ULUSLARARASI TURKCESS KONGRESİ

XI. Uluslararası TURKCESS

Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi

18-20 Eylül 2025
Hasan Kalyoncu Üniversitesi - Gaziantep

TAM METİN KİTABI

-Cilt 2-

www.turkcess.net

XI. ULUSLARARASI TURKCESS EĞİTİM VE SOSYAL BİLİMLER KONGRESİ

TAM METİN KİTABI

Cilt 2

Editör Kurulu

Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ

Doç. Dr. Ümit POLAT

Copyright © Vizetek

Bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Vizetek Yayıncılık Sanayi ve Limited Şirketi'ne aittir. Vizetek Yayıncılık'ın izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı, elektronik, mekanik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz**.**

Kitapta yer alan bölümlerin içeriğinin tüm sorumluluğu bölüm yazarlarına aittir.

Yayın Koordinatörü: Ferit RESULOĞULLARI

Teknik Editörler: Öğr. Gör. Dr. Ali ATEŞ

Arş. Gör. Kadir COŞKUN

ISBN: 978-625-5711-26-7

Materyal Türü: Elektronik Kitap (Çevrimiçi / Web Tabanlı)

Yayın Tarihi: Eylül, 2025



Web: www.turkcess.net

E-Posta: turksosbilder@gmail.com



Seyranbağları Mah. İncesu Cad. 10/2 Çankaya/ANKARA

Tel: (0312) 4882 00 11

Web: https://vizetek.com.tr/

E-Posta: vizetekyayincilik@gmail.com

Yayınevi Sertifika No: 41575

DESTEK VEREN KURUM VE KURULUŞLAR

Gaziantep Valiliği	Gaziantep Belediyesi	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
Kırgızistan–Türkiye Manas Üniversitesi	Yıldız Teknik Üniversitesi	Buhara Devlet Pedagoji Enstitüsü	Kastamonu Üniversitesi
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi	Nigde Ömer Halisdemir Üniversitesi	Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi	Ankara Müzik ve Güzel Sanatlar Üniversitesi
Nahçıvan Devlet Üniversitesi	Karamanoglu Mehmetbey Üniversitesi	Yakın Doğu Üniversitesi	Balıkesir Üniversitesi
L.N. Gumilyov Eurasian National Universit	Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi	Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi	Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Üniversitesi
İstanbul Nişantaşı Üniversitesi	Tekirdag Namık Kemal Üniversitesi	Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi	Prizren Ukshin Hoti Üniversitesi
Giresun Üniversitesi	Ordu Üniversitesi	Harran Üniversitesi	Bitlis Eren Üniversitesi
Kafkasya Üniversiteler Birligi	Gaziantep Ticaret Odası	Vizetek Yayıncılık	Tarık Akay

TAM METİN BİLDİRİLER

FEN EĞİTİMİ BAĞLAMINDA ÖĞRETMEN ADAYLARININ BİLİMSEL MEDYA OKURYAZARLIKLARININ İNCELENMESİ 1

PROGRAMLAMA EĞİTİMİNDE YAPAY ZEKÂ DESTEKLİ İPUCU ARACININ KULLANIMINA İLİŞKİN ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ..... 9

ÇOCUK RESİMLERİNDEKİ GEOMETRİK BİÇİMLERİN SANATSAL İFADE SÜRECİNDEKİ ROLÜ 20

TÜBİTAK 4004 DOĞA EĞİTİMİ VE BİLİM OKULLARI DESTEKLEME PROGRAMI KAPSAMINDA SINIF ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK GERÇEKLEŞTİRİLEN "SÜRDÜRÜLEBİLİR TARIMLA GELECEĞE" PROJESİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ 31

PDR LİSANS ÖĞRENCİLERİYLE YÜRÜTÜLEN ''KARİYER YOLCULUĞU" UYGULAMASININ ETKİLİLİĞİ: İKİ OLGU SUNUMU..... 38

"KELİME FARKINDALIĞI" KAVRAMINA İLİŞKİN NİTEL BİR ARAŞTIRMA: SINIF ÖĞRETMENLERİ NE DİYOR? 45

KUMAR BAĞIMLILIĞINI ELE ALAN AKADEMİK ÇALIŞMALARIN BİBLİYOMETRİK ANALİZİ..... 66

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE OKUL TÜKENMİŞLİĞİ BİR META-TEMATİK ANALİZ ÇALIŞMASI 79

EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK DOYUMLARININ KONTROL ODAĞI VE DUYGUSAL ZEKÂ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ 86

