
	2)Az	59	313,89				2-3 2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	124	236,12				3-4 3-5 4-5
	4)Sık	45	179,07				
	5)Çok Sık	110	120,8				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	112	266,42	4	84	0,00	1-4 1-5 2-3
	2)Az	59	299,57				2-4 2-5 3-5
	3)Orta düzeyde	124	238,65				
	4)Sık	45	205,32				
	5)Çok Sık	110	137,54				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	112	265,69	4	90	0,00	1-2 1-4 1-5
	2)Az	59	305,42				2-3 2-4 2-5
	3)Orta düzeyde	124	241,69				3-4 3-5 4-5
	4)Sık	45	191,04				
	5)Çok Sık	110	137,55				

Tablo 24’de görüldüğü üzere katılımcıların Instagram kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı, ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların Instagram kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı((X²=130,8 sd=4 p<0,001), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı(X²=134,8 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı(X²=83,66 sd=4 p<0,01), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu(X²=89,86 sd=4 p<0,01) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının Instagram’ı çok az kullananların orta düzeyde ,(U=5737,000 Z=-2,305 p<0,05), sık (U=1466,500 Z=-4,091 p<0,01) ve çok sık kullananlara (U=1861,000 Z=-8,990

$p < 0,01$)göre, az kullananların orta düzeyde ($U=2391,500$ $Z=-3,783$ $p < 0,01$), sık ($U=529,500$ $Z=-5,239$ $p < 0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=368,000$ $Z=-9,495$ $p < 0,01$), orta düzeyde kullananların çok sık kullananlara göre ($U=2968,500$ $Z=-7,457$ $p < 0,01$), sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=1679,500$ $Z=-3,141$ $p < 0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Yapılan analiz sonucunda çok az ve az kullananlar arasında ise az ($U=2727,500$ $Z=-1,874$ $p > 0,05$) istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ Aile Alt boyutu puanının Instagram'ı çok az kullananların orta düzeyde, ($U=5086,500$ $Z=-3,627$ $p < 0,01$) sık ($U=1307,500$ $Z=-4,836$ $p < 0,01$) ve çok sık kullananlara ($U=1948,000$ $Z=-8,923$ $p < 0,001$)göre, az kullananların orta düzeyde ($U=2258,00$ $Z=-4,252$ $p < 0,01$), sık ($U=484,000$ $Z=-5,638$ $p < 0,01$) ve çok sık kullananlara göre ($U=480,500$ $Z=-9,207$ $p < 0,01$), orta düzeyde kullananların çok sık kullananlara göre ($U=3027,500$ $Z=-7,93$ $p < 0,01$), sık kullananların çok sık kullananlara göre ($U=1726,500$ $Z=-2,990$ $p < 0,005$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Yapılan analizler sonucunda Instagram'ı çok az kullananların az ($U=3097,000$ $Z=-710$ $p > 0,005$) kullananlarla Instagram'ı orta düzeyde kullananların sık kullananlarla ($U=2008,000$ $Z=-2,800$ $p > 0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ Özel insan Alt boyutu puanının Instagram'ı çok az kullananların çok sık kullananlara göre ($U=2545,500$ $Z=-7,608$ $p < 0,01$) az kullananların orta düzeyde ($U=2638,000$ $Z=-3,054$ $p < 0,05$), sık ($U=799,500$ $Z=-3,478$ $p < 0,05$) ve çok sık kullananlara göre ($U=989,500$ $Z=-7,510$ $p < 0,01$), orta düzeyde kullananların çok sık kullananlara göre ($U=3715,500$ $z=-6,057$ $p < 0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Instagram'ı çok az kullananlar ile az ($U=2737,500$ $Z=-1,845$ $p > 0,05$), orta düzeyde $U=6083,000$ $Z=-1,648$ $p > 0,05$), sık $U=1846,500$ $Z=-2,623$ $p > 0,05$) kullananlar arasında, Instagram'ı orta düzeyde kullananlarla sık kullananlar arasında ($U=2382,500$ $Z=-1,455$ $p > 0,05$), Instagram'ı sık ve çok sık kullananlar arasında ($U=1774,000$ $Z=-2,808$ $p > 0,05$) ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş Alt boyutu puanının Instagram'ı çok az kullananların sık (U=657,000 Z=-3,365 p<0,005) ve çok sık kullananlara göre(U=2655,500 Z=-7,440 p<0,01), Instagram'ı az kullananların çok az (U=2676,000 Z=-2,046 p>0,05), orta düzeyde(U=2596,000 Z=-3,18300 p<0,01) ve sık kullananlara göre(U=915,000 Z=-7,840 p<0,01), Instagram'ı orta düzeyde kullananların sık (U=2136,000 Z=-2,341 p>0,05) ve çok sık kullananlara göre(U=3642,000 Z=-6,261 p<0,01) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda Instagram'ı çok az ve orta düzeyde (U=6182,000 Z=-1,461 p>0,05) kullananlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Tablo 25. ÇBASDÖ Puanlarının Foursquare Kullanım Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Foursquare kullanım sıklığı	N	S.O	sd	X ²	p	Anlamlı-Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Çok Az	446	225,08	3	5,2	0,158	
	2)Az	2	396,75				
	3)Orta düzeyde	1	238,5				
	4)Sık	1	55,5				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Çok Az	446	224,94	3	4,4	0,221	
	2)Az	2	338,5				
	3)Orta düzeyde	1	389,5				
	4)Sık	1	83,5				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Çok Az	446	224,89	3	3,8	0,283	
	2)Az	2	391				
	3)Orta düzeyde	1	257				
	4)Sık	1	137				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Çok Az	446	225,41	3	5,4	0,142	
	2)Az	2	383,75				
	3)Orta düzeyde	1	116,5				
	4)Sık	1	56,5				

Tablo 25'de görüldüğü üzere katılımcıların Foursquare kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, çbasdö arkadaş alt boyutu puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların LinkedIn kullanım sıklığı ile ÇBASDÖ toplam puanı((X²=5,195 sd=3 p>0,05), ÇBASDÖ aile

alt boyutu puanı($X^2=4,407$ $sd=3$ $p>0,05$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=3,806$ $sd=3$ $p>0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=5,444$ $sd=3$ $p>0,05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanamamıştır.

Tablo 26. ÇBASDÖ Puanlarının “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)1 yıldan az	60	311,692	3	154	0,00	1-3 1-4
	2)1-3 yıl arası	161	297,413				2-3 2-4
	3)4-6 yıl arası	144	168,035				3-5
	4)6 yıldan fazla	85	125,8				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)1 yıldan az	60	306	3	132	0,00	1-3 1-4
	2)1-3 yıl arası	161	288,33				2-3 2-4
	3)4-6 yıl arası	144	181,6				3-4
	4)6 yıldan fazla	85	124,04				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)1 yıldan az	60	297,18	3	112	0,00	1-3 1-4
	2)1-3 yıl arası	161	287,87				2-3 2-4
	3)4-6 yıl arası	144	173,8				3-4
	4)6 yıldan fazla	85	144,37				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)1 yıldan az	60	301,3	3	112	0,00	1-3 1-4
	2)1-3 yıl arası	161	286,019				2-3 2-4
	3)4-6 yıl arası	144	172,167				
	4)6 yıldan fazla	85	147,718				

Tablo 26’da görüldüğü üzere katılımcıların “Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?” ifadesine verdikleri yanıtların ÇBASDÖ toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların “Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?” ifadesine verdikleri yanıtlarile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı($X^2=153,8$ $sd=3$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı($X^2=131,9$ $sd=4$ $p<0,01$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı($X^2=112,1$ $sd=3$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu($X^2=111,7$ $sd=3$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanının sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarda 4-6 yıl ($U=1626,5$ $Z=-7,014$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=577,500$ $Z=-7,924$ $p<0,01$), sosyal medyayı 1-3 yıl arasında kullananların 4-6 yıl ($U=4834,000$ $Z=-8,7919$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=1517,000$ $Z=-10,038$ $p<0,01$) sosyal medyayı 4-6 yıldan fazla kullananların 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=4943,500$ $Z=-2,432$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarla 1-3 yıl arasında kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=4324,5$ $Z=-1,1966$ $p>0,05$)

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda algılanan sosyal destek aile alt boyutu puanının sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarda 4-6 yıl ($U=1961,5$ $Z=-6,2107$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=610,5$ $Z=-7,8873$ $p<0,01$), sosyal medyayı 1-3 yıl arasında kullananların 4-6 yıl ($U=5953,5$ $Z=-7,4297$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=1834,000$ $Z=-9,56$ $p<0,01$) sosyal medyayı 4-6 yıldan fazla kullananların 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=44444,0000$ $Z=-3,497$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarla 1-3 yıl arasında kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=4298$ $Z=-1,3089$ $p>0,05$)

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda algılanan sosyal destek arkadaş alt boyutu puanının sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarda 4-6 yıl ($U=1916,000$ $Z=-6,288$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=889,000$ $Z=-6,749$ $p<0,01$), sosyal medyayı 1-3 yıl arasında kullananların 4-6 yıl ($U=5628,000$ $Z=-7,812$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=2582,000$ $Z=-8,073$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarla 1-3 yıl arasında kullananlar arasında ($U=4349,000$ $Z=-1,141$ $p>0,05$) ve sosyal medyayı 4-6 yıl arasında kullananlar ile 6 yıldan fazla kullananlar arasında ($U=5430,000$ $Z=-1,469$ $p>0,05$) ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda algılanan sosyal destek ölçeği özel insan alt boyutu puanının sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlarda 4-6 yıl ($U=1916,000$ $Z=-6,288$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=898,000$ $Z=-$

6,693 $p<0,01$), sosyal medyayı 1-3 yıl arasında kullananların 4-6 yıl ($U=5560,000$ $Z=-7,871$ $p<0,01$) ve 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U= 2589,000$ $Z=-8,051$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda sosyal medyayı 1 yıldan az kullananlar ve 1-3 yıl arasında kullananlar arasında ($U=4585,5$ $Z=-,580$ $p>0,05$), sosyal medyayı 4-6 yıl arasında kullananların 6 yıldan fazla kullananlara göre ($U=5129,500$ $Z=-2,072$ $p>0,05$) arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır

Tablo 27. ÇBASDÖ Puanlarının “Kendinizi Sosyal Medya Bağımlısı Olarak Görüyor Musunuz” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Hayır	252	303,23	2	206	0,00	1-2 1-3
	2)Kısmen	146	133,74				
	3)Evet	52	106,45				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Hayır	60	306	2	132	0,00	1-2 1-3
	2)Kısmen	161	288,326				
	3)Evet	144	181,604				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Hayır	60	297,18	2	135	0,00	1-2 1-3
	2)Kısmen	161	287,87				
	3)Evet	144	173,8				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Hayır	60	301,3	2	112	0,00	1-2 1-3
	2)Kısmen	161	286,019				
	3)Evet	144	172,167				

Tablo 27’de görüldüğü üzere katılımcıların “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine verdikleri yanıtlar ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların “Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?” ifadesine verdikleri yanıtlar ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ($X^2=206,4$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı ($X^2=131,9$ $sd=2$ $p<0,001$), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı ($X^2=135,3$ $sd=2$ $p<0,01$), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu ($X^2=111,7$ $sd=3$ $p<0,01$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ toplam puanının Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine hayır yanıtı verenlerde kısmen($U=4373,500$ $Z=-12,683$ $p<0,01$) ve evet($U=987,500$ $Z=-9,646$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine kısmen ve evet yanıtı verenler arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=3170,000$ $Z=-1,767$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine hayır yanıtı verenlerde kısmen ($U=49999,500$ $Z=-12,308$ $p<0,01$) ve evet ($U=1089,000$ $Z=-9,710$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine kısmen ve evet yanıtı verenler arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=3647,000$ $Z=-0,427$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine hayır yanıtı verenlerde kısmen ($U=6590,500$ $Z=-10,736$ $p<0,01$) ve evet ($U=1782,000$ $Z=-8,298$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine kısmen ve evet yanıtı verenler arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=3147,500$ $Z=-1,903$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitneyy U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine hayır yanıtı verenlerde kısmen ($U=7200,500$ $Z=-10,161$ $p<0,01$) ve evet ($U=1994,000$ $Z=-7,920$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analiz sonucunda “Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?” ifadesine kısmen ve evet yanıtı verenler arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=3162,500$ $Z=-1,813$ $p>0,05$).

Tablo 28. ÇBASDÖ Puanlarının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” İfadesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Ölçek	İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?	N	S.O.	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
ÇBASDÖ Toplam Puan	1)Az bir zaman dilimini	149	327	3	221	0,00	1-2 1-3
	2)Hemen hemen yarısını	60	294,08				1-4 2-3
	3)Yarisından daha fazlasını	44	230,6				2-4 3-4
	4)Neredeyse tamamını	197	126,71				
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	1)Az bir zaman dilimini	149	318,95	3	182	0,00	1-2 1-3
	2)Hemen hemen yarısını	60	280,57				1-4 2-3
	3)Yarisından daha fazlasını	44	226,42				2-4 3-4
	4)Neredeyse tamamını	197	137,84				
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	1)Az bir zaman dilimini	149	312,35	3	164	0,00	1-3 1-4
	2)Hemen hemen yarısını	60	286,4				2-4 3-4
	3)Yarisından daha fazlasını	44	225				
	4)Neredeyse tamamını	197	141,37				
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	1)Az bir zaman dilimini	149	310,64	3	170	0,00	1-3 1-4
	2)Hemen hemen yarısını	60	294,08				2-3 2-4
	3)Yarisından daha fazlasını	44	229,47				3-4
	4)Neredeyse tamamını	197	139,33				

Tablo 26’da görüldüğü üzere katılımcıların “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine verdikleri yanıtlar ile Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı ile ÇBASDÖ aile alt boyutu, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu sıralar ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını saptama amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda katılımcıların “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine verdikleri yanıtlar ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı((X²=221,3 sd=3 p<0,01), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı(X²=181,6 sd=3 p<0,01), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı(X²=163,6 sd=3 p<0,001), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu (X²=169,9 sd=3 p<0,01) arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır.

Yapılan Kruskal Wallis-H testinin ardından anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını saptama amacıyla Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi ÇBASDÖ toplam puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine az bir

zaman dilimini yanıtı verenlerin , hemen hemen yarısını ($U=3435,000$ $Z=-2,619$ $p<0,05$), yarısından daha fazlasını ($U=1668,500$ $Z=-4,947$ $p<0,001$) ve neredeyse tamamını yanıtı verenlerden($U=2198,000$ $Z=-13,551$ $p<0,01$), hemen hemen yarısını yanıtı verenlerin yarısından daha fazlasını($U=880,000$ $Z=-2,896$ $p<0,05$) ve neredeyse tamamını ($U=12000,500$ $Z=-9,350$ $p<0,01$) yanıtını verenlerden, yarısından daha fazla yanıtı verenlerin neredeyse tamamını yanıtını verenlere göre($U=2060,000$ $Z=-5,446$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz” ifadesine az bir zaman dilimini yanıtı verenlerin hemen hemen yarısı ($U=3478,500$ $Z=-2,639$ $p<0,05$), yarısından daha fazla($U=1799,000$ $Z=-4,731$ $p<0,01$) ve neredeyse tamamı ($U=3222,500$ $Z=-12,580$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre, hemen hemen yarısı yanıtı verenlerin yarısından daha fazla($U=990,000$ $Z=-2,206$ $p<0,05$) ve neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre($U=1944,500$ $Z=-7,938$ $p<0,01$), yarısından daha fazla yanıtı verenlerin neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre ($U=2484,500$ $Z=-4,477$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz ifadesine az bir zaman dilimini yanıtı verenlerin yarısından daha fazla($U=1847,000$ $Z=-4,405$ $p<0,01$) ve neredeyse tamamı ($U=3926,500$ $Z=-11,743$ $p<0,01$) yanıtı verenlere göre, hemen hemen yarısı yanıtı verenlerin yarısından daha fazlasını($U=910,500$ $Z=-2,700$ $p<0,05$) ve neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre($U=1905,500$ $Z=-8,036$ $p<0,01$), yarısından daha fazla yanıtı verenlerin neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre ($U=2515,500$ $Z=-4,419$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde az bir zaman dilimi yanıtı verenlerin hemen hemen yarısı yanıtını verenlerin puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($U=3710,000$ $Z=-1,926$ $p>0,05$).

Yapılan Mann Whitney U testi sonucunda ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanının “İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?” ifadesine az bir zaman dilimini yanıtı verenlerin yarısından daha fazla($U=1965,500$ $Z=-4,043$ $p<0,01$) ve neredeyse tamamı ($U=3796,000$ $Z=-11,958$

p<0,01) yanıtı verenlere göre, hemen hemen yarısı yanıtı verenlerin yarısından daha fazlasını (U=901,000 Z=-2,764 p<0,05) ve neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre (U=1721,000 Z=-8,505 p<0,01), yarısından daha fazla yanıtı verenlerin neredeyse tamamı yanıtı verenlere göre (U=2428,000 Z=-4,713 p<0,01) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde az bir zaman dilimi yanıtı verenler ve hemen hemen yarısı yanıtı verenlerin puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır (U=3976,50 Z=-1,25 p>0,05).

Tablo 29. Depresyonun Eğitim düzeyi, Aylık Gelir Düzeyi, Cinsiyet, Meslek ,yaşanılan Yerleşim Yeri ve Medeni duruma Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları

Gruplar	Depresyon Durumu					X ²	sd	p	
	Yok		Var		Toplam				
	n	%	n	%					
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	37	29,4	89	70,6	126	121,244	4	,000
	Ortaöğretim	13	29,5	31	70,5	44			
	Lise	104	67,5	50	32,5	154			
	Üniversite	93	90,3	10	9,7	103			
	Yüksek Lisans ve Üzeri	22	95,7	1	4,3	23			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Aylık Gelir Düzeyi	1000-2000 TL	7	10,4	60	89,6	67	176,7	3	,000
	2000-3000 TL	36	31,6	78	68,4	114			
	3000-4000 TL	132	78,6	36	21,4	168			
	5000TLve-Üzeri	94	93,1	7	6,9	101			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Meslek	Emekli	98	44,1	124	55,9	222	131,3	3	,000
	Ev Hanımı	9	18,0	41	82,0	50			
	Memur	19	86,4	3	13,6	22			
	Özel Sektör	143	91,7	13	8,3	156			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Yaşanılan Yerleşim Yeri	Köy-Kasaba	16	27,1	43	72,9	59	125,8	3	,000
	İlçe	26	25,7	75	74,3	101			
	Şehir	51	63,8	29	36,3	80			
	Büyük Şehir	176	83,8	34	16,2	210			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Cinsiyet	Kadın	47	36,7	81	63,3	128	39,56	1	,000
	Erkek	222	68,9	100	31,1	322			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Medeni Durum	Evli	221	73,4	80	26,6	301	70,39	1	,000
	Bekar	48	32,2	101	67,8	149			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			

Tablo 29’da görüldüğü üzere 65 yaş üzeri katılımcılarda eğitim düzeyi, meslek, yaşanılan yerleşim yeri, cinsiyet ve medeni durumun geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı kullanılarak tanımlanan depresyonda olup olmama durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığının saptanması amacıyla Ki-Kare(Chi-square) testi uygulanmıştır ve sonuçlar tablo 28’ de verilmiştir. Tablo 29’da görüldüğü üzere depresyon ilköğretim mezunlarında ortaöğretim, lise, üniversite ve yüksek lisans ve üzeri mezunlara göre ($X^2=176,7$ sd=3 $p<0,01$), Aylık gelir düzeyi 1000-2000 TL olanlarda 2000-3000 TL, 3000-4000 TL ve 5000 TL ve üzeri olanlara göre ($X^2=121,244$ sd=4 $p<0,01$), Ev hanımlarında emeklilere, memurlara ve özel sektör çalışanlarına göre ($X^2=131,3$ sd=4 $p<0,01$), ilçede yaşayanlarda köy-kasaba, şehir ve büyükşehirde yaşayanlara göre ($X^2=125,8$ sd=3 $p<0,01$), kadınlarda erkeklere göre ($X^2=39,56 =1$ $p<0,001$), bekarlarda evlilere göre ($X^2=70,39$ sd=1 $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde depresyon daha sık görülmektedir.

Tablo 30. Depresyonun Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, Foursquare, LinkedIn Kullanım Sıklığı Değişkenine Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları

Gruplar	Depresyon Durumu					X ²	sd	p	
	Yok		Var		Toplam				
	n	%	n	%					
Facebook	Çok Az	118	95,9	5	4,1	123	211,9	4	0,00
	Az	43	93,5	3	6,5	46			
	Orta Düzeyde	68	68,7	31	31,3	99			
	Sık	20	43,5	26	56,5	46			
	Çok Sık	20	14,7	116	85,3	136			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Youtube	Çok Az	202	74,3	70	25,7	272	96,92	4	0,00
	Az	20	64,5	11	35,5	31			
	Orta Düzeyde	35	51,5	33	48,5	68			
	Sık	9	33,3	18	66,7	27			
	Çok Sık	3	5,8	49	94,2	52			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Instagram	Çok Az	86	76,8	26	23,2	112	115,009	4	0,00
	Az	55	93,2	4	6,8	59			
	Orta Düzeyde	85	68,5	39	31,5	124			
	Sık	18	40,0	27	60,0	45			
	Çok Sık	25	22,7	85	77,3	110			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			

Twitter	Çok Az	142	52,8	127	472	269	19,37	4	0,001
	Az	30	68,2	14	31,8	44			
	Orta Düzeyde	68	77,3	20	22,7	88			
	Sık	18	66,7	9	33,3	27			
	Çok Sık	11	50,0	11	50,0	22			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Linkedin	Çok Az	235	56,8	179	43,20	414	19,57	2	0,00
	Az	14	93,3	1	6,70	15			
	Orta Düzeyde	20	95,2	1	4,80	21			
	Total	269	59,8	181	40,20	450			
Foursquare	Çok Az	266	59,6	180	40,4	446	3,508	3	0,32
	Az	2	100	0	0,0	2			
	Orta Düzeyde	1	0,0	0	100	1			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			

Tablo 30'da görüldüğü üzere 65 yaş üzeri katılımcılarda Facebook, Youtube, Instagram, Twitter, LinkedIn ve Foursquare kullanım sıklığının geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı kullanılarak tanımlanan depresyonda olup olmama durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığının saptanması amacıyla Ki-Kare(Chi-square) testi uygulanmıştır.

Tablo 30'da görüldüğü üzere depresyon görülme sıklığı Facebook($X^2=211,9$ $sd=4$ $p<0,01$), Youtube ($X^2=96,92$ $sd=4$ $p<0,01$), Instagram($X^2=115,009$ $sd=4$ $p<0,01$) ve Twitter'ı ($X^2=19,37$ $sd=4$ $p<0,05$) çok sık kullananlarda sık, orta düzey, az ve çok az kullananlara göre, LinkedIn'i çok az kullananlarda az ve orta düzeyde kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha sık görülmektedir($X^2=19,57$ $sd=2$ $p>0,05$). Foursquare kullanım sıklığı ve depresyon durumu arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamamıştır ($X^2=3,508$ $sd=3$ $p>0,05$).

Tablo 31. Depresyonun “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi ?”, “Sosyal Medya Kullanım Sıklığınız”, “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?”, “İnternete Ayırdığınız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiriyorsunuz?”, “Kendinizi Sosyal Medya bağımlısı olarak görüyor musunuz ?” ifadesine verilen yanıtlara Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare (Chi-Square) Testi Sonuçları

Gruplar		Depresyon Durumu					X ²	sd	p
		Yok		Var		Top- lam n			
		n	%	n	%				
Günlük olarak İn- ternette geçirdiği- niz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi	1-3 saat	196	94,7	11	5,3	207	209	2	0,00
	3-6 saat	55	40,7	80	59,3	135			
	6 saat ve üzeri	18	16,7	90	83,3	108			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Sosyal Medya Kullanım Sıklığı- nız ?	Haftada bir kere	45	97,8	1	2,2	46	111	2	0,00
	Haftada iki kere	97	92,4	8	7,6	105			
	Haftada üç kere ve daha fazlası	127	42,5	172	57,5	299			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			
Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?	1 yıldan az	56	93,3	4	6,7	4	160	3	0,00
	1-3 yıl arası	141	87,6	20	12,4	161			
	4-6 yıl arası	52	36,1	92	63,9	144			
	7 yıldan fazla	20	23,5	65	76,5	85			
Total	269	59,8	181	40,2	450				
İnternete Ayırdığı- nız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiri- yorsunuz?	Az bir zaman dilimini	142	95,3	7	4,7	149	188	3	0,00
	Hemen hemen yarısını	51	85,0	9	15,0	60			
	Yarisından daha fazlasını	25	56,8	19	43,2	44			
	Neredeyse ta- mamını	51	25,9	146	74,1	197			
Total	269		181	40,2	450				
Kendinizi Sosyal Medya Bağımlısı Olarak Görüyor Musunuz?	Hayır	224	88,9	28	11,1	252	206	2	0,00
	Kısmen	39	26,7	107	73,3	146			
	Evet	6	11,5	46	88,5	52			
	Total	269	59,8	181	40,2	450			

Tablo 31’da görüldüğü üzere 65 yaş üzeri “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi ?”, “Sosyal Medya Kullanım Sıklığınız”, “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?”, “İnternete Ayırdığınız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiriyorsunuz?”, “Kendinizi Sosyal Medya ba-

ğımlısı olarak görüyor musunuz ?” ifadesine verilen yanıtların geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı kullanılarak tanımlanan depresyonda olup olmama durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığının saptanması amacıyla Ki-Kare(Chi-square) testi uygulanmıştır.

Tablo 31’da görüldüğü üzere depresyon “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi ?” ifadesine 6 saat ve üzeri yanıtı verenlerde 3-6 saat ve 1-3 saat yanıtı verenlere göre($X^2=209$ $sd=2$ $p<0,01$), “Sosyal Medya Kullanım Sıklığınız” ifadesine haftada üç kere ve daha fazlası yanıtı verenlerin haftada iki kere ve haftada bir kere yanıtı verenlere göre ($X^2=111$ $sd=2$ $p<0,01$), “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?” ifadesine 7 yıldan fazla yanıtı verenlerin 4-6 yıl arası,, 1-3 yıl arası ve 1 yıldan az yanıtı verenlere göre($X^2=160$ $sd=3$ $p<0,001$), “İnternete Ayırdığınız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiriyorsunuz?” ifadesine neredeyse tamamını yanıtını verenlerin yarısından daha fazlasını, hemen hemen yarısını ve az bir zaman dilimini yanıtı verenlere göre($X^2=188$ $sd=3$ $p<0,01$), “Kendinizi Sosyal Medya bağımlısı olarak görüyor musunuz ?” ifadesine evet yanıtı verenlerin kısmen ve hayır yanıtı verenlere göre($X^2=206$ $sd=2$ $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha sık görülmektedir.

Tablo 32. BSMBÖ Puanının Depresyon Olup Olmamasına Göre Farklılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney U testi sonuçları

Depresyon	n	S.O.	S.T	U	Z	P
Yok	269	153,51	41294,50	4979,500	-14,348	,000
Var	181	332,49	60180,50			

Tablo 32’de görüldüğü üzere katılımcıların Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeği puanının depresyon durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere non-parametrik Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda depresyonu olan katılımcıların puanı depresyonda olmayanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır ($U=4979,500$ $Z=-14,348$ $p<0,01$).

Tablo 33. ÇBASDÖ Toplam ve Alt Puanlarının Depresyon Olup Olmamasına Göre Farklılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Mann Whitney-U Testi sonuçları

Ölçek	Depresyon	n	S.O	S.T.	U	Z	P
ÇASDÖ Toplam Puan	Yok	269	302,88	81475	3529	-15,393	0,00
	Var	181	110,5	20000			
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	Yok	269	298,35	80256	4748	-14,665	0,00
	Var	181	117,23	21219			
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	Yok	269	287,78	77413	7591	-12,442	0,00
	Var	181	132,94	24062			
ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu	Yok	269	293,18	78866,5	6137	-13,573	0,00
	Var	181	124,91	22608,5			

Tablo 33’de görüldüğü üzere katılımcıların Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden aldıkları puanın, ÇBASDÖ aile alt boyutu puanının, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanının, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutunun depresyon durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere non-parametrik Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Katılımcıların ÇBASDÖ toplam puanı(U=3529 Z=-15,393 p<0,01), ÇBASDÖ aile alt boyutu puanı(U=4748 Z=-14,665 p<0,01), ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanı(U=7591 Z=-12,442 p<0,01), ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanı(U=6137,5 Z=-13,573 p<0,01) depresyonu olmayanlarda depresyonu olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır.

Tablo 34. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMBÖ) Toplam Puanıyla Geriatrik Depresyon Ölçeği (GDÖ) Toplam Puanı, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek (ÇBASDÖ) Toplam Puanı, ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu Toplam Puanı, ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu Toplam Puanı, ÇBASDÖ Arkadaş Alt Boyutu Toplam Puanı arasındaki ilişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Tablosu.

	1	2	3	4	5	6
1)BSMBÖ Toplam Puan						
2)ÇBASDÖ Toplam Puan	-,700**					
3)ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu	-,563**	,899**				
4)ÇBASDÖ Arkadaşlar Alt Boyutu	-,590**	,919**	,888**			
5)ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu	-,684**	,819**	,541**	,597**		
6)GDÖ Toplam Puan	,723**	-,772**	-,637**	-,686**	-,708**	

**p<0,01

Tablo 34’de görüldüğü üzere BSMBÖ den alınan puanlarla ÇBASDÖ toplam puanları, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanları, ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanları, ÇBASDÖ aile alt boyutu puanları ve GDÖ toplam puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman sıra farkları korelasyon analizi sonucunda BSMBÖ toplam puanlarının ÇBASDÖ toplam puanları ile istatistiksel açıdan anlamlı negatif türde ($r=-,700$ $p<0,01$); ÇBASDÖ özel insan alt boyutu puanları ile istatistiksel açıdan anlamlı negatif türde ($r=-,563$ $p<0,01$); ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanları ile istatistiksel açıdan anlamlı negatif türde ($r=-,590$, $p<0,01$); ÇBASDÖ aile alt boyutu puanları ile istatistiksel açıdan anlamlı negatif türde ($r=-,684$ $p<0,01$), GDÖ toplam puanları ile ise istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde bir ilişki saptanmıştır($r=,723$ $p<0,01$).

Tablo 35. 65 Yaş ve Üzeri Kişilerde Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ve Algılanan Sosyal Destek İle Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Bağımsız Değişkenler	R	R ²	R ² ch	F	sd	B	β	p	Korelasyonlar	
									İkili Korelasyon	Kısmi Korelasyon
1 (Sabit)	,767	0,589	,589	641,170	1/448	7,778		,000		
GDÖ Toplam Puan						,803	,767	,000	,767	,767
2 (Sabit)	0,81	,650	,061	414,449	2//447	17,586		,000		
GDÖ Toplam Puan						,507	,485	,000	,767	,475
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu						-,350	-,375	,000	-,740	-,385
3 (Sabit)	,811	,658	,008	285,815	3/446	19,733		,000		
GDÖ Toplam Puan						,449	,429	,000	,767	,408
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu						-,326	-,349	,000	-,740	-,360
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu						-,135	-,119	,001	-,592	-,153
4 (Sabit)	0,81	,658	,000	213,928	4/445	19,774		,000		
GDÖ Toplam Puan						,447	,427	,000	,767	,401
ÇBASDÖ Aile Alt Boyutu						-,324	-,347	,000	-,740	-,353
ÇBASDÖ Özel İnsan Alt Boyutu						-,121	-,107	,079	-,592	-,083
ÇBASDÖ Arkadaşlar Alt Boyutu						-,019	-,017	,798	-,628	-,012

Tablo 35' de görüldüğü üzere depresyon, aileden alınan sosyal destek, özel insandan alınan sosyal destek ve 65 yaş üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığına ilişkin varyansın %65,8'ini açıklamaktadır($F_{(4,445)}=213,928$ $p<0,01$) arkadaştan alınan sosyal desteğin ise sosyal medya bağımlılığı yordayıcıları arasında olmadığı saptanmıştır($p>0,05$)

İlk aşamada sosyal medya bağımlılığı yordayıcısı olarak depresyon değişkeni hiyerarşik regresyon analizine alınmış, toplam varyansın %58,9'unu açıkladığı saptanmıştır. Depresyon değişkeni ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif türde olduğu saptanmıştır.($F_{(1,448)}=641,170$ $R=,767$ $R^2=0,589$ $p<0,01$)

İkinci aşamada depresyon değişkenine ilaveten aileden alınan sosyal destek değişkeni hiyerarşik regresyon analizine dahil edilmiştir. Aileden alınan sosyal destek %6,1'lik katkı ile sosyal medya bağımlılığına ilişkin açıklanan varyansı %65'e yükseltmiştir Aileden alınan sosyal destek ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif türde olduğu saptanmıştır.($F_{(2,447)}=414,449$ $R=-,740$ $R^2=0,650$ $p<0,01$)

Üçüncü aşamada depresyon, aileden alınan sosyal destek değişkenine ilaveten özel insandan alınan sosyal destek değişkeni hiyerarşik regresyon analizine dahil edilmiştir. Özel insandan alınan sosyal destek %0,8 lik katkı ile sosyal medya bağımlılığına ilişkin açıklanan varyansı %65,8'e yükseltmiştir. Özel insandan alınan sosyal destek ve sosyal medya bağımlılığı arasında ikili korelasyonlar incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif türde olduğu saptanmıştır ($F_{(3,446)}=285,815$ $R=-,592$ $R^2=0,658$ $p<0,01$).