+1 UYGULAMALI EĞİTİM MODELİ MEMNUNİYETİNE İLİŞKİN AKADEMİSYEN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ..... 103

+1 UYGULAMALI EĞİTİM MODELİ MEMNUNİYETİNE İLİŞKİN İŞVEREN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ..... 111

ALGILANAN HELİKOPTER EBEVEYN TUTUMLARININ SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ 119

YAPAY ZEKÂNIN AİLE KAVRAMI İLE İLİŞKİSİ:AİLE YAŞAMINA YANSIMALARI,DANIŞMANLIKTA KULLANIMI VE YENİ SINIRLAR..... 133

TÜRK TOPLUMUNDA TOPLUMSAL CİNSİYET ROLLERİNİN DEĞİŞİMİNİN BOŞANMA ÜZERİNDEKİ ETKİSİ 140

MESLEK LİSELERİNDE HALKLA İLİŞKİLER BRANŞI ALANINDA VERİLEN EĞİTİMİN YAPAY ZEKÂ ARAÇLARINA ENTEGRASYONU: MÜFREDAT İNCELEMESİ VE ÖNERİLER 150

EBEVEYNLERİN POZİTİF ŞEMALARI İLE DİJİTAL EBEVEYNLİK TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE EVLİLİK DOYUMUNUN ARACI ROLÜ..... 175

ROMANTİK İLİŞKİLERDE PARTNER ŞİDDETİ İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALARIN BİBLİYOMETRİK ANALİZİ: 2020-2025..... 188

ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN EFL TEACHER EDUCATION: A STUDY ON ATTITUDES AND ANXIETY..... 198

PROJE OKULLARINDA GÖREV YAPAN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN GÖRÜŞLERİNE GÖRE OKUL SPOR KULÜPLERİNDE YAŞANAN SORUNLARIN İNCELENMESİ 203

KANSER TANISININ RUHSAL YANKILARIYLA YÜZLEŞMEK: PSİKO-ONKOLOJİ DE TANI ALGISI, BİLİŞSEL DEĞERLENDİRME VE RUHSAL DAYANIKLILIK 208

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA HİZMETLERİNDE YAPAY ZEKÂ: AVANTAJLAR VE RİSKLER..... 215

ALKOL KULLANIMI İLE İLGİLİ NÖROPSİKOLOJİ ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALARIN İNCELENMESİ..... 226

SÜRDÜRÜLEBİLİR KALKINMA ÜZERİNE ALANYAZIN TARAMASI 235

BEYNİN ARAMA VE İSTEK GÜCÜ, MOTİVASYON VE PSİKOLOJİK DURUMLARLA İLİŞKİSİ: JAAK PANKSEPP'İN ÇALIŞMALARININ İNCELENMESİ..... 244

AZERBAYCAN'DA EĞİTİM EKONOMİSİNİN GELİŞME BEKLENTİLERİ VE ZORLUKLARI 251

ROMANTİK İLİŞKİSİ OLAN BİREYLERDE BİLİNÇLİ FARKINDALIK, DUYGUSAL ZEKÂ, MENTAL İYİ OLUŞUN İLİŞKİ DOYUMU İLE İLİŞKİSİ..... 255