Dördüncü aşamada depresyon, aileden ve özel insandan alınan sosyal destek değişkenlerine ilaveten arkadaştan alınan sosyal destek de hiyerarşik regresyon analizine dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda arkadaştan alınan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığını yordamadığı saptanmıştır($p>0,05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bölüm 3’de görüldüğü üzere ülkemizde 65 yaş ve üzeri 450 katılımcıdan elde edilen veriler doğrultusunda 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığının depresyon ile istatistiksel açıdan anlamlı pozitif türde; algılanan sosyal destek toplam puanları ve aile, arkadaş, özel insan alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif türde bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcılarda depresif belirtiler arttıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyi de artış göstermekle birlikte aileden, arkadaştan ve özel bir insandan veya tümünden alınan sosyal destek düzeyi düştükçe sosyal medya bağımlılığı düzeyleri artış göstermektedir.

Sosyal medya bağımlılığı ile ilişki saptanan depresyon, aileden, arkadaştan ve özel bir insandan alınan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığına etkisi olup olmadığının saptanması amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi sonucunda depresyonun tek başına sosyal medya bağımlılığı ile ilgili açıklanan varyansa %58,9’luk katkı yaptığı; depresyona aile ve özel bir insandan alınan sosyal destek ilave edildiğinde açıklanan varyansı %65,8’e yükselttiği saptanmıştır. Arkadaştan alınan sosyal destek ise sosyal medya bağımlılığı ile ilgili açıklanan varyansa katkıda bulunmamaktadır. Bu bulgulardan hareketle tek başına depresyonun sosyal medya bağımlılığına güçlü bir etkisi bulunduğu aile ve özel insandan alınan sosyal desteğinde depresyonda birlikte sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Araştırmada katılımcıların algılanan sosyal destek ve depresyon durumu ile sosyodemografik özellikleri arasında ilişki de analiz edilmiştir.

Katılımcıların çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanları, ÇBASDÖ aile, ÇBASDÖ özel insan ve ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanları ile sosyodemografik değişkenler ile arasındaki ilişki incelendiğinde;

Cinsiyet ile ÇBASDÖ ve tüm alt ölçekler arasındaki fark analiz edildiğinde erkeklerin ÇBASDÖ toplam puanları, aile, ÇBASDÖ özel insan alt boyutu ve ÇBASDÖ arkadaş alt boyutu puanları kadınlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Alan yazına bakıldığında 65 yaş ve üzeri kişilerde ÇBASDÖ kullanılarak yapılmış birçok araştırma olduğu görülmektedir araştırmalar incelendiğinde birbirinden farklı bulgulara rastlanmaktadır. Softa, Bayraktar ve Oğuz (2016) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre 65 yaş ve üzeri kişilerde cinsiyet ile algılanan sosyal destek arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanamazken Özvurmaz (2018) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları kadınların erkeklere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla ÇBASDÖ toplam puanına sahip olduğunu Yuvaklıgil (2017) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ise ÇBSADÖ toplam puanının anlamlı bir şekilde erkeklerde daha fazla olduğunu göstermektedir. Bizim çalışmamızda ise ÇBASDÖ ve tüm alt boyutları puanlarının erkeklerde kadınlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu görülmektedir. ÇBASDÖ toplam puanı ve cinsiyet arasındaki saptanan anlamlı fark Yuvaklıgil (2017) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Çok sayıda farklı bulgu elde edilmiş araştırmanın olması araştırmaların çeşitli sosyodemografik özelliklerdeki kişilerle yürütülmüş olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Medeni duruma göre ÇBASDÖ ve tüm alt ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki farka bakıldığında evlilerin bekarlara göre anlamlı bir şekilde daha fazla puana sahip olduğu görülmektedir araştırmadan elde edilen bu sonuç Patra ve arkadaşları (2017) ile Boylu ve Hazer (2012) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir araştırmamızda da evlilerin algılanan sosyal destek puanları bekar olanlara göre anlamlı bir şekilde daha fazladır. Bu bulgudan hareketle 65 yaş ve üzeri kişilerde ailenin yanı sıra eşlerinde tek başına bir sosyal destek kaynağı olduğu söylenebilir.

Katılımcıların aylık gelir düzeyi ve mesleklere göre ÇBASDÖ ölçeği ve tüm alt ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki farka bakıldığında aylık gelir düzeyi 5000 TL ve üzerinde olanların ÇBASDÖ ölçeği toplam puanı ve arkadaş ve özel insan alt boyutu puanı 3000-4000 TL, 2000-3000 TL ve 1000-2000 TL olanlara göre aylık gelir düzeyi 3000-4000TL olanların 2000-3000 TL olanlara memur ve özel sektör çalışanlarının emekli ve ev hanımlarına göre emeklilerin ise ev hanımlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Danış (2019)'a göre Yaşlılıkla birlikte yaşanan ekonomik gelir kayıpları ile birlikte sağlıklı beslenme ve sağlık hizmetleri için yapılacak masrafların artması yaşlılarda psikolojik açıdan negatif etkiler yaratmaktadır. Daha önceden kendi gereksinimlerini karşılayabilen kişiler yaşanan bu dönemde ailesinden ve diğer sosyal destek kaynaklarından yardım talep etmeye çekinebilir, muhtaçlık veya sosyal destek ağında bulunan kişilere yük olduğunu düşünebilir yakınlarına yük olacağına dair düşünce kişilerde psikolojik açıdan gerilim yarattığı, yetersizlik düşünceleri geliştirdiği ve sosyal destek talebinin yardım çağrısı, muhtaçlık durumu gibi yorumlanabileceği düşüncesi sosyal destek ağından soyutlanmasına ve kişinin yalnızlaşmasına sebep olduğu düşünülebilir aylık gelir düzeyi düşük olanlarda, emekli ve ev hanımlarında sosyal desteğinde az olması bu durumdan kaynaklandığı düşünülebilir (Akbaş, Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020).

Eğitim düzeyinin ÇBASDÖ ölçeği ve tüm alt ölçeklerinden alınan puanlarla arasındaki farka bakıldığında ÇBASDÖ toplam puanının ve tüm alt ölçek puanlarının yüksek lisans ve üzeri ile üniversite mezunlarının lise, ortaöğretim ve ilköğretim mezunlarına göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Alan yazındaki araştırmalar incelendiğinde elde edilen bulgu ile benzerlik gösteren araştırmaların olduğu görülmektedir. Khorsid ve arkadaşları (2004) tarafından yaşlılarla yapılan araştırmada eğitim düzeyinin düşüktüğe yalnızlık düzeyinin artış gösterdiği; Özvrmaz (2018) tarafından yaşlı katılımcılarla yapılan araştırmada ÇBASDÖ toplam puanının ve tüm alt ölçekler puanının eğitim lise ve üzeri olanlarda anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Katılımcıların yaşadıkları yerleşim yeri ve ÇBASDÖ ve tüm alt ölçeklerinden puanlarla arasındaki fark incelendiğinde ÇBASDÖ toplam puanı ve tüm alt ölçeklerden alınan puanlar şehir ve büyükşehirde yaşayanlarda ilçe ve köy-kasabada yaşayanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgu Özvrmaz (2018) ile Kapıkıran (2016) tarafından yaşlılar ile yapılan araştırmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir. İlçe ve köy kasabada yaşayanlarda daha düşük sosyal destek puanının olması yaşlı bireylerin çocuklarının eğitim, çalışma gibi gerekçelerle büyük şehirlere yerleşmesi çocuklarından uzakta olması sebebiyle yalnızlaşması, depresif belirtiler geliştirmesi ve sosyal açıdan izole olması; büyük şehir ve şehirlere göre ilçe ve köylerde yüz yüze iletişim açısından sosyalleşme mekanlarının ve ulaşım ağının kısıtlı olması gibi sebeplerden kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırmada katılımcıların sosyal medya kullanım sıklığı ile algılanan sosyal destek arasındaki fark da analiz edilmiştir elde edilen bulgulara göre

Katılımcıların internette geçirdiği zamanın 1-3 saatini sosyal medyada ayıranların 3-6 saat ile 6 saat ve üzerinde ayıranlara göre zamanın ne kadarını sosyal medyaya ayırıyorsunuz?” ifadesine verdiği yanıtlar ile ÇBASDÖ ölçeği ve tüm alt ölçeklerinden alınan puanlarla arasındaki fark incelendiğinde ÇBASDÖ toplam puanı ve tüm alt ölçeklerin puanı internette geçirilen zamanın 1-3 saatini sosyal medyaya ayıranlarda 3-6 saat ile 6 saat ve üzeri ayıranlara göre; İnternette geçirilen zamanın az bir zaman dilimini sosyal medyaya ayıranlarda hemen hemen yarısı, yarısından daha fazlası ve neredeyse tamamını ayıranlara göre; Sık kullanan sosyal medya uygulamalarından Facebook, Youtube ve Instagram’ı çok az kullananların sık ve çok sık kullananlara göre; Twitter ve LinkedIn’i orta düzeyde kullananların çok az ve kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla ÇBASDÖ toplam puanı ve tüm alt ölçekler puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Alan yazına bakıldığında sosyal medyanın ücretsiz ve zaman ve mekan sınırlaması olmamasından gibi avantajlı fonksiyonlarından kaynaklı sürekli kullanımlara yol açarak giderek yüz yüze iletişimin yerine geçtiği ve gerçek yaşamdaki sosyal yaşantısını negatif yönde etkilediği, kişilerde sosyal izolasyon meydana getirdiği(Erbaş, 2019, s.6) ile yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan fiziksel açıdan kısıtlamaların ve ekonomik gelir kayıplarından kaynaklı ücretsiz bir şekilde sosyal ilişkiler kurabilme, yaşlılıkta ortaya çıkan depresyon ve stresle baş etme, benlik saygısını yükseltme açısından işlevsel olduğuna dair görüşler ve bu görüşleri destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Leist, 2012, s.381).

Alan yazındaki görüşler doğrultusunda Sosyal medyayı 6 saat ve üzeri kullananlarda, Facebook, Instagram ve Youtube’u çok sık kullananlarda sosyal medyanın sunduğu avantajlardan kaynaklı sanal iletişimin yüz yüze iletişimin yerine geçtiği ve yaşlılarda meydana gelen sosyal izolasyonu arttırdığı; Twitter ve LinkedIn’i orta düzeyde kullananların ise sosyal medyanın ekonomik olması, zaman ve mekan sınırlamasının olmaması gibi sebeplerden kaynaklı kişilerde sosyal desteğin artmasına katkı sağladığı düşünülebilir.

Katılımcıların geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı ile belirlenen depresyonda olup olmama durumları ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki de analiz edilmiştir.

Katılımcılarda cinsiyet ve medeni durum ile depresyon arasındaki ilişki incelendiğinde kadınlarda erkeklere göre bekarlarda evlilere göre daha çok depresyon olduğu saptanmıştır. Alan yazındaki epidemiyolojik araştırmalar incelendiğinde kadınlarda depresyon erkeklere kadınlara göre; boşanmış ve ayrı yaşayanlarda evlilere göre 2 kat daha fazla olduğu görülmektedir (Gülümser, 2019 s.5). Araştırmamızdan elde edilen bulgu alan yazındaki epidemiyolojik araştırmalarla benzerlik göstermektedir. Alan yazında kadınların daha çok depresyonda olması biyolojik faktörlerden ziyade sosyal bağlamda ele alınmış, toplumsal cinsiyet rolleri, kadının çoğu toplumlarda erkeklere göre toplumsal ve eğitim imkanlardan daha az yararlanabilir olması gibi etmenlerle açıklanmıştır (Kevlekçi, 2013, s.21).

Katılımcıların eğitim düzeyi ile depresyon durumu arasındaki ilişki incelendiğinde depresyonun ilköğretim mezunlarında ortaöğretim, lise, üniversite ve yüksek lisans ve üzeri mezunlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha sık görüldüğü saptanmıştır. Depresyonla ilgili epidemiyolojik araştırmalar incelendiğinde toplumlarda eğitim düzeyi düşük kişilerde depresyonun daha sık görüldüğü düşük eğitim düzeyinin depresyon için psikososyal açıdan bir risk faktörü oluşturduğu görülmektedir (Kaya, 2007, s.11). Araştırmamızdan elde edilen bulgu epidemiyolojik araştırmalarla tutarlılık göstermektedir.

Katılımcıların aylık gelir düzeyi ve meslekleri ile depresyon arasındaki ilişki incelendiğinde Aylık gelir düzeyi 1000-2000 TL olanlarda 2000-3000 TL, 3000-4000 TL ve 5000 TL ve üzeri olanlara göre; emeklilerde ve ev hanımlarında memurlara ve özel sektör çalışanlarına göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan epidemiyolojik araştırmalar incelendiğinde düşük sosyoekonomik düzeyinde ve emekli ve ev hanımlarında depresyon daha sık görülmektedir (Yalvaç, 2012, s.11). Alan yazına bakıldığında elde edilen bulgunun ekonomik bağımlılık bağlamında ele alındığı görülmektedir. Yaşlanma ile birlikte ortaya çıkan hastalıklardan, artış gösteren sağlık masraflarından ve yaşamını tek başına idame ettirmekte eskiye göre güçlük çekmekte olan, diğer kişilere bağımlı olduğuna dair düşünceleri olan yaşlılarda ekonomik açıdan bağımlılık eklendiğinde yetersizlik düşünceleri oluşmakta, benlik saygısında düşüşler

meydana gelmekte ve bundan kaynaklı depresyon daha çok artış gösterdiği düşünülebilir (Mehta ve arkadaşları, 2016, s.101)

Katılımcıların yaşadıkları yerleşim yeri ve depresyon arasındaki ilişki incelendiğinde İlçede ve Köyde yaşayan yaşlılarda, şehir ve büyükşehirde yaşayanlara göre, depresyon daha sık görülmektedir. Araştırmanın bulguları Yasemin (2008) tarafından yapılan araştırmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir. Alan yazına bakıldığında şehirde yaşayan kişilerin kırsal kesimde yaşayan kişilere göre stresle başa çıkma açısından daha çözüm odaklı olduklarını (Sarı, Uymaz ve Kaya, 2019, s.452.), kırsal kesimde yaşayanların yalnızlık düzeylerinin şehirde yaşayanlara göre daha yüksek olduğunu saptayan araştırmalar mevcuttur (Özurmaz, 2018, s.123).Yaşlanma ile birlikte birçok kronik hastalıkla birlikte ölüm kaygısı, düşük benlik saygısı gibi yaşlıların işlevselliklerini kötü yönde etkileyen psikolojik bozukluklar meydana gelmektedir. Kırsal kesimde sağlık hizmetlerinin ve psikolojik destek hizmetlerinin şehire göre daha az olduğu, yaşlı bireylerin çocuklarının eğitim, iş gibi sebeplerle büyük şehirlere göç etmesinden kaynaklı meydana gelen yalnızlık hissinin meydana gelmesi sebeplerden kaynaklı kırsal kesimde daha sık depresyonun görüldüğü düşünülebilir.

65 yaş ve üzeri katılımcılarda Facebook, Youtube, Instagram, Twitter cw LinkedIn kullanım sıklığının geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı kullanılarak tanımlanan depresyonda olup olmama durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığında depresyon görülme sıklığı Facebook, Youtube ,Instagram ve Twitter’ı çok sık kullananlarda sık, orta düzey, az ve çok az kullananlara göre, LinkedIn’i çok az kullananlarda az ve orta düzeyde kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha sık görülmektedir.

65 yaş ve üzeri kişilerde “Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya ayrılan süresi ?” , “Sosyal Medya Kullanım Sıklığımız”, “Ne Zamandan Beri Sosyal Medyayı Kullanıyorsunuz?”, “İnternete Ayırdığınız Zamanın Ne Kadarını Sosyal Medyada Geçiriyorsunuz?”, “Kendinizi Sosyal Medya bağımlısı olarak görüyor musunuz ?” ifadesine verilen yanıtlarla ve sosyal medya uygulamaları kullanım sıklıklarına göre geriatrik depresyon ölçeği kesme puanı kullanılarak tanımlanan depresyonda olup olmama durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır.

Katılımcılarda depresyon Günlük olarak internette geçirdiğiniz zamanın sosyal medyaya 6 saat ve üzerini ayıranlarda 3-6 saat ve 1-3 saatini ayıranlara göre ;

sosyal medyayı haftada üç kere ve daha fazla kullananlarda haftada iki kere ve haftada bir kere kullananlara göre; sosyal medyayı 7 yıldan fazla kullananlarda 4-6 yıl arası,, 1-3 yıl arası ve 1 yıldan kullananlara göre, internette geçirilen zamanın neredeyse tamamını sosyal medyaya ayıranların, yarısından daha fazlasını, hemen hemen yarısını ve az bir zaman dilimini ayıranlara göre; Facebook, Twitter, Instagram ve Youtube’u çok sık kullananlarda sık, orta düzeyde ,az ve çok az kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha sık görülmektedir

Alan yazına bakıldığında ergenler ve yetişkinlerde sosyal medya kullanım sıklığı arttıkça depresyon düzeyinin de arttığına dair yetişkinler ve ergenler ile oldukça sık araştırmaya rastlanmıştır. Sosyal medya kullanım süresi ile depresyon arasındaki ilişki ile ilgili araştırmalar incelendiğinde elde edilen bulguların alan yazındaki araştırmalarla benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Alan yazındaki ilgili araştırmalar incelendiğinde Lin, Sidani, Shensa,, Radovic,, Miller, Colditz,, Hoffman, Giles, ve Primack (2016) tarafından 1.787 yetişkin ile yapılan araştırmanın sonuçları sosyal medyada geçirilen süre arttıkça katılımcıların depresyon düzeyleri de arttığı; Aalbers, McNally, Heeren, De Wit, ve Fried, (2019) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları sosyal medya kullanımı arttıkça depresif belirtili düzeyinin arttığı uzun süreler çevrimiçi sosyal medya kullanımı ile birlikte kişilerde yalnızlık, uyku düzeninde bozulmalar ve konsantrasyon problemleri meydana geldiği saptanmıştır. Alan yazındaki bulgular değerlendirildiğinde 65 yaş ve üzeri kişilerde de ergen ve yetişkinlerde olduğu gibi uzun sürelerde sosyal medya kullanımı problemleri sosyal medya kullanımına evrilererek sosyal izolasyona, sürekli ekrana bakmaktan kaynaklı konsantrasyon problemlerine ve uyku bozukluklarına yol açtığı ve bunun sonucunda kişilerde depresyon görülme sıklığını arttırdığı düşünülebilir.

Katılımcıların ÇBASDÖ toplam puanının ve tüm alt ölçek puanlarının depresyonu olmayanlarda depresyonu olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Araştırmamızdan elde edilen bulgu yapılan epidemiyolojik araştırmalarla benzerlik göstermektedir. Alan yazına bakıldığında algılanan sosyal desteğin düşük olmasının depresyon açısından bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Sosyal destek yaşlılık ile birlikte ortaya çıkan gelir düşüklüğü, azalan kişilerarası iletişim, stresli yaşam deneyimleri ve işlevsellikte bozulmalardan kaynaklı ortaya çıkan depresif durum ile baş etme açısından önemli bir etmendir (Arslantaş ve Ergin ,2011, s.136).

Araştırmamızda da depresyonda olmayan kişilerin anlamlı bir şekilde daha yüksek sosyal destek puanına sahip olduğu görülmektedir.

Katılımcıların BSMBÖ toplam puanı ile medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında bekarların evlilere göre sosyal medya bağımlılığı istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Elde edilen bulgu Andreassen vd. (2016) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Ağırman ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan araştırmada bekarların evlilere göre daha çok depresyonda olduğu bekarların evlilere göre daha çok yalnızlık hissettiği; Kapıkıran (2016) tarafından yapılan araştırmada bekarların evlilere göre daha düşük sosyal destek algısına ve yaşam doyumuna sahip olduğu saptanmıştır.

Evli ve çocukları ile olan yaşlılarda çeşitli meşguliyetlerden kaynaklı sosyal medya kullanımının daha kısıtlı sürelerde olduğu, bununla birlikte tek yaşamakta olan ve kendisini yalnız hisseden bireylerde kişilerle ve istediği zaman anlık olarak iletişime geçebilme, yeni insanlarla tanışabilme, eğlenceli içerikler sayesinde boş zaman geçirebilme gibi avantajlardan kaynaklı sosyal medyayı sık kullanma eğiliminde olduğu, yalnızlık ve düşük sosyal destek problemiyle sosyal medya kullanımı ile başa çıktıkları için daha uzun sürelerde kullanımlara ulaşmakta ve bu durumun işlevsel bir durum olduğunu düşünüp şikayetçi olmadığı tüm bunlarla birlikte bağımlılık düzeylerinin arttığı düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı ile Cinsiyet, aylık gelir düzeyi ve meslekleri arasındaki fark incelendiğinde kadınlarda erkeklere göre ev hanımlarının ve emeklilerin memur ve özel sektör çalışanlarından; aylık gelir düzeyi 1000-2000 TL olanların aylık gelir 2000-3000 TL, 3000-4000 TL ile 5000 TL ve üzeri olanlara göre anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. Alan yazına bakıldığında kadınlarda erkeklere göre daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanının saptandığı bulgusu Gazi ve Çetin (2017) ile Dailey, Howard, Roming, Ceballos ve Grimes (2020) tarafından yapılan araştırmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Alan yazına bakıldığında toplumsal cinsiyet rolleri, erkeklere göre kadının sosyal açıdan daha zor şartlarda yaşaması gibi sebeplerden kaynaklı kadınlarda depresyonun daha çok yaygın olduğu; yaşlılık döneminde iş kaybından dolayı yaşanan rol değişimlerinin, emeklilik ve iş kayıplarının yaşandığı, aylık gelir düzeyinin düşmesi

ile birlikte sağlıklı beslenme, meydana gelen hastalıklardan kaynaklı ilaç masrafları, sağlık hizmetleri masraflarının artması yaşlılarda ekonomik açıdan bağımlılık düşünceleri geliştirmesine ve bununla birlikte düşük benlik saygısına, yetersizlik hislerine ve depresyona yol açtığı; düşük sosyoekonomik düzeyinin yaşlılıkta depresyon için bir risk faktörü oluşturduğu saptanmıştır (Kevlekçi, 2013, s.21). Araştırmamızda elde edilen kadınlarda ve sosyoekonomik düzeyi düşük kişilerde sosyal medya bağımlılığın daha fazla olması kişilerin düşük benlik saygısı ve depresyonla başa çıkmak için sosyal medya kullanımına yönelmesi sosyal medyanın ücretsiz olmasından kaynaklı sosyal medya kullanımının pekişerek kişilerde bağımlılık düzeylerinin artış göstermesine yol açtığından kaynaklandığı düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı eğitim durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Eğitim durumu ilköğretim olanların lise, üniversite, yüksek lisans ve üzeri olanlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu saptanmıştır. İlkokul mezunlarında sosyal medya bağımlılığı puanının daha fazla olduğu bulgusu Andreassen, Pallasen ve Griffiths (2017) tarafından 23,532 katılımcı ile yürütülen araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı yaşanan yerleşim ile arasındaki farka bakıldığında köy-kasabada yaşayanların şehir ve büyük şehirde yaşayanlara göre açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla BSMBÖ puanına sahip olduğu saptanmıştır.

Alan yazına bakıldığında şehirde yaşayan kişilerin köy-kasabada yaşayan kişilere göre stresle başa çıkmak için daha çözüm odaklı, daha işlevsel yöntemleri tercih ettiğini, kırsalda yaşayanların ise genel olarak işlevsel olmayan yöntemleri tercih ettiğini (Sarı, Uyumaz ve Kaya, 2019, s.452.); depresyonun kırsal kesimde yaşayanlarda daha yaygın olduğunu (Yasemin, 2008) saptayan araştırmalar mevcuttur.

Brand, Laier ve Young (2014) tarafından yapılan araştırmada depresyon, kaygı ve düşük benlik saygısı gibi durumların bulunması ve bu durumlara ilaveten kişilerin işlevsel olmayan başa çıkma stillerini tercih ediyor olması kişileri internet kullanımına yönelmesi ve aşırı kullanımlara yol açarak bağımlılık geliştirmesinde önemli bir rolü olduğu saptanmıştır. Alan yazındaki bulgular göz önünde bulundurulduğunda köyde sağlık hizmetlerinin, psikolojik destek hizmetlerinin, sosyal aktivite için seçeneklerin psikiyatrik ve psikolojik destek imkanının daha az olması, yaşlıların çocuklarının ve

torunlarının eğitim, iş gibi sebeplerle şehirde yaşamasından kaynaklı yalnızlığın ortaya çıkması ve bunlara ilaveten işlevsel olmayan stresle başa çıkma stillerinin varlığı yaşlılarda sosyal medya kullanımını arttırarak şehirdekilere göre daha yüksek bağımlılık düzeyi geliştirmesine sebep olduğu düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı sosyal medya kullanım süreleri ile arasındaki farka bakıldığında” İnternette geçirilen zamanın neredeyse tamamını sosyal medyada geçirenlerin BSMBÖ puanı yarısından daha fazla, hemen hemen yarısını, ve az bir zaman dilimini geçirenlerden; Sosyal medyayı 6 yıldan fazla kullananların 4-6 yıl, 1-3 yıl ve 1 yıldan az kullananlardan; Sosyal medyayı haftada 3 kere ve daha fazla kullananların haftada 2 kere ve haftada 1 kere kullananlardan; İnternette geçirdiği zamanın 6 saat ve üzerini sosyal medyada geçirenlerin 3-6 saat ile 1-3 saat arasında geçirenlerden istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığına sahip olduğu saptanmıştır.

Alan yazına bakıldığında yetişkin bireylerde sosyal medya ve internet kullanımını ile ilgili birçok araştırma olduğu görülmektedir. Sum, Mathews, Hughes ve Campbell (2008) tarafından yetişkinlerle yapılan araştırmanın sonuçlarına göre interneti iletişim motivasyonu ile kullanmanın düşük yalnızlık seviyesinde etkili olduğu; Heo, Chun,, Lee, Lee ve Kim (2015) tarafından 65 yaş ve üzeri kişilerle yapılan araştırmanın sonuçlarına internet kullanımının sosyal desteği arttırmada, yalnızlık seviyesini düşürmeye, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş seviyesini yükseltmede etkisi olduğu, Zhou (2018) tarafından 65 yaş ve üzeri kişiler ile yapılan araştırmanın sonuçları sosyal medya kullanımının yalnızlık düzeyini azaltmada, yaşam doyumunu ve öz yeterlilik seviyesini arttırmada etkili olduğu saptanmıştır. Bu bulgulardan hareketle yaşlı katılımcılar için sosyal medya kullanımının uzun sürelerle evrilmesinde ve sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkması için birçok pekiştiricin olduğu söylenebilir.

Araştırmanın bulgularında gösterildiği üzere sosyal medya kullanımı için ayrılan süre artıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyleri de artış göstermektedir. Alan yazına bakıldığında araştırmadan elde edilen sosyal medyayı 4-6 saat den fazla kullananların daha fazla bağımlılık puanına sahip olduğu bulgusu Caz ve Bardakçı (2018) ve Demir ve Kumcağız (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmanın bulguları; Aydın ,Koçak, Shaw, Buber, Akpınar ve Younis, (2021) tarafından 18-62 yaş aralığındaki katılımcılarla yapılan araştırmanın bulgularıyla; Gazi ve Çetin (2017)

tarafından 18 yaş ve üzeri katılımcılarla yapılan araştırmanın bulgularıyla; Arslan, Kırık, Karaman, ve Çetinkaya (2015) tarafından 13 ve 19 yaş aralığından oluşan katılımcılarla yaptığı araştırmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Sosyal medyada geçirilen sürenin artması ile birlikte sosyal medya bağımlılığı düzeyinde artması Griffiths (2000) tarafından madde bağımlılığı belirtilerinden revize edilerek oluşturulan sosyal medya bağımlılığının davranıştan istenilen sonucu almak için davranışın tekrar sıklığının artması olarak tanımlanan tolerans maddesi ile ilişkili olduğu düşünülebilir aynı zamanda sosyal medya kullanım süresinin artması sosyal medya bağımlılığı düzeyinin artması ilişkisi 65 yaş ve üzeri popülasyon içinde geçerli olduğu söylenebilir.

Araştırmada katılımcıların BSMBÖ puanları ile Facebook, Youtube, Twitter, Instagram, LinkedIn ve Foursquare kullanım sıklığı arasındaki farka da bakılmıştır. Elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı Facebook’u çok sık kullanan katılımcılarda sık, orta düzeyde, az ve çok az kullananlara göre; sık kullanan katılımcılarda orta düzeyde, az ve çok az kullananlara göre; orta düzeyde kullanan katılımcılarda az ve çok az kullanan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Az kullanan ve çok az kullananlar arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

Alan yazındaki Facebook kullanım sıklığı ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde Stres, düşük benlik saygısı ve yalnızlığın Facebook bağımlılığı için risk faktörü olduğu (Mamun ve Griffiths ,2018 s.5); Brailovskaia, Bierhoff,, Rohmann, Raeder ve Margraf, (2020) tarafından 18-65 yaş aralığındaki katılımcılarla yapılan araştırmada Facebook’un yoğun kullanımı ile Facebook bağımlılığı arasında anlamlı pozitif türde bir ilişki olduğu; Dailey vd. (2020) tarafından yapılan araştırmada aşırı düzeyde Facebook kullanımının sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında etkisi Jung, Walden, Johnson, ve Sundar, (2017) tarafından yapılan araştırmada yaşlıların Facebook’u en çok rahat bir şekilde iletişim kurabilme, aile üyeleri ile etkileşim halinde bulunma, istenilen kişilerin profillerine girerek neler yaptıkları hakkında bilgi edinebilme ve fotoğraf paylaşımı yapabilme gibi imkanlarından dolayı kullandığı; Şentürk (2017) tarafından yapılan araştırmada Facebook’taki gruplara dahil

olma, istedikleri zaman anlık olarak ailesi ve arkadaşları ile iletişime geçebilme, eskiden irtibatla olduğu fakat çeşitli sebeplerle görüşemediği kişileri bulma ve iletişime geçme gibi sebeplerle Facebook'u kullandığı saptanmıştır.

Alan yazındaki ilgili araştırmalar gözetildiğinde Facebook vasıtasıyla emeklilik ve iş kayıplarından kaynaklı uzun yıllar içinde bulunduğu arkadaş topluluğunun dışında kalma düşünceleri, sevilen kişilerin kayıpları, çocukların eğitim ve iş imkanları sebebi ile şehir dışında olması gibi sebeplerle düşük sosyal destek algısının ortaya çıktığı 65 yaş ve üzerindeki kişilerde Facebook kullanımıyla birlikte sosyal mecralardaki gruplara dahil olup gruba ait olma ihtiyacının karşılandığı; Facebook'un uzaktaki kişilerle ücretsiz ve fiziki açıdan eforsuz bir şekilde iletişime geçebilme fonksiyonundan kaynaklı kişilerde sosyal destek ihtiyacının karşılandığı ve ödül mekanizmasından kaynaklı sürekli kullanımlara yol açarak sosyal medya bağımlılık düzeyini arttırdığı düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı ile Youtube kullanım sıklığı arasındaki fark incelendiğinde Youtube'u çok sık kullanan katılımcılarda sık, orta düzey, az ve çok az kullanan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu saptanmıştır.

Youtube ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili araştırmalara bakıldığında az sayıda araştırma olduğu görülmektedir. İlgili alan yazın incelendiğinde Sınav (2020) tarafından yapılan araştırmada yaşlı katılımcılarda akıllı telefonların ve Youtube uygulamasının kabul gördüğü kullanımının yaygınlaştığı; Aydın vd. (2021) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları sosyal medyayı boş zamanı geçirme motivasyonu ile kullananların anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu; Klobas, McGill, Moghavvemi, ve Paramanathan tarafından (2018) tarafından yapılan araştırmada Youtube'u eğlence amaçlı kullanma motivasyonunun bağımlılığın meydana gelmesinde etkili olduğu saptanmıştır.

Alan yazındaki bulgular değerlendirildiğinde Yaşlılıkta emeklilikten ve iş kayıplarından kaynaklı boş zamanın oluşması, depresyonun sık görülmesi göz önünde bulundurulduğunda yaşlıların boş zamanı doldurma veya depresyondan kaynaklı mutsuzluk hissi ile başa çıkma amacıyla kolay kullanıma sahip ara yüzü ve eğlenceli içerik açısından zengin bir mecra olmasından kaynaklı Youtube uygulamasını kullanması,

doyum sağladıkça kullanım süresini arttırması ve aşırı kullanımlara yol açarak sosyal medya bağımlılığı düzeyini yükselttiği düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı ile Twitter kullanım sıklığı arasındaki fark incelendiğinde Twitter'ı çok sık kullanan katılımcılarda sık, orta düzeyde ve az kullananlara göre; daha fazla olduğu saptanmıştır.

Twitter kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili alan yazındaki araştırmalara bakıldığında Jeri-Yabar, Sanchez-Carbonel, Tito, Ramirez-delCastillo, Torres-Alcantara, Denegri, ve Carreazo (2018) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada depresif belirti düzeyi yüksek kişilerin Twitter'ı diğer sosyal medya uygulamalarına göre daha sık kullandıklarını; Errasti, Amigo, ve Villadangos, (2017) tarafından ergen katılımcılar ile yapılan araştırmada Twitter kullanıcılarının Twitter kullanmayanlara göre benlik saygısının daha düşük olduğunu; Dailey vd. (2019) tarafından yapılan araştırmada Twitter kullanım sıklığının sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Alan yazında Twitter kullanımının bağımlılık oluşturmasının altında yatan sebeplerle ilgili görüşler incelendiğinde Jeri-Yabar vd. (2018)'e göre kendilerinin anlaşılmadığını, dinlenilmediğini düşünen kişiler Twitter kullanarak sınırsız sayıda tweet atma imkanına sahip olmakta ve attıkları tweetler sayesinde takipçileri tarafından dikkate alındığı ve dinlenildiğine dair düşünceler geliştirerek depresif durumla baş etmektedir. Bu durum kişilerde rahatlama sağladığı için depresif durumda olan kişilerde aşırı düzeyde Twitter kullanımı meydana gelmektedir. Alan yazındaki görüşler doğrultusunda yaşlı katılımcılarında kendilerinin takipçileri tarafından dinlenildiğini, anlaşıldığını düşünmesi ve bu sayede depresif durumla başa çıkabilmesi gibi etmenlerden kaynaklı sürekli kullanıma yol açtığı ve sosyal medya bağımlılığı düzeyini yükselttiği düşünülebilir.