DİJİTAL ÇAĞIN GÖRSEL DİLİ EMOJİ VE DAHASI..... 270

OKULÖNCESİ EĞİTİMDE MONTESSORİ TEMELLİ BÜTÜNLEŞTİRİLMİŞ DİKKAT VE ZEKÂ UYGULAMA MODÜLÜ (DİZEM)..... 289

DİJİTAL BAĞIMLILIK VE SOSYAL İZOLASYONUN SİNEMAYA YANSIMASI: DİSCONNECT ÜZERİNE BİR İNCELEME..... 295

EĞİTİMDE YAPAY ZEKÂNIN ÖĞRETMEN ROLÜNE ETKİSİNE YÖNELİK ÖĞRETMEN GÖRÜŞLERİ..... 314

DİJİTAL BAĞIMLILIKLA MÜCADELEDE SOSYOLOJİK PERSPEKTİF: DİJİTAL DETOKS, MİNİMALİZM VE DİYETİN TOPLUMSAL ETKİLERİ 325

FIRSATLAR, RİSKLER VE İNSAN ODAKLI DÖNÜŞÜM BAĞLAMINDA EĞİTİMDE YAPAY ZEKÂNIN KULLANIMI 337

DİJİTALLEŞEN DÜNYADA ÇALGI EĞİTİMİ: BAĞLAMA ÖĞRETİMİNDE ETKİLEŞİMLİ DERS MATERYALİ 349

E-TİCARETİN VERİMLİLİĞİNİ ARTIRMADA DİJİTAL TEKNOLOJİLERİN ROLÜ 357

PDR EĞİTİMİNDE TEMEL KONULARIN BELİRLENMESİ: KAYNAK KİTAPLARIN TEMATİK ANALİZİ 364

ANLAMAYA DAYALI TASARIM (UBD) TEMELLİ FEN ÖĞRETİMİNİN AKADEMİK BAŞARI VE ÖZYETERLİK ALGISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ..... 371

DEĞERLER EĞİTİMİNİN TÜRKİYE YÜZYILI MAARİF MODELİ'NDEKİ YERİ VE UYGULANABİLİRLİĞİ 390

DİJİTAL ÇAĞDA İNSAN ODAKLI MÜŞTERİ EĞİTİMİ: İŞLETME PERSPEKTİFİNDEN BİR İNCELEME..... 397

KAPSAYICI EĞİTİMİN TÜRKÇE DERSLERİNDE KULLANIMI VE UYGULAMA ÖRNEKLERİ 407

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE ÖZ DÜZENLEME TEMELLİ AKRAN ZORBALIĞI ÖNLEME PROGRAMININ ETKİSİ 418

EĞİTİMDE YAPAY ZEKÂ TEKNOLOJİSİNE İLİŞKİN YÜKSEK LİSANS ÖĞRENCİLERİNİN GÖRÜŞLERİ..... 436

ORTAOKUL DÜZEYİNDE OYUN TABANLI ARAŞTIRMALAR: LİTERATÜRDEKİ EĞİLİMLERİN GÖRSELLEŞTİRİLMESİ 445

EĞİTİMDE DİJİTAL DÖNÜŞÜMÜN ETKİLERİ VE DİJİTAL LİDERLİK..... 453

PSİKOLOJİK VE PSİKOFARMAKOLOJİK MÜDAHALELERE YÖNELİK TOPLUMSAL ÖNYARGILAR: DİRENÇTEN KABULE GİDEN YOL 463

OKUL DESTEK ÖLÇEĞİ: LİSE ÖĞRENCİLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ 469

ÖĞRETMENLERİN EĞİTİMDE YAPAY ZEKÂ KULLANIMINA YÖNELİK ALGILARI 479

YAPAY ZEKÂ VE DİJİTAL MEDYANIN AİLE SİSTEMLERİ VE İNSAN BAĞLARI ÜZERİNDEKİ DÖNÜŞTÜRÜCÜ ETKİLERİ 486

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SİBER ZORBALIK VE SİBER MAĞDURİYET DÜZEYLERİ İLE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 495

YETİŞKİN BİREYLERDE SAHTEKÂR FENOMENİ İLE İLİŞKİLİ OLABİLECEK DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ..... 500

TÜRKİYE YÜZYILI MAARİF MODELİ 5.SINIF TÜRKÇE DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMININ CIPP MODELİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ 506

YETİŞKİN BİREYLERDE ROMANTİK İLİŞKİ İSTİKRARININ YORDAYICILARI OLARAK KENDİNE YÖNELİK MÜKEMMELİYETÇİLİK VE PARTNERE YÖNELİK MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN İNCELENMESİ 523

YAPAY ZEKÂ İLE İÇERİK ANALİZİ: İNSAN KODLAMASI İLE KARŞILAŞTIRMALI BİR İNCELEME 534

ŞEFFAF VE ERİŞİLEBİLİR SOSYAL HİZMETLERİN ALTYAPISI: AZERBAYCAN E-SOSYAL PORTALI ÜZERİNE BİR ANALİZ..... 546

Z KUŞAĞINDA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE SOSYAL MEDYA ETKİLEŞİMİ..... 555

TÜRKİYE'DE KULLANILAN DİJİTAL MÜZİK YAZILIMLARININ GÖRME YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLER AÇISINDAN ERİŞİLEBİLİRLİĞİNİN İNCELENMESİ 562