Katılımcıların BSMBÖ puanı Instagram'ı çok sık kullananlarda sık, orta düzeyde, az ve çok az, kullananlara göre; Instagram'ı sık kullananlarda orta düzeyde, az ve çok az kullananlara göre, Instagram'ı orta düzeyde kullananlarda az ve çok az kullananlara göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazladır. Instagram kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde Shaibani (2020) tarafından yapılan araştırmada Instagram kullanım süresi ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı ve pozitif türde bir ilişki olduğu; Pecino ve Gavilan (2019) tarafından

yapılan araştırmada düşük benlik saygısına sahip bireylerde Instagram beğenilerinin Instagram bağımlılığının ortaya çıkmasında etkili bir faktör olduğu; Kırcaburun ve Griffiths (2018) tarafından yapılan araştırmada Instagram’da fotoğraf paylaşımının ve paylaşımlara alınan beğenilerin benlik saygısını arttırdığı ve durumun sürekli kullanımlara yol açarak bağımlılık geliştirmede aracı olduğunu saptanmıştır.

Alan yazındaki ilgili bulgular ile yaşlılıkta birlikte gelen fiziksel değişimler, emeklilikten kaynaklı sosyal izolasyonun görölmesi, kişilerin beden imajındaki değişimlerden kaynaklı kendine dair yarattığı algı ve beden imajına dair diğer kişilerden aldığı geri bildirimler benlik saygısını etkilemesi(Terakye, 1989, s.16) gibi etmenler göz önünde bulundurulduğunda 65 yaş ve üzeri kişilerin Instagram kullanımı ile birlikte paylaşımlara gelen beğenilerden onay alma, beğenilme gibi gereksinimlerini karşılanmasından kaynaklı benlik saygısının yükseldiği ve davranışın pekişmesinden kaynaklı sürekli kullanımlara evrilerek bağımlılık düzeylerinin yükseldiği düşünülebilir.

Araştırmanın konusu olan sosyal medya bağımlılığının depresyon ve algılanan sosyal destek ile arasındaki ilişki incelendiğinde;

Depresyonda olan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu; Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasında istatistiksel açıdan anlamlı orta düzeyde pozitif türde bir ilişki olduğu; depresyonun sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili açıklanan varyansın tek başına %58,9’unu oluşturduğu saptanmıştır.

Depresyon ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiye dair alan yazındaki araştırmalar incelendiğinde araştırmamızla benzer bulgulara sahip araştırmalar olduğu görölmektedir. Dailey vd. (2020) tarafından yapılan araştırmada depresyonda olan kişilerin anlamlı bir şekilde daha fazla sosyal medya bağımlılığı puanına sahip olduğu; Haand ve Shuwang (2020) tarafından Afganistanlı üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada depresyonun sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu; Mamun ve Griffiths (2018) tarafından Bangladeş’te üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada depresyonun Facebook bağımlılığının yordayıcısı olduğu; Taş (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada depresyonun internet bağımlılığını yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Yaşlılık döneminde depresyonun ortaya çıkış nedenleri incelendiğinde kişilerde ortaya çıkan çeşitli kronik hastalıklar, aylık gelir düzeyindeki düşüşler, fiziki görünümdeki değişimler, sevilen kişilerin kayıpları, emeklilikten kaynaklı kişilerde meydana gelen rol değişimleri, ekonomik kayıplardan, emeklilik ve hastalıklardan kaynaklı kişide meydana gelen kısıtlamalar kişilerde yetersizlik hissi, başkalarında bağımlılık düşüncüleri meydana getirmekte bu düşüncelerden kaynaklı benlik saygısında düşüşlere yol açmakta, diğer kişilerle iletişim talebinin muhtaçlık gibi algılanmama düşüncelerinden hareketle sosyal çevresinden izole olması ile birlikte depresyonu meydana getirmektedir. Sosyal medya uygulamaları 65 yaş ve üzeri kişilerin yaşlılıkta meydana gelen düşük benlik saygısı, ekonomik durumun ve iş kayıplarının yarattığı yetersizlik hisleri, sosyal izolasyon ile baş etmesi için birçok özellik barındırmaktadır.

Kişiler sosyal mecralara ücretsiz bir şekilde erişebilmek için diğer kişiler ile arkadaşlık kurabilmekte, zaman ve mekan sınırlaması olmadan iletişime geçebilmekte, yaptıkları paylaşımlar ile kendilerini ifade edebilmekte, emeklilikte ortaya çıkan boş zamanı sosyal medya uygulamalarının sunduğu oyun ve eğlenceli içeriklerle geçirebilmekte ve bu sayede stres ve depresyonla başa çıkabilmektedir. Sosyal medya kullanımı ile depresif semptomları hafifleyen yaşlılarda diğer bağımlılıklarında olduğu gibi ortaya çıkan ödül mekanizmasından kaynaklı davranışın tekrar sıklığının arttığı depresyonla başa çıkma adına sosyal medya kullanımının davranış repertuarına eklendiği ve depresif semptomları bastırma adına sürekli olarak sosyal medya kullanımını tercih ettiği bunun sonucunda sosyal medya bağımlılığı geliştirdiği; sosyal medya bağımlılığının kaynaklı uyku uyanıklık döngüsünde bozulmaların; sürekli dijital ekrana maruz kalmalardan kaynaklı ortaya çıkan görme bozukluklarının, yüz yüze iletişim yerine sanal iletişimin tercih edilmesinden kaynaklı ortaya çıkan sosyal izolasyonun kişilerin depresyon seviyesinin yükseldiği düşünülebilir.

Sosyal medya bağımlılığı ile ÇBASDÖ toplam puanı arasında istatistiksel açıdan anlamlı yüksek düzeyde ve negatif türde; sosyal medya bağımlılığı ile ÇBASDÖ aile, arkadaş, özel insan alt ölçek puanlarının arasında istatistiksel açıdan anlamlı orta düzeyde negatif türde bir ilişki olduğu; aileden ve özel insandan alınan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu depresyonla birlikte sosyal medya bağımlılığı ile ilgili açıklanan varyansın %68,8'ini açıkladığı saptanmıştır.

Alan yazında algılanan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi ve etkisine dair yapılan araştırmalar incelendiğinde saptadığımız bulgular ile benzerlik gösteren araştırmaların olduğu görülmektedir. Araştırmamızın konusu ile ilgili literatür taraması yapıldığında Alimoradi, Lin, Imani,, Griffiths, ve Pakpour, (2019) tarafından İranlı kadınlarla yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığının algılanan sosyal destek ile negatif türde bir ilişki olduğu, algılanan sosyal desteğin sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olduğu; Taş (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile ÇBASDÖ toplam puan ve tüm alt ölçekler puanının arasında negatif türde bir ilişki olduğu sosyal desteğin internet bağımlılığının yordayıcısı olduğu;. Taş ve Öztosun (2018) ergenlerle yaptığı araştırmada sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında negatif türde bir ilişki olduğu; Hardie ve Tee (2007) yetişkinlerle yaptığı araştırmada algılanan sosyal destek ve internet bağımlılığı arasında negatif türde bir ilişki olduğu ve sosyal desteğin internet bağımlılığının yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Yaşlanma ile birlikte ekonomik gelir kayıpları yaşayan, hastalıklardan kaynaklı kendisini eskiye göre kısıtlanmış ve diğer kişilere bağımlı hissedilen 65 yaş ve üzeri kişiler için sosyal medyada birçok avantaj ve sosyal medya kullanımı için pekiştirici bulunmaktadır. İstedikleri zaman görüşmek istedikleri kişiler ile ücretsiz ve anlık olarak iletişim kurabilme, yeni birileri ile tanışabilme gibi avantajlardan kaynaklı yaşlıların sosyal medya kullanımı pekişerek yüz yüze iletişim yerine sanal iletişim tercih edilmesine; emeklilikle birlikte meydana gelen boş zamanı, rol değişimlerden ve fiziksel hastalıklardan kaynaklı ortaya çıkan depresif belirtilerle başa çıkma adına sosyal medya kullanımının pekişerek sosyal medyada uzun zaman geçirmelerine ve bunun sonucunda sosyal izolasyona, sosyal destek kayıplarına yol açtığı düşünülebilir.

TÜİK tarafından 2014 yılında yapılan İstatistiklerle yaşlılar araştırmasının sonuçlarına göre 65 yaş ve üzeri bireylerin %71.4' ünün mutluluk kaynağı aile bireyleri, %14,7 sinin mutluluk kaynağı çocukları, %6.4' ünün mutluluk kaynağı eşi; %4,5' inin ise torunları olarak; TÜİK tarafından 2017 yılında yapılan araştırmanın sonuçlarına göre mutluluk kaynağının %65.8' inin aileleri % 16.5' inin ise çocuklarının olduğu saptanmıştır. Elde edilen verilerden ortaya çıkan sonuç 65 yaş ve üzeri bireylerin hemen hemen tamamı ailesini mutluluk kaynağı olarak görmektedir.

Aileden alınan sosyal desteğin yetersiz kalması durumunda 65 yaş ve üzeri kişilerde mutsuzluk meydana gelmektedir. Demir (2021) tarafından ergenler ile yapılan araştırmanın sonuçları ve Baltacı (2019) tarafından yetişkinlerle yapılan araştırmanın sonuçlarına göre mutsuzluk ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif türde bir ilişki olduğu mutsuzluğun sosyal medya bağımlılığının ortaya çıkmasında etkili olduğu saptanmıştır. TÜİK (2017) verileri ve mevcut bulgulardan hareketle 65 yaş ve üzeri kişilerin aileden aldıkları sosyal destek seviyelerindeki düşüşten kaynaklı ortaya çıkan mutsuzluk ile başa çıkma, mutsuzluğu giderme amacı ile sosyal medya kullanımına yönelmesi bu davranışın pekişerek sürekli uygulanması ve bu durumun patolojik kullanımlara, sosyal medya bağımlılığının oluşmasında rolü olduğu düşünülebilir.

Sonuç ve Öneriler.

Araştırmamızda Görüldüğü üzere 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığının depresyon ve algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Kadınların erkeklere göre; Köy-Kasabada yaşayanların Şehir-Büyük şehir de yaşayanlara göre; Ev hanımlılarının memur ve özel sektör çalışanlarına göre; aylık gelir düzeyi 1000-2000 TL olanlarda 2000-3000 TL, 3000-4000 TL ve 5000 TL ve üzeri olanlara göre; anlamlı bir şekilde daha fazladır. Depresyon, Aileden alınan sosyal destek ve özel insandan alınan sosyal destek sosyal medya bağımlılığını yordamaktadır. Elde edilen bulgular bağlamında öneriler:

Sosyal medya kullanımının kişilerde meydana getirebileceği olumsuz durumlardan korumak ve önleme adına sosyal medya bağımlılığı riski bulunan 65 yaş ve üzeri bireylere halk sağlık kuruluşlarında, belediyelerde vb. kamu kuruluşlarında seminerler verilmesi ve sosyal medya bağımlılığı hakkında kamu spotu yayınları aracılığı ile farkındalık çalışmalarının yapılması; 65 yaş ve üzeri bireylerde depresyon ve sağlıklı başa çıkma stilleri hakkında konferanslar, seminerler düzenlenmesi; 65 yaş ve üzeri bireylerde Sosyal medya kullanımının işlevsel ve zaman sınırı dahilinde kullanımının teşvik edilmesi; kırsal kesimde 65 yaş ve üzeri kişiler için büyük şehirdeki tiyatro, kütüphane, belediye sosyal tesisleri gibi sosyalleşme ve etkinlik imkanlarının sağlanması, depresyon tedavisi için psikiyatrik ve psikolojik destek imkanlarının artırılması ve yaygınlaştırılması; belediyeler tarafından 65 yaş ve üzeri kişilerin ücretsiz bir şekilde katılabileceği sosyalleşmelerini sağlayacak geziler, etkinlikler düzenlenmesi önerilir.

Araştırma ile ilgili öneriler:

Alan yazına bakıldığında sosyal medya bağımlılığı ile ilgili araştırmaların genellikle ergen ve üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemle yapıldığı, 65 yaş ve üzeri katılımcılarla genellikle sosyal medya kullanım motivasyonlarına dair araştırmaların yapıldığı, 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili değişkenlere dair oldukça az çalışma olduğu görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı 65 yaş ve üzeri kişilerde yalnızlık ve hareketsiz yaşam tarzına yol açmasından kaynaklı biyopsikososyal açıdan negatif yönde etkilemektedir. 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili değişkenlere dair daha çok araştırmalar yapılması, 65 yaş ve üzeri kişilerde sosyal medya bağımlılığının etiyojisi araştırılması; kesme puanı olan bir ölçek kullanılarak yapılacak araştırmalarla ülkemizde 65 yaş ve üzerinde sosyal medya bağımlılığının yaygınlığının saptanması önerilir.

KAYNAKÇA

- Aalbers, G., McNally, R. J., Heeren, A., De Wit, S., ve Fried, E. I. (2019). Social media and depression symptoms: A network perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 148(8), 1454
- Açıkdilli, G., Atalay, K. D., Kurtulmuşoğlu, F. B., ve Çıdam, E. (2018) Yaşlı Pazarının Sosyal Medya Kullanımlarının Satın Alma Davranışları Üzerindeki Etkisinin Teknoloji Kabul Modeli Kapsamında İncelenmesi: 55 Yaş Üstü Kadınlara Yönelik Bir Çalışma. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2), 317-336.
- Admış, F. (2020). Bir dijital pazarlama aracı olarak instagram: Küçük işletmeler üzerine bir araştırma. Erciyes: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes Üniversitesi.
- Ağar, A. (2020) Yaşlılarda Ortaya Çıkan Psikolojik Değişiklikler. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 3(2), 75-80.
- Ağırman, E., ve Gençler, M. Z. (2017). Huzurevinde, evde ailesiyle ve yalnız yaşayan yaşlı bireylerde depresyon, yalnızlık hissi düzeylerinin karşılaştırılması. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 7(3), 234-240.
- Akbakın, D. N. (2019). Gözetim toplumunda teşhir olgusu: Facebook ve instagram örneği. Erzurum: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi.
- Akçagöz, H. (2017). Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi.
- Akkoyunlu, S. ve Türkçapar, M. H. (2013). Bir teknik: Alternatif düşünce oluşturulması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(1):53-59.
- Aktan, E. (2018) Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, (5)4, 405-421.
- Aktaş, H. ve Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1): 85-100.
- Al Mamun, M. A., ve Griffiths, M. D. (2019). The association between Facebook addiction and depression: A pilot survey study among Bangladeshi students. *Psychiatry Research*, 271, 628-633.
- Alimoradi, Z., Lin, C. Y., Imani, V., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2019). Social media addiction and sexual dysfunction among Iranian women: The mediating role of intimacy and social support. *Journal of behavioral addictions*, 8(2), 318-325.
- Altın, G. E. (2012). Perinatal Depresyon Tedavisinde Kişilerarası Terapi. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar*, 4(2), 188-203

- Altıntaş, T. (2019). Algılanan ebeveyn tutumlarının koşullu öz değerdeki rolü ve depresyon ile ilişkisi .Lefkoşa: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yakın Doğu Üniversitesi
- Altun, R. (2015). Dindarlık ve Depresyon İlişkisi. *International Journal of Humanities and Education*, 1(1), 15-42.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., ve 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. doi: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Appel, M., ve Gnambs, T. (2019). Shyness and social media use: A meta-analytic summary of moderating and mediating effects. *Computers in Human Behavior*, 98, 294-301. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.018>
- Ardahan, M. (2010). Yaşlılık ve huzurevi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 25-32.
- Arılık, M. (2019). Madde bağımlılarının damgalanma sonrası bağımlılık döngüsü. Bursa: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uludağ Üniversitesi.
- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(3), 37-40.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M., ve Çetinkaya, A. (2015). Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Dijital Bağımlılık. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8(8), 34-58.
- Arsılantaş H. ve Ergin, F. (2011). Yalnızlık, Depresyon, Sosyal Destek ve Etki Eden Faktörler. *Turkish Journal of Geriatrics*, 14(2), 135-144.
- Aslan, T. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kaygılarının Sosyal Medya Bağımlılıklarını Yordayıcı Rolünün İncelenmesi. Mersin: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çağ Üniversitesi.
- Atıcı, B. ve Yıldırım, S. (2010). Web 2.0 uygulamalarının e-öğrenmeye etkisi. *Akademik Bilişim*, 10: 10-12.
- Aydın, E. (2018). Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlamlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Aydın, S., Koçak, O., Shaw, TA, Buber, B., Akpınar, EZ, & Younis, MZ (2021) Investigation of the Effect of SocialMedia Addiction on Adults with Depression. *Health Care* 9,(4),