TÜRKÇE ÖĞRETMENİ ADAYLARININ OKUMA BECERİSİNİN ÖZDÜZENLEMESİNE YÖNELİK GÖRÜŞLERİ 568

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI, ÖZ ŞEFKAT VE STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ 580

ÖĞRETMEN ADAYLARININ PROGRAM OKURYAZARLIKLARININ GELİŞTİRİLMESİ: BİR EYLEM ARAŞTIRMASI..... 591

YAPAY ZEKÂ İLE AİLE YAPISINDAKİ DEĞİŞİMLER..... 600

ÇALIŞANLARIN SESSİZ İSTİFALARI İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR: DERLEME ÇALIŞMASI 613

YAŞAM DOYUMU KONUSUNDA TÜRKİYE'DE PSİKOLOJİ İLE EĞİTİM VE ÖĞRETİM ANA BİLİM DALLARINDA 2022-2024 YILLARI ARASINDA YAPILAN DOKTORA TEZLERİNİN İNCELENMESİ 625

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINI AZALTMAYA YÖNELİK PSİKO-EĞİTİM PROGRAMLARININ ETKİLİLİĞİ: BİR META-ANALİZ ÇALIŞMASI 634

CUMHURİYET DÖNEMİNDE EĞİTİM ANLAYIŞINDA FEN BİLİMLERİNE VE UYGULAMALI EĞİTİME VERİLEN ÖNEMİN TARİHSEL ARKA PLANI VE GÜNÜMÜZE YANSIMALARI 657

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMDE MONTESSORİ TEMELLİ BÜTÜNLEŞTİRİLMİŞ DİKKAT VE ZEKÂ UYGULAMA MODÜLÜ (DİZEM) 683

ÖYKÜLEŞTİRME TABANLI STEM ETKİNLİKLERİNİN OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARININ ÖĞRENME VE YENİLİK BECERİLERİNE ETKİSİ 690

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FLÖRT ŞİDDETİ DAVRANIŞLARINA YÖNELİK TUTUMLARIN UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KENDİNİ AÇMA DEĞİŞKENİNE GÖRE ANLAMLI BİR FARKLILIK VAR MIDIR? 698

YAŞAM BOYU ÖĞRENMENİN FARKLI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ 700

YENİLENEN TÜRK DİLİ EDEBİYATI DERS PROGRAMINA İLİŞKİN ÖĞRETMEN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ 706

ATASÖZLERİNİN ENGELLİLİĞE BAKIŞ AÇISININ GELECEĞİN PSİKOLOJİK DANIŞMANLARININ GÖZÜNDEN İNCELENMESİ 712

AZERBAYCAN'DA HALK SAĞLIĞI YÖNETİMİ SÜRECİNDE YAPAY ZEKÂ VE VERİ ANALİTİĞİ SÜRECİNDE YAPAY KALİTESİNİN ARTIRILMASINDA ETKİSİ 724

DİJİTAL SÖZLÜK KULLANIMININ TÜRKÇE EĞİTİMİNDE SÖZ VARLIĞI GELİŞİMİNE KATKISI 733

DİJİTAL ORTAMLARDA ÖĞRETMEN-ÖĞRENCİ ETKİLEŞİMİ: EMPATİ TEMELLİ İNSAN ODAKLI YAKLAŞIMLAR 736

DISSOCIOGENIC ORIGINS AND PSYCHOSOCIOPOLITICAL COMPONENTS OF NECRIPHYSIPHILIA 746

INDIVIDUATION AND REGENERATIVE DISSOCIATION IN THE FACE OF SELF-SABOTAGE FROM THE PERSPECTIVE OF DISSOANALYTIC THEORY 753

OYUNLAŞTIRILMIŞ ATÖLYELER YOLUYLA KÜLTÜREL MİRAS ÖĞRENİMİ: BİR EYLEM ARAŞTIRMASI 759

YAPAY ZEKÂ İLE PSİKOEĞİTİM VE SOSYAL MEDYANIN AİLE İÇİ ETKİLEŞİMLERE ETKİSİ 786

BAĞIMLILIKTAN SUÇ ENDÜSTRİSİNE: ÇEVRİM İÇİ KUMAR VE DİJİTAL OYUNLARIN TOPLUMSAL GÜVENLİĞE ETKİSİ 792

BELİREN YETİŞKİNLERDE ÖZNEL MUTLULUĞUN DUYGUSAL ZEKÂ, ÖZ YETERLİLİK, DİJİTAL DUYGU BULAŞMASI VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU BAKIMINDAN YORDANMASI 805

MÜZİK PERFORMANSLARINDA DİJİTALLEŞME: SANAL KORO ÖRNEĞİ 816

DİJİTAL SİSTEMLERİN ADLİ PSİKOLOJİK HİZMETLERDE KULLANIMI 822

KUŞAKLARARASI ETKİLEŞİM VE İNSAN ODAKLI EĞİTİM:DİJİTAL DÜNYANIN PERSPEKTİFİNDEN 833

ERGENLERİN PROSOSYAL DAVRANIŞLARI, EMPATİK EĞİLİMLERİ VE OKUL NEZAKET ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 840

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE SİBER ZORBALIK ÜZERİNE BİR ÇÖZÜM ÖNERİSİ: ANLAM ODAKLI PSİKO-EĞİTSEL GRUP PROGRAMI 848

YALNIZ MÜZİSYENİN SANAL TOPLULUĞU: TEKNOLOJİ ARACILIĞIYLA KÜLTÜREL SENTEZ VE YARATICI ÖZERKLİK 858

YAPAY ZEKÂ ALANINDAKİ GELİŞMELERİN LİSE SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN KARİYER TERCİHLERİNE ETKİSİ 868

NEOLİBERAL EĞİTİM POLİTİKALARININ ÖĞRETMEN EMEĞİ DÖNÜŞÜMÜ ÜZERİNE ETKİSİ İLE İLGİLİ BİR ÇALIŞMA 876

DİJİTAL HİKÂYE ANLATIMI İLE DEĞERLER EĞİTİMİ 886

AZERBAYCAN'DA İŞ GÜCÜ PİYASASINDA DİJİTAL DÖNÜŞÜM: EMAS SİSTEMİNİN UYGULAMA SÜRECİ VE SONUÇLARI 902

SYNTHETIC COMPANIONSHIP: YAPAY DOSTLUK KAVRAMINA İLİŞKİN BİR İNCELEME 910

DİJİTAL DÜNYADA PSİKOSOSYAL DENGE: BENLİK SAYGISI, REKREASYONEL KATILIM VE TELEFON KULLANIMI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA 920

SINIF ÖĞRETMENİ ADAYLARININ 21. YÜZYIL BECERİLERİ İLE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 928

DİJİTAL MAHREMİYETİN DÖNÜŞÜMÜ: EBEVEYN-ÇOCUK ETKİLEŞİMİNDE ALGI FARKLILIKLARI ÜZERİNE SİSTEMATİK BİR DERLEME 936

GENAI İLE DÖNÜŞEN AİLE: İLETİŞİM, TERAPİ VE ÇOCUKLUK DENEYİMİ 945

YETİŞKİN BİREYLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 950

ÖĞRETMENLERİN KONUŞMA ÖZGÜRLÜKLERİ, ELEŞTİRİLERİ VE OKUL YÖNETİMİ İLE SİSTEMDEN BEKLENTİLERİ 954

YALNIZLIĞIN DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ 964

ÖĞRETMENLERİN ÖRGÜTSEL STRES DÜZEYLERİ İLE İŞ YAŞAM KALİTESİ ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 968

YAPAY ZEKÂ DESTEKLİ PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE İNSAN DENETİMLİ DANIŞMANLIĞIN İNSAN DENEYİMİ ÜZERİNDEKİ NİTEL BIR İNCELEMESİ 980

YETİŞKİN BİREYLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

İrem BENLİ

Uzm. Psikolog, Özel Uzman Akademi Mimaroba Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