- Aydiner Boylu, A., & Hazer, O. (2012). An Analysis Of The Factors Affecting The Perceived Social Support Among *The Elderly*. *Journal of Society & Social Work*, 23(1).
- Ayğar, B. B., ve Uzun, B. (2018). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 1-19..
- Aytekin, Ç. (2011). Wiki Uygulamalarına İletişimsel Yaklaşım İle Bir Model Önerisi Offering A Communicational Approach Model To Wiki Applications. *Online Academic Journal of Information Technology*, 2(5), 7-17.
- Bae, S. M., ve Koh, Y. S. (2017). A exploratory study for Influential factors of smartphone over-dependence in elder and older Group. *Journal of Digital Convergence*, 15(7), 111-121. doi: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.111>
- Bakan, U. (2014). Bireysel farklılıkların sosyal sermaye oluşumuna etkisi. Facebook ve LinkedIn kullanıcıları üzerine tartışmalı bir analiz. İzmir: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi.
- Bal, F. (2020) Beyin Dalgalarının Depresyon Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(3):252-270.
- Balcı Ş. ve Sarıtaş, H. (2019). Sosyal Medya Kullanımının Bir Belirleyicisi Olarak Narsisizm: Konya'da Yaşayan Kullanıcılar Üzerine Bir İnceleme. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (31), 689-709.
- Balcı, Ş. ve Gölcü, A. (2013). Facebook Addiction among University Students in Turkey: "Selcuk University Example". *Türkiyat Araştırmaları Dergisi* (34), 255- 278.
- 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.
- Bardakçı, Ş. (2019).Devlet koruması altında yetişen bireylerin sosyal destek algısı ve aile aidiyetinin incelenmesi. Konya: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi.
- Başer, Z. (2006) Aileden algılanan sosyal destek ile kendini kabul düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi Erzurum: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi
- Beğen, T., & Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve yaşlılık epidemiyolojisi. *Klinik gelişim*, 25(3), 1-3.
- Bell, C., Fausset, C., Farmer, S., Nguyen, J., Harley, L., ve Fain, W. B. (2013). Examining social media use among older adults. *In Proceedings of the 24th ACM conference on hypertext and social media*, 158-163. doi:<https://doi.org/10.1145/2481492.2481509>

- Biçer, S. (2014). Akademisyenlerin Sosyal Ağlarda Bulunma Motivasyonları: Facebook Örneği. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2014, 40.:59-80
- Bielen, J., Melada, A., ve Markelić, I. (2015). Depression and circadian typology. *Psychiatria Danubina*, 27(2), 190-192
- Bilge, Y., Baydili, K. N. ve Göktaş, S. Ş.(2020). Sosyal Medya Bağımlılığını Yordamada Anksiyete, Stres ve Günlük Sosyal Medya Kullanımı: Meslek Yüksekokulu Örneği. *Bağımlılık Dergisi*, 21.3: 223-235.
- Bilgin, M., Şahin, İ., ve Togay, A. (2020). Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Anne-Baba Ergen İlişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 45(202), 263-281
- Binbay, Z.(2011). Major depresyonu olan hastaların birinci dereceden yakınlarında depresyon varlığının araştırılması, stresle başa çıkma yöntemleri, mizaç ve karakter özellikleri İstanbul: Tıp Fakültesi, Maltepe Üniversitesi.
- Boyacı, M., ve İlhan, T. (2016). Bilişsel Davranışçı Terapi Yaklaşımının Film Analizi Yöntemiyle İncelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 12(2):734-746
- Boyd, D. M., ve Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-mediated Communication*, 13(1), 210–230. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bozkurt, H., Şahin, ve., & Zoroğlu, S. (2016). İnternet bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. *Journal Of Contemporary Medicine*, 6(3), 235-247.
- Brailovskaia, J., Bierhoff, H. W., Rohmann, E., Raeder, F., & Margraf, J. (2020). The relationship between narcissism, intensity of Facebook use, Facebook flow and Facebook addiction. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100265. doi: <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100265>
- Brailovskaia, J., Schillack, H., ve Margraf, J. (2020). Tell me why are you using social media (SM)! Relationship between reasons for use of SM, SM flow, daily stress, depression, anxiety, and addictive SM use—An exploratory investigation of young adults in Germany. *Computers in Human Behavior*, 113, 106511.. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106511>
- Brailovskaia, J., ve Margraf, J. (2020). Relationship between depression symptoms, physical activity, and addictive social media use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 1-5. doi:<https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0255>
- Brand, M., Laier, C., & Young, K. S. (2014). Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications. *Frontiers in psychology*, 5, 1256.
- Bulunmaz, B. (2011). Otomotiv Sektöründe Sosyal Medyanın Kullanımı ve Fiat Örneği, *Global Media Journal*, 2(3),19-50.

- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M., ve Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: a review of meta-analyses. *Clinical psychology review*, 26(1), 17-31. doi:<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.07.003>
- Bülbül, B. ve Rugancı, N., R. (2020). Yas ve saldırganlık-anılmayanın gölgesi. *Toplum ve Hekim*.35(4), 293-299
- Bülbül, F., Çakır, Ü., Ülkü, C., Üre, I., Karabatak, O., ve Alpak, G. (2013). Yineleyen ve ilk atak depresyonda çocukluk çağı ruhsal travmalarının yeri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14, 93-99.
- Cansız, S. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve duygusal yeme arasındaki ilişkinin incelenmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi.
- Carpenter, C. J. (2012). Narcissism on Facebook: Self-promotional and anti-social behavior. *Personality and individual differences*, 52(4), 482-486. doi: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.011>
- Caz, Ç., ve Bardakçı, S. (2019). Sosyal Medya Bozukluğu: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17),1100-1124.
- Cengil, M. (2003). Depresyonu Önlemede Dini İnançın Koruyucu Rolü. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 3(3), 129-152.
- Chang-Quan, H., Xue-Mei, Z., Bi-Rong, D., Zhen-Chan, L., Ji-Rong, Y., ve Qing-Xiu, L. (2010). Health status and risk for depression among the elderly: a meta-analysis of published literature. *Age and ageing*, 39(1), 23-30. doi: <https://doi.org/10.1093/ageing/afp187>
- Cheung, Christy M.K., Chiu, Pui-Yee ve Lee, Matthew K.O. (2011), Online social networks: Why do students use Facebook?, *Computers in Human Behavior*, 27, 1337–1343 doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.07.028>
- Cole, M. G., ve Dendukuri, N. (2003). Risk factors for depression among elderly community subjects: a systematic review and meta-analysis. *American journal of psychiatry*, 160(6), 1147-1156. doi:<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.6.1147>
- Cuijpers, P., Berking, M., Andersson, G., Quigley, L., Kleiboer, A., ve Dobson, K. S. (2013). A meta-analysis of cognitive-behavioural therapy for adult depression, alone and in comparison with other treatments. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 58(7):376-385. doi:<https://doi.org/10.1177%2F070674371305800702>
- Çakır, Y., ve Palabıykoğlu, R. (1997). Gençlerde sosyal destek-çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 5(1), 15-24.

- Çayırılı, E. (2017). Sosyal medya kullanım özelliklerinin kişilik yapılanmaları, yaşam doyumu ve depresyon açısından incelenmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Işık Üniversitesi.
- Çelebi, I. (2018). Mobbing ve örgütsel sessizlik arasındaki ilişkide öğrenilmiş çaresizliğin rolü: kamu ve özel sektör çalışanlarına yönelik bir alan araştırması. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi.
- Çelik, F. H., ve Hocaoğlu, Ç. (2016). Major depresif bozukluk'tanımı, etyolojisi ve epidemiyolojisi: Bir gözden geçirme. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 6(1), 51-66.
- Çevik, G. B., & Yıldız, M. A. (2017). The Roles of Perceived Social Support, Coping, and Loneliness in Predicting Internet Addiction in Adolescents. *Journal of Education and Practice*, 8(12), 64-
- Çınar, B. (2020) Depresyon, benlik saygısı ve denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi Lekoşa: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yakın Doğu Üniversitesi.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-434.
- Çimen, E. (2020). Major depresif bozuklukta histon modifikasyonu, çocukluk çağı travmaları ve mizaç özellikleri arasındaki ilişkinin araştırılması. Denizli: Tıp Fakültesi, Pamukkale Üniversitesi.
- Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S. M., Ceballos, N., & Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(2), 158-167
- Dalkıç, A. (2019). Instagram kullanan ergenlerde beden algısı ve özyeterliliğin incelenmesi. Van: Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi.
- Danış, M. Z. (2009). Türkiye'de Yaşlı Nüfusun Yalnızlık ve Yoksulluk Durumları ve Sosyal Hizmet Uygulamaları Açısından Bazı Çıkarımlar. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 20(1), 67-84.
- Demir, G., Ünsal, A., Arslan, G. G., ve Çoban, A. (2013). Huzurevinde ve evde yaşayan yaşlılarda depresyon yaygınlığının karşılaştırılması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Demir, Y. (2021). Relationships among childhood experiences, happiness and social media addictions in adolescents. Educational Process: *International Journal*, 10(1),
- Demir, Y., ve Kumcağız, H. (2019). Investigating the Effects of Several Variables on University Students' Social Media Addiction. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(52):23-42.
- Demirci, İ. (2019) Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, depresyon ve anksiyete belirtileriyle ilişkisinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(1):15-22.

- Demirkol, O. (2017). Sosyal medya gündeminin algılanışı üzerine niteliksel bir kullanıcı araştırması. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 129-159.
- Demirtaş, A. S. (2007). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki. Ankara: Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi.
- Demirtaş, H. (2015). Yaşlılarda üriner inkontinans geriatrik depresyon ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Ankara: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Deperlioğlu, Ö. ve Köse, U. (2010). Web 2.0 teknolojilerinin eğitim üzerindeki etkileri ve örnek bir öğrenme yaşantısı. *Akademik Bilişim*, 10, 10-12.
- Dilbaz, N., ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi* 1(3)134-138
- Doğan, O. (2000). Depresyonun epidemiyolojisi. *Duygudurum Dizisi*, 1(1), 29-38.
- Donnelly, E., & Kuss, D. J. (2016). Depression among users of social networking sites (SNSs): The role of SNS addiction and increased usage. *Journal of Addiction and Preventive Medicine*, 1(2), 107.
- Drahošová, M., & Balco, P. (2017). The analysis of advantages and disadvantages of use of social media in European Union. *Procedia Computer Science*, 109, 1005-1009. doi: <https://doi.org/10.1016/j.procs.2017.05.446>
- Eker, D., Arkar, H., ve Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği., 12(1):17- *Türk Psikiyatri Dergisi*
- Eker, D., ve Arkar, H. (1995). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 45-55.
- Eker, E., & Noyan, A. (2004). Yaşlıda depresyon ve tedavisi. *Klinik Psikiyatri*, 2, 75-83. Erarslan, Işık, 2019, s.33
- Eldem, S. ve Elibol, T. (2020) Üniversite Öğrencilerinin Instagram Kullanma Davranışları. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 4(3): 157-164.
- Elveren A. H. (2020). Boşanmış, çalışan ve çocuklu kadınlarda depresyon, algılanan stres düzeyleri ve gerçek yetenekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Lefkoşa: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yakın Doğu Üniversitesi.
- Erbaş, S. (2019). Facebook yalnızlık rehabilite merkezi mi?. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 28(1), 1-16.
- Erbatu, B. (2017). Huzurevi ve evde yaşayan yaşlıların yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması Kırklareli: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırklareli Üniversitesi.

- Erbay Evcı, K. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve sosyal yetersizlik ve kontrol hissi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gelişim Üniversitesi.
- Erben, Ş. E. ve Salı, J. B. (2015). "Blogalanda Blog Yazarlarının Etkileşim Biçimleri ve Görsel Öğelerin Kullanımı", *Global Media Journal TR Edition*, 5 (10), 176-207
- Erdoğan, Z. (2013) Huzurevinde kalan yaşlılarda reikinin ağrı, yaşam kalitesi ve depresyon üzerine etkisi. İstanbul: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.
- Erdoğan, Ö. ve Kesim, M. (2012). Ağ günlüklerinin kurumsal düzeyde kullanılması. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 8-23.
- Ergenç, A.(2011). Web 2.0 ve Sanal Sosyalleşme:Facebook örneği. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü,, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Errasti, J., Amigo, I., & Villadangos, M. (2017). Emotional uses of Facebook and Twitter: Its relation with empathy, narcissism, and self-esteem in adolescence. *Psychological Reports*, 120(6), 997-1018.
- Ertan, T., Eker, E., ve Şar, V. (1997). Geriatrik depresyon ölçeğinin Türk yaşlı nüfusunda geçerlilik ve güvenilirliği. *Nöropsikiyatri arşivi*, 34(2), 62-71.
- Eser, S., Saatli, G., Eser, E., Baydur, H., & Fidaner, C. (2010). Yaşlılar için dünya sağlık örgütü yaşam kalitesi modülü WHOQOL-OLD: Türkiye alan çalışması Türkçe sürüm geçerlilik ve güvenilirlik sonuçları. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1).
- Eurostat (2018). <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/EDN-20190629-1> (07/10/2020 Tarihinde Erişildi)
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C., ve Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106364:1-6 doi:<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>.
- Gazi, M. A., & Çetin, M. (2017). The research of the level of social media addiction of university students. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(2), 549-559.
- Genç, F., Küçük, E., & Onur, O. (2015). Huzurevinde ve Evde Yaşayan Yaşlıların Sosyal Destek Algılarının Karşılaştırılması. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 4(2), 47-53.
- Gençer, A. G., Karadere, M. E., Okumuş, B., & Hoccoğlu, Ç. (2018). DSM-5'e giremeyen tanılar (kompulsif satın alma, misophonia, Facebook kıskançlığı, pagofaji, siberkondria, internet bağımlılığı, *Türkiye Klinikleri*, 11, 87-96.

- Geoghegan, M W. ve Klass, D. (2007). Podcast Solutions: The Complete Guide to Audio and Video Podcasting. USA: Springer. [Adobe Digital Editions sürümü]. Erişim adresi: <https://books.google.com.tr>
- Göçoğlu, V. (2014). Kamu politikası ve sosyal medya ilişkisi. Ankara, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer" addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 3(2), 211-218. doi: <https://doi.org/10.1089/109493100316067>
- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: *Emerging themes and issues. Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5),1000e118 doi: <http://dx.doi.org/10.4172/2155-6105.1000e118>
- Gülümser, Ö. (2019). Çocukları 0-42 aylık olan annelerde depresyon sıklığı ve anne depresyonunun çocukların gelişimleri üzerine etkisi. Ankara: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- Gündoğdu, F., Boztaş, E. N., Güler, E., Akbaba, A., ve Varsoyoğlu, S. Hemşirelik Bölümü Öğrencilerinin Zaman Yönetim Becerileri ve Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesi. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(2), 5-16.
- Gündüz, B., & Sağlam, N. (2020). Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısı, Ebeveyn Ve Akranı Bağlanmanın Depresyonu Yordamadaki Katkısı, *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(1), 243-267.
- Güneş, E. (2019). Sosyal medyanın seçim dönemlerinde algı yönetimi aracı olarak kullanılması, 31 mart yerel seçimlerinin twitter üzerinden analizi. İzmir: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi.
- Haand, R., & Shuwang, Z. (2020). The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 780-786.
- Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Araştırması, 2019.(2019, Ağustos) *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, 30574. Erişim adresi : <http://www.tuik.gov.tr/PreHaber>
- Harandi, T. F., Taghinasab, M. M., ve Nayeri, T. D. (2017). The correlation of social support with mental health: A meta-analysis. *Electronic physician*, 9(9), 5212. doi:<http://dx.doi.org/10.14283/jnhrs.2017.7>
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive Internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in Internet Addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies & Society*, 5(1).
- Harris, T., Cook, D. G., Victor, C., Rink, E., Mann, A. H., Şah, S., DeWilde, S., ve Beighton, C. (2003). Predictors of depressive symptoms in older people—a

- survey of two general practice populations. *Age and ageing*, 32(5), 510-518. doi: <https://doi.org/10.1093/ageing/afg087>
- Hatipoğlu, H. B. (2009). Sosyal medya ve ticaret hayatına etkileri (1). *CİO Club*, 1(2), 71-74..
- Hazar, Ç. M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (32), 151-175.
- Heo, J., Chun, S., Lee, S., Lee, K. H., ve Kim, J. (2015). Internet use and well-being in older adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 268-272. doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0549>
- Herken, H. (2002). Depresyonun Etiyolojisinde Genetik Kanıtlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5(4), 5-10.
- Ho, R. C., Zhang, M. W., Tsang, T. Y., Toh, A. H., Pan, F., Lu, Y., & Watanabe, H. (2014). The association between internet addiction and psychiatric comorbidity: a meta-analysis. *BMC psychiatry*, 14(1),1-10. doi: [://dx.doi.org/10.1186/1471-244X-14-183](https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-183)
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., ve Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of psychosocial research on cyberspace*, 13(1). doi: <https://doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- Hovardaoğlu, S. (2017). Öğrenilmiş çaresizlik ve depresyon: Yükleme biçimi ölçeği ve beck depresyon ölçeğiyle yapılan bir çalışma. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 33(1-2), 222-230.
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., & Young, J. (2018). No more FOMO: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751-768.
- Işık, D. (2013). Üniversite kütüphanelerinde web 2.0 teknolojilerinin kullanımı ve web tabanlı kullanıcı eğitimi için öneriler. *Türk Kütüphaneciliği*, 27(1): 100-116.
- Işık, E. (2003). Depresyon ve Bipolar Bozukluklar, Ankara: Görsel Sanatlar Matbaacılık.
- İlgar, M. Z., ve İlgar, S. C. (2019). Varoluşçu psikolojik danışma ve psikoterapi: teori ve pratiği. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 23(1), 193-220.
- İstatistiklerle Yaşlılar, 2016. (2017, Mart) *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni* 27595. erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaber>
- İstatistiklerle yaşlılar, 2019 (2020, Mart) *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*. 33712. Erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaber>
- Jafarkarimi, H., Sim, A. T. H., Saadatdoost, R., ve Hee, J. M. (2016). Facebook addiction among Malaysian students. *International Journal of Information and Education Technology*, 6(6), 465.