irembenli11@gmail.com

ORCID ID: 0009-0009-1938-9689

Bülent TANSEL

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İİSBF, Psikoloji Bölümü

btansel@gelisim.edu.tr

ORCID ID: 0000-0001-5075-4036

Özet

Bu araştırmanın temel amacı bazı psikolojik belirti düzeylerinin ve sosyal medyayı günlük kullanma süresinin ergenlerde sosyal medya bağımlılığını yordama gücünü incelemektir. Bu amaçla sosyal medya bağımlılığının somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid ve psikotizm psikolojik rahatsızlık belirtileri yordayıp yordamadığını test etmek için standart ve aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu 351 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verilerini toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu ve Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Araştırma da elde edilen bulgulara göre sosyal medya bağımlılığının psikolojik bozuklukları yordadığı görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile en yüksek ilişki gösteren değişkenler psikotizm, paranoid düşünceler ve fobik anksiyete olarak belirlenmiştir. Elde edilen verilere göre sosyal medya bağımlılığı üzerinde en çok etkili olan değişken sosyal medya varlığı sayısıdır. Sosyal medya bağımlılığı ile günlük sosyal medya varlığı arasında pozitif ve yüksek bir ilişki bulunmaktadır. Günlük sosyal medya varlığı sayısı arttıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyi yükselmektedir. Sonuç olarak yetişkin bireylerin yaşadığı psikolojik belirtiler ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmaktadır. Yetişkinlerin psikolojik rahatsızlık belirti düzeylerinin artması sosyal medya bağımlılığının artmasında etkili olmaktadır. Psikolojik bozukluklar sosyal medyada geçirilen sürenin artmasını da etkilemektedir. Elde edilen veriler literatürde yapılan benzer çalışmalarda elde edilen bulgularla tartışılarak, bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Ergenler, Sosyal Medya Bağımlılığı, Psikolojik Belirti Düzeyleri.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA ADDICTION AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOM LEVELS OF ADULTS

Abstract

The main objective of this study is to examine the predictive power of certain psychological symptom levels and daily social media usage time on social media addiction in adolescents. To this end, standard and stepwise multiple linear regression analyses were conducted to test whether social media addiction predicts symptoms of somatization, obsessive-compulsive disorder, interpersonal sensitivity, depression, anxiety disorder, hostility, phobic anxiety, paranoia, and psychoticism. The sample group of the study consisted of 351 participants. To collect the research data, the Personal Information Form, Social Media Addiction Scale-Adult Form, and Brief Symptom Inventory were used. According to the findings of the study, social media addiction was found to predict psychological disorders. The variables most strongly associated with social media addiction were psychoticism, paranoid thoughts, and phobic anxiety. According to the data obtained, the variable most influential on social media addiction was the number of social media accounts. There is a positive and strong relationship between social media addiction and daily social media use. As the number of daily social media posts increases, the level of social media addiction rises. As a result, there is a relationship between the psychological symptoms experienced

by adults and social media addiction. The increase in the level of psychological distress symptoms in adults contributes to the increase in social media addiction. Psychological disorders also affect the increase in time spent on social media. The data obtained were discussed in light of findings from similar studies in the literature, and some recommendations were made.

Keywords: Adolescents, Social Media Addiction, Psychological Symptom Levels.