- Jansson, A. H., Muurinen, S., Savikko, N., Soini, H., Suominen, M. M., Kautiainen, H., ve Pitkälä, K. H. (2017). Loneliness in nursing homes and assisted living facilities: prevalence, associated factors and prognosis. *Journal of Nursing Home Research*, 3, 43-49. doi: <http://dx.doi.org/10.14283/jnhrs.2017.7>
- Jeri-Yabar, A., Sanchez-Carbonel, A., Tito, K., Ramirez-delCastillo, J., Torres-Alcantara, A., Denegri, D., & Carreazo, Y. (2019). Association between social media use (Twitter, Instagram, Facebook) and depressive symptoms: Are Twitter users at higher risk?. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 14-19.
- Jung, E. H., Walden, J., Johnson, A. C., & Sundar, S. S. (2017). Social networking in the aging context: Why older adults use or avoid Facebook. *Telematics and Informatics*, 34(7), 1071-1080. doi: <https://doi.org/10.1016/j.tele.2017.04.015>
- Kalyoncu, A. (2012). Plastik düşler bağımlılık hakkında gerçekler yeni bilgiler, yeni tedaviler, yeni umutlar. İstanbul: Kapital Yayınları.
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Sosyal desteğin aracılık rolünün sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1), 13-25.
- Kaplan, A. M., ve Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68. doi: <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Karabulut, Y. E., ve Küçüksille, E. U. (2018), Twitter Profesyonel İzleme ve Analiz Aracı. *Teknik Bilimler Dergisi*, 8(2), 17-24.
- Karaköse, H. B. (2019) Üniversite öğrencilerindeki akıllı telefon bağımlılığının yaşam doyumu ve depresyon açısından incelenmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gelişim Üniversitesi.
- Karcıoğlu, F. ve Kurt, E. (2009) Örgütsel İletişimin Etkililiği Açısından Kurumsal Bloglar ve Birkaç Kurumsal Blogun İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 23(3), 1-17.
- Kaya, Ö. S., ve Odacı, H. (2019). Birey merkezli terapiye dayalı bir psiko-eğitim programı akademik erteleme davranışı üzerinde ne kadar etkili? Bir değerlendirme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(53), 261-295.
- Keçeci, A. (2007). Hemşirelik eğitiminde iletişime yeni bir yaklaşım: Transaksiyonel analiz. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 4(2), 1-12.
- Kevlekçi, M. (2013). Erken dönem uyumsuz şemalar, tutumlar ve hatalı otomatik düşüncelerin depresif duygudurum ve intihar düşüncelerine etkisi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi
- Kılınç, E. (2019). Özne-nesne ilişkisi bağlamında psikodinamik yaklaşımların imgelem yoluyla gerçeküstü resimsel anlamlandırmaları. Malatya: Sosyal Bilimler Enstitüsü, İnönü Üniversitesi.

- Kıranoglu, O. (2018). Sosyal medyada yapılan yorumların tüketici satın alma niyeti üzerindeki etkisi: Bartın ili uygulaması. Bartın: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın Üniversitesi.
- Kırık, M. (2013). Gelişen Web Teknolojileri ve Sosyal Medya Bağımlılığı Sosyalleşen Birey, Konya: Çizgi Yayınları.
- Kircaburun, K. (2016). Self-Esteem, Daily Internet Use and Social Media Addiction as Predictors of Depression among Turkish Adolescents. *Journal of Education and Practice*, 7(24):64-72.
- Klobas, J. E., McGill, T. J., Moghavvemi, S., & Paramanathan, T. (2018). Compulsive YouTube usage: A comparison of use motivation and personality effects. *Computers in Human Behavior*, 87, 129-139. doi:https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.05.038
- Kocataş, S., Güler, G., & Güler, N. (2004) 60 yaş ve üzeri bireylerde depresyon yaygınlığı. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7(1), 1-10
- Koç, A., Gökler, M. E., ve Bilgehan, T. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Takıntılı Özçekim Davranışının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Bakımından Karşılaştırılması. *Yeni Symposium* ,57(4), 15-20.
- Koçyiğit, S. (2019). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanısı alan ve almayan ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri, mizaç özellikleri ve anne baba tutumları açısından karşılaştırılması. Edirne: Tıp Fakültesi, Trakya Üniversitesi.
- Koptagel, İlal, G. (1999). Psikodinamik açıdan depresyon.[Öz] Depresyon, somatizasyon ve psikiyatrik aciller sempozyumunda sunulan bildiri. İstanbul Üniversitesi, İstanbul. Erişim adresi: <http://www.ctf.edu.tr/stek/pdfs/17/1706gk.pdf>
- Korkmaz, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler, psikolojik iyi oluşları ve instagram bağımlılıkları arasındaki yordayıcı ilişkiler. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Köknel, Ö. (1989). Depresyon ve Ruhsal Çöküntü. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi
- Köroğlu, E. (2004). Depresyon: Nedir, Nasıl Baş Edilir?. Ankara: Hekimler Yayın Birliği Yayını.
- Köroğlu, E. (1995). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Dördüncü Baskı (DSM-IV) Ankara: Hekimler Yayın Birliği
- Köse, H. (2009) Dağcılar ve sedenterlerde öz bilinç ile depresyon, anksiyete ve stres ilişkisi. Sakarya: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi
- Köse, U. ve Çal, Ö. (2012). Web 2.0 servislerinin sosyolojik değerlendirilmesi. XIV. Akademik Bilişim konferansında sunulan bildiri. Afyon Kocatepe

Üniversitesi, Afyon. Erişim adresi: [https://
https://ab.org.tr/ab12/bildiri/146.pdf](https://ab.org.tr/ab12/bildiri/146.pdf)

- Köybaşı, E.(2020) Freud'un zihin kuramı bize ne anlatır?. Madde, *Diyalektik ve Toplum*, 3(3) 155-185.
- Krause, N. (1986). Social support, stress, and well-being among older adults. *Journal of gerontology*, 41(4), 512-519. doi:<https://doi.org/10.1093/geronj/41.4.512>
- Kugbey, N., Nortu, T. A., Akpalu, B., Ayanore, M. A., ve Zotor, F. B. (2018). Prevalence of geriatric depression in a community sample in Ghana: analysis of associated risk and protective factors. *Archives of gerontology and geriatrics*, 78, 171-176. doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2018.06.014>
- Kurtoğlu, S. S. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ufuk Üniversitesi
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528-3552.
- Küllük, E. (2019). Bir sosyal paylaşım ağı örneği olarak facebook üzerinden sessizce takip etmenin romantik ilişkiler üzerine etkisi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Aydın Üniversitesi
- Lee, H. J., ve Lim, J. S. (2019). Influence of Social Isolation on Smart Phone Addiction through Self-regulation and Social Support. *The Journal of the Korea Contents Association*, 19(11), 482-498.. doi: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.11.482>
- Leist, A. K. (2013). Social media use of older adults: a mini-review. *Gerontology*, (59)4, 378-384.
- Li, D., Zhang, D. J., Shao, J. J., Qi, X. D., ve Tian, L. (2014). A meta-analysis of the prevalence of depressive symptoms in Chinese older adults. *Archives of gerontology and geriatrics*, 58(1), 1-9. doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2013.07.016>
- Lin, C. Y., Broström, A., Nilsen, P., Griffiths, M. D., ve Pakpour, A. H. (2017). Psychometric validation of the Persian Bergen Social Media Addiction Scale using classic test theory and Rasch models. *Journal of behavioral addictions*, 6(4), 620-629. doi: <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.071>
- Lin, L. Y., Sidani, J. E., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J. B., Hoffman, B. L., Giles, L.M., ve Primack, B. A. (2016). Association between social media use and depression among US young adults. *Depression and anxiety*, 33(4), 323-331.
- Lomborg, S. (2015). “Meaning” in social media. *Social Media and Society*, 1(1), 2056305115578673. doi: <https://doi.org/10.1177%2F2056305115578673>

- Longstreet, P., ve Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73-77. doi: <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>
- Lök, N., ve Bademli, K. (2017). Yetişkin bireylerde fiziksel aktivite ve depresyon arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(40), 101-110.
- Macit, H. (2019). Marmara Bölgesi'nde sosyal medya bağımlılığı bulunan bireylerin psikolojik semptomlarının incelenmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi.
- Makas, S. (2019). Yaşam doyumunun duyguları ifade etme, kendini toparlama gücü ve algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. Sakarya: Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi.
- Mansuroglu, S. (2019). The Relationship between Perceived Social Support and Depression in the Elderly Residing in a Nursing Home in Turkey. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1-8.
- Martinez-Pecino, R., & Garcia-Gavilán, M. (2019). Likes and problematic Instagram use: the moderating role of self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(6), 412-416.
- Mavnacıoğlu, K. (2013). Kurumsal İletişimde Sosyal Medya Yönetimi: İletişim Sektöründe Sosyal Medya Yönetiminin Algılanmasına Yönelik Bir Araştırma. Sosyalleşen Birey - Sosyal Medya Araştırmaları. Konya: Çizgi Kitapevi.
- Mayfield, A. (2008). What is Social Media. Erişim adresi: <https://www.icrossing.com/uk/fileadmin/uploads/eBooks>
- Mehta, C. P., Desale, A. V., Kakrani, V. A., & Bhawalkar, J. S. (2016). Economic Dependency and Depression in Elderly. *Journal of Krishna Institute of Medical Sciences (JKIMSU)*, 5(1).100-109
- Menteşe, M. (2013). Sosyal medya ortam ve araçlarının eğitimde kullanımına ilişkin okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin görüşleri. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi.
- MPh, M. M. (2015). Prevalence of facebook addiction and related factors among Thai high school students. *J Med Assoc Thai*, 98(3), 51-60.
- Olowu, A. O., ve Seri, F. O. (2012). A study of social network addiction among youths in Nigeria. *Journal of Social Science and Policy Review*, 4(1), 63-71.
- Oral, M., ve Tuncay, T. (2018). Majör Depresyon Tanısı Almış Kadınlarda Kişilerarası İlişkiler Terapisi Yaklaşımına Dayalı Grupla Sosyal Hizmet Uygulamasının Depresyon ve Problem Çözme Düzeylerine Etkisi: Karma Bir Yöntem Araştırması. *Journal of Society & Social Work*, 29(2). 114-143.

- Orbatu, D., Eliaçık, K., Alaygut, D., Hortu, H., Demirçelik, Y., Bolat, N., Elmalı, F., ve Helvacı, M. (2020). Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21, 56-61.
- Ouiridi, M. E., El Ouiridi, A., Segers, J., ve Henderickx, E. (2014). Social media conceptualization and taxonomy: A Lasswellian framework. *Journal of Creative Communications*, 9(2), 107-126. doi:https://doi.org/10.1177%2F0973258614528608
- Ögel, K. ve Tamar D. (1996). Uyusturucu maddeler ve bağımlılık okul eğitim paketi, öğrenci anketi bulguları. İstanbul: *AMATEM-Özel Okullar Derneği Yayını Prive Ltd.*
- Öngider, N., ve Eyüboğlu, S. Ö. (2013). Depresyon Tanısı Almış Hastalarda Ölüm Kaygısının Araştırılması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 34-46.
- Örs, M. (2013). Araçsal Sosyal Destek Bakımından İlköğretim Okullarının Durumu Ve Velilerin Bu Konudaki Öğrenme Gereksinimleri. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 279-304.
- Örsel, S. (2004). Depresyonda tedavi: Genel ilkeler ve kullanılan antidepresan ilaçlar. *Klinik Psikiyatri*, (4),17-24.
- Özcan, Ö., & Çelik, G. G. (2017). Bilişsel davranışçı terapi. *Türkiye Klinikleri J. Child Psychiatry-Special Topics*, 3(2), 115-120.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., ve Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Özkan, A., ve Baltacı, S. (2020). Freud ve Lacan'ın Psikanalitik Kuramlarında Yastan Ayırışan Melankolik Özne. *Psikoloji Çalışmaları*.1-17 doi:10.26650/SP2019-0056
- Özkan, H., Yalvarmış, F., Güler, M., Çalışkan, T., Türker, S., ve Sunay, F. B. (2006). Yaşlı nüfusun sosyodemografik özellikleri: Pamukçu kasabası. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*.15(11) ,199-201.
- Özkorumak, E., ve Tiryaki, A. (2011). Davranışsal Bağımlılık Olarak Kontrol Edilemeyen Satın Alma Davranışı. *Reviews, Cases and Hypotheses in Psychiatry*, 5, 14-18.
- Özkul, B., ve Günüşen, N. P. (2020). Lise öğrencilerinde depresif belirti yaygınlığının ve etkileyen etkenlerin incelenmesi: Epidemiyolojik bir araştırma. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(2), 203-210.
- Özmen, F; Aküzüm, C. & Sünkür, M. (2012). Sosyal ağ sitelerinin eğitsel ortamlardaki işlevselliği. *Education Sciences*, 7.(2), 496-506.

- Öztürk, M. F. ve Talas, M.. Sosyal medya ve eğitim etkileşimi. *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks*, 2015, 7.(1), 101-120.
- Öztürk, M., Köylü, R., Köylü, Ö., ve Öztürk, E. N. Y.(2020). İntihar Girişimi Nedeniyle Takip Edilen Hastaların Sosyodemografik Özellikleri, Laboratuvar Bulguları ve Tıbbi Durumları ile Depresyon Skorunun Değerlendirilmesi. *Medical Records*, 2(3), 70-75.
- Öztürk, O., ve Uluşahin, A. (2015). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Ankara:Nobel Yayın Evi
- Özurmaz, S. (2018).Yaşlı Bireylerin Yalnızlık Düzeyleri ve Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(3), 118-125.
- Patra, P., Alikari, V., Fradelos, E. C., Sachlas, A., Kourakos, M., Gil, A. P. R., Babatsikou, F. & Zyga, S. (2017). Assessment of depression in elderly. Is perceived social support related? A nursing home study. *In GeNeDis* 987, 139-150 doi:https://doi.org/10.1007/978-3-319-57379-3_13
- Pera, R., Quinton, S., & Baima, G. (2020). I am who I am: Sharing photos on social media by older consumers and its influence on subjective well-being. *Psychology & Marketing*, 37(6), 782-795. doi:<https://doi.org/10.1002/mar.21337>
- Pew Research Center. (2018). Social Media Use in 2018. Erişim adresi: <http://www.pewinternet.org/2018/03/01/social-media-use-in-2018/> adresinden erişildi
- Polat, F., ve Karasu, F. G. (2020).Yaşlı Bireylerin Algıladığı Yalnızlık Düzeyi İle Depresyon Arasındaki İlişki.*İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 8(1), 72-82.
- Poyraz, B. (2018) Acil servise baş ağrısı yakınması ile başvuran hastalarda depresyon sıklığının ve depresyon öngörü özelliklerinin saptanması. İzmir: Tıp Fakültesi, Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Pracheth, R., Mayur, S. S., ve Chowti, J. V. (2013). Geriatric depression scale: A tool to assess depression in elderly. *Int J Med Sci Public Health*, 2(1), 31-35. doi: 10.5455/ijmsph.2013.2.31-35
- Pulat, F. (2020). Psikoterapinin Sonsuz Yolculuğu. İstanbul: Kanon Kitap
- Rubens, S. L., Vernberg, E. M., Felix, E. D. ve Canino, G. (2013). Peer deviance, social support, and symptoms of internalizing disorders among youth exposed to Hurricane Georges. *Psychiatry*, 76(2), 169-181. doi:<https://doi.org/10.1521/psyc.2013.76.2.169>
- Sabuncuoğlu, A. ve Göker, G. (2014). Sosyal medyadaki yeni kanaat önderlerinin birer reklam aracı olarak kullanımı: Twitter fenomenleri üzerine bir araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 38, 1-24