GİRİŞ

Bireylerin yaşamları boyunca farklı deneyim ve olaylarla karşılaşmaları, psikolojik sağlıklarını çeşitli yönlerden etkilemektedir. Bu noktada, özellikle ergenlik dönemi; hızlı fiziksel, duygusal ve sosyal değişimlerin yaşandığı kritik bir gelişim evresi olarak öne çıkmaktadır. Ergenlerin karşılaştıkları güçlüklerle başa çıkabilme kapasiteleri, psikolojik sağlamlık düzeyleri, bağlanma stilleri ve ebeveyn tutumlarıyla yakından ilişkilidir. Bu çalışmada ergenlerde psikolojik sağlamlık, bağlanma stilleri ve algılanan ebeveyn tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Elde edilen bulguların, ergenlerin gelişimsel ihtiyaçlarını anlamaya ve rehberlik/psikolojik danışma hizmetlerinde uygulanabilecek önleyici müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Bu araştırma, yetişkin bireylerin sosyal medya bağımlılığı ile psikolojik belirti düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modelinde betimsel bir yöntemle yürütülmüştür. İlişkisel tarama modelleri, bağımlı değişkenin bir veya birden fazla bağımsız değişken tarafından ne ölçüde yordandığını ortaya koymayı amaçlayan analiz türleridir (Büyüköztürk vd., 2016). Araştırmanın evrenini İstanbul'da yaşayan ve aktif sosyal medya kullanan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Literatürde örneklem büyüklüğü için farklı ölçütler önerilmektedir. Örneğin, Tabachnick ve Fidell (2001) faktör analizi için en az 300 katılımcıyı uygun görmekte, Comrey ve Lee (1992) ise 300 kişilik örneklemi "iyi" olarak nitelendirmektedir. Bu doğrultuda, araştırmada 70 maddelik ölçme araçları için en az 350 kişiye ulaşılması hedeflenmiş ve veri toplama süreci sonunda 400 kişiden geçerli veri elde edilmiştir. Veriler çevrimiçi ortamda, Google Forms aracılığıyla kartopu örnekleme yöntemiyle toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS 28.0.1 programı ile gerçekleştirilmiştir. Öncelikle betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Normallik varsayımı incelenmiş ve dağılımın özelliklerine göre uygun istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. Normal dağılım sağlanan durumlarda t-testi, ANOVA ve Pearson korelasyonu; normallik varsayımı sağlanmayan durumlarda Mann Whitney U, Kruskal Wallis ve Spearman korelasyonu uygulanmıştır. Anlamlı ilişkilerde etki düzeylerini incelemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Bu çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki ve bireylerin farkındalık düzeyinin bu ilişkideki rolü araştırılmıştır. Teknoloji kullanımının artmasıyla birlikte sosyal medya uygulamaları, bireyler için vazgeçilmez bir sanal dünya oluşturan platformlar hâline gelmiştir. Araştırmaya katılan 351 bireyin %66,1'i kadın, %33,9'u erkeklerden oluşmaktadır. Katılımcıların %43'ü 25-31 yaş aralığında, %57,5'i bekâr, %53'ü lisans mezunu olup, %68,4'ünün çocuğu yoktur. Katılımcıların %69,2'si düzenli bir işte çalışmakta ve %41,6'sı 1-5 yıl arasında çalışma süresine sahiptir. Sosyal medya kullanımı yaygındır; %98,9'unun en az bir sosyal medya hesabı bulunmakta ve katılımcıların %42,2'si üç farklı sosyal medya hesabına sahiptir. En çok kullanılan platform ise WhatsApp'tır (%35,6). Bu bulgu, Masthi ve ark. (2018) ile uyumludur. Sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin Cronbach-Alpha değeri 0,887, alt ölçekler olan sanal tolerans 0,769 ve sanal iletişim 0,870 olarak bulunmuştur. Kısa semptom envanteri ise 0,961 güvenilirlik katsayısına sahiptir. Sosyal medya

bağımlılığı ile kısa semptom envanteri arasında orta düzeyde pozitif ilişki saptanmış, alt ölçeklerden somatizasyon ve fobik anksiyete zayıf, diğer alt ölçekler ise orta kuvvetli pozitif ilişki göstermiştir. Sanal toleransın psikolojik belirtiler üzerindeki etkisi, somatizasyonda %10,5, obsesif-kompulsif bozuklukta %22,6, kişiler arası duyarlılıkta %23,2, depresyonda %21,1, anksiyete bozukluğunda %17,0, hostilitede %17,7, fobik anksiyetede %9,1, paranoid düşüncede %20,8 ve psikotizmde %16,6 oranında açıklanmıştır. Sanal iletişim ise etkilerini daha yüksek düzeyde göstermiş, somatizasyonda %17,7, obsesif-kompulsif bozuklukta %36,1, kişiler arası duyarlılıkta %41,0, depresyonda %31,8, anksiyete bozukluğunda %27,4, hostilitede %26,9, fobik anksiyetede %15,3, paranoid düşüncede %31,9 ve psikotizmde %26,6 oranında açıklamıştır.

Çalışmanın sonuçları, sosyal medyanın sık kullanımının psikolojik rahatsızlık belirtileri üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Özellikle depresyon ve obsesif-kompulsif bozukluğun, sosyal medyayı yoğun kullanan bireylerde daha yaygın olduğu belirlenmiştir. Bilgin (2018) ve Şentürk (2017) tarafından yapılan çalışmalar, sosyal medyayı bir destek aracı olarak görenlerin depresyon, somatizasyon ve obsesif-kompulsif bozukluk oranlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur; bu sonuçlar çalışmamız ile uyumludur. Araştırmalar, olumsuz duygusal durumlarda bireylerin sosyal medyayı rahatlamaya çalışmak için kullandığını göstermektedir. Aşırı sosyal medya kullanımı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki önceki araştırmalarla da tutarlıdır (Bilgin, 2018; Çayırlı, 2017; Şentürk, 2017; Przybylski vd., 2013; Ülev, 2014). Bununla birlikte bireylerin bilinçli farkındalık düzeylerinin, sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik belirtiler üzerindeki olumsuz etkileri azalttığı bulunmuştur (Özdoğan, 2018; Ünal, 2015). Araştırmamız, sosyal medya bağımlılığının psikolojik belirtilerle ilişkisinde bilinçli farkındalık düzeyinin aracılık ettiğini göstermektedir; farkındalık arttıkça psikolojik belirtiler ve bağımlılık düzeyi önemli ölçüde azalmaktadır. Bu durum, bireylerin şu an ve kendi duygu-düşüncelerinin farkında olduklarında olumsuz etkileri azaltabildiklerini ortaya koymaktadır. Bulgular, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili psikolojik belirtilerin somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünce ve psikotizm olduğunu göstermektedir. Bu belirtiler, sosyal medyada geçirilen süre veya kullanılan sosyal medya sayısından bağımsız olarak bağımlılık ile ilişkili bulunmuştur. Bu sonuçlar, Appel vd. (2016), Feinstein vd. (2013), Pantic vd. (2012), Park ve Baek (2017) ve Li, Li Wang ve Zhang (2008) çalışmalarının bulgularıyla uyumludur.

SONUÇ

Araştırma bulguları, sosyal medya bağımlılığı ile psikolojik bozukluklar arasında güçlü ilişkiler olduğunu göstermektedir. Sosyal medya bağımlılığı, somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünce ve psikotizm üzerinde anlamlı etkiler göstermektedir. Günlük sosyal medyada geçirilen süre arttıkça bağımlılık düzeyi de yükselmektedir. Bu durum, uzun süreli kullanımın psikososyal ihtiyaçları karşılayarak bağımlılık olasılığını artırdığı yönündeki önceki araştırmalarla uyumludur. Gelecekteki çalışmaların, yalnızca erken yetişkinlik değil, orta ve ileri yaş gruplarına ve genç yaş gruplarına yönelik sürdürülebilir uygulamalara odaklanması önerilmektedir. Sosyal medya bağımlılığını önlemek için teknolojinin bilinçli kullanımıyla ilgili eğitim faaliyetleri düzenlenebilir ve bağımlı bireylere yönelik psiko-eğitim programları uygulanabilir.

KAYNAKLAR

Apel, H., Gerlach, A.L., & Crusius, J. (2016). The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology, 9*, 44-49. https://doi.org/10.1016/ j.copsyc.2015.10.006.

Bilgin, M . (2018). Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik Bozukluklar Arasındaki İlişki. *The Journal of International Scientific Researches, 3*(3), 237247.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2016). Bilimsel araştırma yöntemleri (20. Baskı). Pegem Akademi.

Çayırlı E. (2017) *Sosyal medya kullanım özelliklerinin kişilik yapılanmaları, yaşam doyumu ve depresyon açısından incelenmesi.* (*Yayınlanmamış* yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.

Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). A first course in factor analysis (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. Psychology of Popular Media Culture, 2(3), 161–170. https://doi.org/10.1037/ppm0000004

Li, L., Li, G.Y., Wang,, Y.Y., & Zhang, S. Y. (2008). The effects of residential hospital treatment on 48 internet addiction patients. *Journal of Psychiatry,* 21, 356-360.

Masthi NR, Pruthvi S, Phaneendra MS.(2018) A comparative study on social media usage and health status among students studying in pre-university colleges of urban Bengaluru. *Indian J Community Med*;*43*(3):180

Özdoğan H. (2018). Yetişkinlerin bilinçli farkındalık düzeylerinin iyimserlik ve yaşam doyumlarına etkisi, bilinçli farkındalık ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin karşılaştırılması. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi.

Park, S.Y., & Baek, Y.M. (2017). Two faces of social comparison on Facebook: The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being. *Computers in Human Behavior, 79*(1),83-93. DOI:10.1016/j.chb.2017.10.028

Pantic, I., Damjanovic, A., Todorovic, J., Topalovic, D., Bojovic-Jovic, D., Ristic, S., & Pantic, S. (2012). Association between online social networking and depression in high school students: Behavioral physiology perspective. Psychiatry Research, 202(2), 123–128. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.07.002

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in Human Behavior, 29(4), 1841–1848. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014

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

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). Using multivariate statistics (4th ed.). Allyn & Bacon.

Ülev E. (2014). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi.

Ünal AT. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. (Yayımlanmamış doktora tezi). İstanbul Marmara Üniversitesi.