- Safko, L. (2012). *The Social Media Bible. Tactics, Tools and Strategies for business Success*. (Third Ed). [Adobe Digital Editions sürümü]. Erişim adresi: <https://books.google.com.tr>
- Saka, E. (2017). Türkiye’de İnternet. *Türkiye’de Kitle İletişimi Dün-Bugün-Yarın*, 957-982.
- Sarı, M. (2014). Sosyal medyanın sosyal hareketler üzerindeki etkisi: Gezi Parkı Platformu. Elazığ: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Fırat Üniversitesi.
- Sarı,E. Uyumaz, G., & Kaya, C. (2019). Çözüm Odaklılığın Yordayıcı Değişkenleri: Yaşam Doyumu, Stres, Depresyon ve Yılmazlık. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(21), 423-438.
- Savcı, M. ve Aysan, F. (2017). Teknolojik Bağımlılıklar ve Sosyal Bağlılık: İnternet Bağımlılığı, Sosyal Medya Bağımlılığı, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Sosyal Bağlılığı Yordayıcı Etkisi. *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 30 (3), 202-216
- Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi karşılaştırılması. Konya: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi.
- Schuch, F. B., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Ward, P. B., ve Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis adjusting for publication bias. *Journal of psychiatric research*, 77, 42-51. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2016.02.023>
- Schuch, F. B., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Ward, P. B., ve Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis adjusting for publication bias. *Journal of psychiatric research*, 77, 42-51.
- Schulz, R., Beach, S. R., Ives, D. G., Martire, L. M., Ariyo, A. A., ve Kop, W. J. (2000). Association between depression and mortality in older adults: the Cardiovascular Health Study. *Archives of internal medicine*, 160(12), 1761-1768.c doi: <https://doi.org/10.1001/archinte.160.12.1761>
- Sekendür Turgu, G.. (2020). Bireylerin sosyal iş ağlarına ilişkin algısı:LinkedIn üzerine bir araştırma. Aksaray: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray Üniversitesi.
- Sertöz, Ö.ve Mete, H. (2004).Bedensel hastalıklarda depresyon. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2004, 7(2),63-69.
- Shaibani, M. H. A. (2020). Prevalence and Factors Associated with Social Networking Addiction among Saudi University Students: A Cross-Sectional Survey. *Psycho-Educational Research Reviews*, 9(2), 87-99.
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P., ve Primack, B. A. (2017). Problematic social media use and depressive symptoms among US young adults: A nationally-representative study. *Social Science & Medicine*, 182, 150-157. doi: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.03.061>

- Sınav, A.(2020) Genç-Yaşlı, Orta-Yaşlı Ve İleri-Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Davranışlarının Karşılaştırmalı analizi: Eskişehir İli Örneği. *Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Etkileşim Dergisi*, (5),116-145.
- Softa, H., Bayraktar, T., ve Uğuz, C. (2016). Yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek sistemleri, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1), 1-12.
- Söylemez, F. (2020).Bitlis il merkezinde yaşayan 65 yaş ve üstü bireylerde yaşam kalitesi, depresyon sıklığı, günlük yaşam aktivitelerinde bağımsızlık ve ilişkili faktörler. Malatya: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İnönü Üniversitesi.
- Steffens, D. C., ve Potter, G. G. (2008). Geriatric depression and cognitive impairment. *Psychological medicine*, 38(2), 163. doi:10.1017/S003329170700102X
- Steinert, C., Munder, T., Rabung, S., Hoyer, J., ve Leichsenring, F. (2017). Psychodynamic therapy: as efficacious as other empirically supported treatments? A meta-analysis testing equivalence of outcomes. *American Journal of Psychiatry*, 174(10), 943-953. doi:https://doi.org/10.1192/bjp.2017.28
- Strawbridge, W. J., Deleger, S., Roberts, R. E., ve Kaplan, G. A. (2002). Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults. *American journal of epidemiology*, 156(4), 328-334.. doi: https://doi.org/10.1093/aje/kwf047
- Sum, S., Mathews, R. M., Hughes, I., ve Campbell, A. (2008). Internet use and loneliness in older adults. *CyberPsychology & Behavior*, 11(2), 208-211. doi: https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0010
- Şahin, B., ve Yıldırım, A. (2019). Yaşlı Bireylerde İnternet Kullanımı İle Yaşam Doyumu Algılanan Sosyal Destek Ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(2), 97-106.
- Şahin, C. ve Yağcı, M.(2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 18(1), 523-538.
- Şata, M. ve Karpıp, F.(2017). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-kısa versiyonunun ergenler için Türk kültürüne uyarlanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 6(4): 426-440.
- Şeker, A. Ö. (2018). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.
- Şentürk, Ş. D. 60 Yaş Üzeri Bireylerin Sosyal Medyada Yer Alma Motivasyonları Facebook Örneği. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 183-195.

- Tas I. (2019) Association between depression, anxiety, stress, social support, resilience and internet addiction: a structural equation modelling. *Malays Online J Educ Technol.* 1;7(3):1-10. doi: 10.17220/mojet.2019.03.001
- Tas, B., & Öztosun, A. (2018). Predictability of Internet Addiction with Adolescent Perception of Social Support and Ostracism Experiences. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 17(4), 32-41.
- Taşdelen, B. ve Çataldaş, İ. (2017) Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya ve Mahremiyete Yöneik Görüşleri: Lefke Avrupa Üniversitesi Örneği, *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 5(2), 826-844
- Taştan, S. (2020). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve nomofobi düzeylerinin incelenmesi. Isparta: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Süleyman Demirel Üniversitesi.
- Terakye, G. (1989). Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Benlik Saygısının İncelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 5(3), 15-24.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topçu, E. (2020). 14-16 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gelişim Üniversitesi.
- Toprak, A., Yıldırım, A., Aygül, E., Binark, M., Börekçi, S. ve Çomu, T. (2009). Toplumsal paylaşım ağı Facebook: "Görülüyorum öyleyse varım". İstanbul: Kalkedon Yayınları.
- Tuğluk, S. (2019). İletişim fakültesi öğrencilerinin instagramın gözetim aracı olarak kullanılmasına ilişkin algıları. Uşak: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak Üniversitesi.
- Turan, A.(2014). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve yılmazlık düzeyinin algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. Konya: Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Turan, R. T. (2015). Başkent Üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve ilişkili faktörler. Ankara: Tıp Fakültesi, Başkent Üniversitesi.
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512-528. doi: <https://doi.org/10.1057/ejis.2012.1>
- Turel, O., Brevers, D., ve Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of psychiatric research*, 97, 84-88. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.11.014>

- Turel, O., Brevers, D., ve Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of psychiatric research*, 97, 84-88. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.11.014>
- Tutgun-Ünal, A. (2015). Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.
- Tuzcuoğlu, N. (1995). Psikanaliz Kuramı Ve Özellikleri. M.Ü. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 275-285
- TÜİK. (2014). İstatistiklerle Yaşlılar, Türkiye İstatistik Kurumu Matbaası, Ankara. http://www.tuik.gov.tr/Kitap.do?metod=KitapDetay&KT_ID=11&KITAP_ID=265 adresinden 10.02.2021 tarihinde alınmıştır.
- United Nations, (2017). World Population Ageing. Erişim adresi: https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2017_Highlights.pdf
- Unsar, S., Erol, O., & Sut, N. (2016). Social support and quality of life among older adults. *International Journal of Caring Sciences*, 9(1), 249-257.
- Uysal, Ş. (2013). Meslek lisesi öğrencilerinin sosyal medya kullanım amaçları ile eğitsel sosyal medya kullanımlarının değerlendirilmesi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yeditepe Üniversitesi.
- Uzbay, İ. T. (2009a). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 21(22), 5-15.
- Uzbay, İ.T. (2009b). Madde bağımlılığı. *Silahlı Kuvvetler Dergisi*, 399, 99-115.
- Ünal, Ç. (2019). Çevrimiçi sosyal destek ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal anksiyete bozukluğu belirti düzeyi arasındaki ilişkinin açıklanmasında sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya yorgunluğunun aracı rolü. Ankara: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Başkent Üniversitesi.
- Ünal, S., ve Özcan, E. (2000). Depresyonda hazırlayıcı, ortaya çıkarıcı ve koruyucu etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 41-48.
- Ünlü, F.(2018)Orta yaş üstü bireylerde sosyal medya bağımlılığı ve sosyal izolasyon. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2018, (4), 161-172.
- Van Diermen, L., Van Den Ameele, S., Kamperman, A. M., Sabbe, B. C., Vermeulen, T., Schrijvers, D., ve Birkenhäger, T. K. (2018). Prediction of electroconvulsive therapy response and remission in major depression: meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 212(2), 71-80. doi: <https://doi.org/10.1192/bjp.2017.28>
- Vatan, S. (2016). Bilişsel davranışçı terapilerde üçüncü kuşak yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 190-203.

- Vural, Z., ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: ege üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 5(20), 3348-3382
- We Are Social, Dijital in 2020/Turkey. Erişim adresi: <https://wearesocial.com/digital-2020>, 2020.
- White, A. M., Philogene, G. S., Fine, L., ve Sinha, S. (2009). Social support and self-reported health status of older adults in the United States. *American journal of public health*, 99(10), 1872-1878. doi:<https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.146894>
- Wolniczak Rodriguez, I., Aguila, C. D., Alonso, J., Palma-Ardiles, G., Arroyo, K. J., Solés-Visscher, R., Parades-Yauri., S., Mego-Aquije., ve Bernabe-Ortiz, A. (2014). Association between Facebook Dependence and Poor Sleep Quality: A Study in a Sample of Undergraduate Students in Peru. *Plos One*. 8(3), e5987 doi:<http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0059087>
- Wu, H. Y., ve Chiou, A. F. (2020). Social media usage, social support, intergenerational relationships, and depressive symptoms among older adults. *Geriatric Nursing*.41(5), 615-621. doi: <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2020.03.016>
- Yaffe, K., Barnes, D., Nevitt, M., Lui, L. Y., & Covinsky, K. (2001). A prospective study of physical activity and cognitive decline in elderly women: women who walk. *Archives of internal medicine*, 161(14), 1703-1708. doi: 10.1001 / archinte.161.14.1703
- Yağmur, N. B. (2019).Y kuşağında Linkedinde bireysel çevrimiçi itibar yönetimi. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.
- Yağmurlu, A. (2011) Kamu yönetiminde halkla ilişkiler ve sosyal medya. *Selçuk İletişim*, 7(1), 5-15
- Yalom, İ. D., ve Glick, I. D. (2006). Depresyon terapisi. İstanbul: Prestij Yayıncılık.
- Yardım, G. (2020). Sosyal Medyadaki Kültürel Kimliklerin Dönüşümü Odaklı “Blogger Anne” Kimliklerinin İncelenmesi. Akdeniz Üniversitesi *İletişim Fakültesi Dergisi*, (33), 129-157.
- Yasemin, B. Kır ve Kent Yaşamında Depresyon Seviyesi5. *Yaşlanma Çalışmaları Derneği Yayınları*, 54.
- Yayla, H. M. (2018). Kullanımlar ve Doyumlar Bağlamında Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımı: Instagram Örneği. *Selçuk İletişim*, 11(1),40-65.
- Yıldırım, S. ve Kışoğlu, A. N.(2018). Teknolojinin Getirdiği Yeni Hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, FoMO. *Medical Journal of Suleyman Demirel University*, 2018, 25.(4):473-480.

- Yıldız, B., Baydili, K. N. ve Göktaş, S. Ş.(2020). Sosyal Medya Bağımlılığını Yordamada Anksiyete, Stres ve Günlük Sosyal Medya Kullanımı: Meslek Yüksekokulu Örneği. *Bağımlılık Dergisi*, 21(3),223-235.
- Yıldız, E. & Koçak, O. (2020). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi ve *Sosyal Hizmet*, 31(3), 1102-1126.
- Yıldız, Y., Sunay, D., ve Akkuş, M. A. (2018). Aile Hekimliği Uzmanlarının Depresyon Tedavisine Bakışı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7(2):62-71
- Yılmaz, F ve Babacan, G. (2015). Yabancı dil olarak Türkçe öğretiminde podcast kullanımı, *Electronic Turkish Studies*, 10(3), 1153-1170
- Ying, M. (2012). Sosyal medya platformları üzerinden pazarlama ve bu mecraayı etkin kullanan sektörler. İstanbul: Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kadir Has Üniversitesi.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology And Behavior*, 1(3), 240-242. doi: <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Yuvaklıgil, Z. (2017). Yaşlılarda Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri, Sosyal Ağ Büyüklükleri ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişkiyi Ve Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. Manisa:Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adnan Menderes Üniversitesi
- Yücel, R. (2020). Podcast'in Kısa Tarihi: Doğuşu, Yükselişi, Monetizasyonu. *Erciyes İletişim Dergisi*, 2020, 7(2), 1303-1319.
- Zhou, J. (2018). Improving older people's life satisfaction via social networking site use: Evidence from China. *Australasian Journal on Ageing*, 37(1), 23-28.doi: <https://doi.org/10.1111/ajag.12499>

9)Sosyal medya kullanım sıklığınız

- 1)Haftada bir kere
- 2)Haftada iki kere
- 3)Haftada üç kere ve daha fazlası
- 4)Hiç

10)sosyal medya platformlarını hangi sıklıkta kullandığınızı belirtiniz.

1=çok az 2=az 3=orta düzeyde 4=sık 5=Çok sık

	1	2	3	4	5
a) Facebook					
b) Youtube					
c) Twitter					
d) LinkedIn					
e) Instagram					
f) Foursquare					

12) Ne zamandan beri sosyal medyayı kullanıyorsunuz?

- a) 1 yıldan az b) 1-3 yıl arası c) 4-6 yıl arası d) 7 yıldan fazla

13)İnternete ayırdığınız zamanın ne kadarını sosyal medya sitelerinde geçiriyorsunuz?

1 () Az bir zaman dilimini 2 () Hemen hemen yarısını 3 () Yarısından daha fazlasını

4 () Neredeyse tamamını

14)Kendinizi sosyal medya bağımlısı olarak görüyor musunuz?

1 () Evet 2 () Kısmen 3 () Hayır

EK-B Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (BSMBÖ)

Son bir yılınızı düşünerek sosyal medya (Facebook, Instagram, Twitter, vb.) kullanımınız hakkındaki aşağıdaki durumları ne sıklıkla yaşadığınızı belirtiniz. (1) Çok nadir (2) Nadir (3) Bazen (4) Sıkça (5) Oldukça sık						
1	Sosyal medyayı düşünerek ya da sosyal medya kullanmayı planlayarak çok fazla zaman harcadınız mı?	1	2	3	4	5
2	Sosyal medyayı giderek daha fazla kullanma arzusu hissettiniz mi?	1	2	3	4	5
3	Sosyal medyayı kişisel sorunlarınızı unutmak için kullandınız mı?	1	2	3	4	5
4	Sosyal medya kullanmayı bırakma denemeleriniz başarısızlıkla sonuçlandı mı?	1	2	3	4	5
5	Sosyal medya kullanmanız yasaklansaydı rahatsız ve sıkıntılı olur muydunuz?	1	2	3	4	5
6	Sosyal medyayı çok fazla kullanmanız işlerinizi/çalışmalarınızı olumsuz etkiledi mi?	1	2	3	4	5

EK-C Geriatrik Depresyon Ölçeği

Lütfen yaşamınızın son bir haftasında kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin aşağıdaki soruları kendiniz için uygun olan yanıtı işaretleyerek yanıtlayınız.

	Evet	Hayır
1) Yaşamınızdan temelde memnun musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Kişisel etkinlik ve ilgi alanlarınızın çoğunu halen sürdürüyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Yaşamınızın bomboş olduğunu hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Sık sık canınız sıkılır mı?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Gelecekte umutsuz musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Kafanızdan atamadığınız düşünceler nedeniyle rahatsızlık duyduğunuz olur mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Genellikle keyfiniz yerinde midir?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Başınıza kötü bir şey geleceğinden korkuyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Çoğunlukla kendinizi mutlu hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Sık sık kendinizi çaresiz hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Sık sık huzursuz ve yerinde duramayan biri olur musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12) Dışarıya çıkıp yeni bir şeyler yapmaktansa, evde kalmayı tercih eder misiniz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13) Sıklıkla gelecekte endişe duyuyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14) Hafızanızın çoğu kişiden daha zayıf olduğunu hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15) Sizce şu anda yaşıyor olmak çok güzel bir şey midir?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16) Kendinizi sıklıkla kederli ve hüznü hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17) Kendinizi şu andaki halinizle değersiz hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18) Geçmişle ilgili olarak çokça üzülüyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19) Yaşamı zevk ve heyecan verici buluyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20) Yeni projelere başlamak sizin için zor mudur?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21) Kendinizi enerji dolu hissediyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22) Çözumsuz bir durum içinde bulunduğunuzu düşünüyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23) Çoğu kişinin sizden daha iyi durumda olduğunu düşünüyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24) Sık sık küçük şeylerden dolayı üzülür müsünüz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25) Sık sık kendinizi ağlayacakmış gibi hissedermisiniz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26) Dikkatinizi toplamakta güçlük çekiyor musunuz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27) Sabahları güne başlamak hoşunuza gidiyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28) Sosyal toplantılara katılmaktan kaçınır mısınız?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29) Karar vermek sizin için kolay oluyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30) Zihniniz eskiden olduğu kadar berrak mıdır?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

EK-D Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Size en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

1. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

2. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

3. Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

4. İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annemden, babamdan, eşimden, çocuklarımdan, kardeşlerimden) alırım.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

6. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

7. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

8. Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle) konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

9. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var. Kesinlikle hayır

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

10. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

11. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle Evet

