

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI
HALK SAĞLIĞI HEMŞİRELİĞİ BİLİM DALI



İSTANBUL KENT
ÜNİVERSİTESİ

ORTAOKUL ÇOCUKLARINDA SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI,
SALDIRGANLIK VE MENTAL İYİ OLUŞ DURUMLARININ
BELİRLENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
HATİCE ÖZTÜRK

İSTANBUL – 2025

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI
HALK SAĞLIĞI HEMŞİRELİĞİ BİLİM DALI

**ORTAOKUL ÇOCUKLARINDA SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI,
SALDIRGANLIK VE MENTAL İYİ OLUŞ DURUMLARININ
BELİRLENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
HATİCE ÖZTÜRK

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Nurcan KOLAÇ

İSTANBUL – 2025

KABUL VE ONAY

HATİCE ÖZTÜRK tarafından hazırlanan “**ORTAOKUL ÇOCUKLARINDA SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, SALDIRGANLIK VE MENTAL İYİ OLUŞ DURUMLARININ BELİRLENMESİ**” adlı tez çalışmasının savunma tarihi **11.07.2025** tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Halk Sağlığı Hemşireliği Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Nurcan KOLAÇ

.....

Üye

Doç. Dr. Seher YURT

.....

Üye

Dr. Öğr. Üyesi İrem Nur ÖZDEMİR

.....

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun
tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

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

Hatice ÖZTÜRK

11.07.2025



ÖN SÖZ

Yüksek lisans eğitimim ve tez çalışmam süresince, akademik gelişimime yön veren, bilimsel birikimi ve deneyimiyle bana ilham olan, her zaman anlayışı, sabrı ve rehberliğiyle yanımda olduğunu hissettiren çok kıymetli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nurcan KOLAÇ'a, katkı ve emekleri için en derin saygı, sevgi ve şükranlarımı sunarım. Sadece bir danışman değil; aynı zamanda bu zorlu süreçte güven veren bir yol gösterici olduğu için kendisine minnettarım.

Zaman zaman yorulduğumda bana nefes, umutsuzluğa kapıldığımda güç olan; bilgi ve tecrübesiyle yolumu aydınlatan, içtenliğiyle daima yüreklendiren, varlığıyla her zaman yanımda hissettiğim değerli meslektaşım Leyla Türkay'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Göstermiş olduğu şefkat ve destek, bu sürecin en kıymetli armağanlarından biri olmuştur.

Hayatımın her anında yanımda olan, varlıklarıyla bana güç ve huzur veren, desteklerini her daim hissettiğim canım ailem; sevgili annem Gülsever Öztürk, kıymetli babam Recep Öztürk ve her zaman yoldaşım olan canım kardeşim Büşra Öztürk Urkaç'a sevginiz, inancınız ve sabrınız için sonsuz teşekkür ederim.

Hatice ÖZTÜRK

11.07.2025

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	i
TABLolar LİSTESİ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER	4
1.1. Bağımlılık	4
1.2. Sosyal Medya	5
1.2.1. Sosyal Medyanın Özellikleri	6
1.2.2. Sosyal Medya Araçları	7
1.2.3. Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları.....	8
1.2.3.1. Sosyal Medyanın Avantajları.....	8
1.2.3.2. Sosyal Medyanın Dezavantajları	9
1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı	10
1.3.1. Ülkemizde ve Dünyada Sosyal Medya Bağımlılığı	11
1.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Ergenlik.....	11
1.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Saldırganlık	12
1.4. İyi Oluşluk	13
1.5. Ergenlerde İyi Oluşluk ve Sosyal Medya Kullanımı.....	14
1.6. Okul Sağlığı Hemşireliğinin Rol ve Sorumlulukları	15
BÖLÜM 2: GEREÇ VE YÖNTEM	19
2.1. Araştırmanın Amacı.....	19
2.2. Araştırmanın Türü.....	19
2.3. Araştırmanın Yeri ve Özellikleri.....	19
2.4. Araştırma Soruları	19
2.5. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	20
2.6. Araştırmanın Değişkenleri.....	21
2.7. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri	21
2.7.1. Tanımlayıcı Soru Formu	21
2.7.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	21
2.7.3. Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği.....	22
2.7.4. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği	23

2.8. Verilerin Toplanması.....	23
2.9. Verilerin Analizi.....	24
2.10. Araştırmanın Etik Boyutu.....	24
2.11. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	25
2.12. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri	25
2.13. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri	25
BÖLÜM 3: BULGULAR	26
3.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	28
3.2. Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi	29
3.3. Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	31
3.4. Sosyal Medya Bağımlılığı, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	37
3.5. Sosyal Medya Bağımlılığının Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi	39
BÖLÜM 4: TARTIŞMA.....	41
4.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanma Davranışlarını ve Günlük İnternet Kullanma Süreleri	41
4.2. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş, Saldırganlık Düzey Ortalamaları Toplam ve Alt Boyut Puan Ortalamaları	43
SONUÇ VE ÖNERİLER	52
KAYNAKÇA.....	53
EKLER	67
ÖZ GEÇMİŞ	78

KISALTMALAR

HSGM	: Halk Sağlığı Genel M¼d¼rl¼ę¼
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
OECD	: Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örg¼t¼
OSYS	: Okul Sağlığı Y¼netim Sistemi
RT¼K	: Radyo Televizyon Üst Kurulu
SHÇEK	: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Çocuk Hizmetleri Genel M¼d¼rl¼ę¼
TDK	: Türk Dil Kurumu
TMB	: Türkiye Bağımlılıkla M¼cadele Eğitim Programı
WHO	: Dünya Sağlık Örg¼t¼

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Basit Rastgele Örneklem Hesabı	20
Tablo 2: Örneklem Tabakalama	21
Tablo 3: Güvenirlik ve Normallik.....	27
Tablo 4: Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri	28
Tablo 5: Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi	29
Tablo 6: Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	31
Tablo 7: Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Fiziksel Saldırganlık, Düşmanlık, Öfke ve Sözel Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	34
Tablo 8: Sosyal Medya Bağımlılığı, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	38
Tablo 9: Sosyal Medya Bağımlılığının Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi	39

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Ortaokul Çocuklarında Sosyal Medya Bağımlılığı, Saldırganlık ve Mental İyi Oluş

Durumlarının Belirlenmesi

Hatice ÖZTÜRK

Yüksek Lisans Tezi

Hemşirelik Anabilim Dalı / Halk Sağlığı Hemşireliği Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nurcan KOLAÇ

Temmuz, 2025- 78

Bu araştırmanın amacı, ortaokul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve ruhsal iyilik halini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı ilişkisel türde olan bu araştırma Kasım-Aralık 2024 tarihleri arasında, İstanbul'da bir ortaokulda öğrenim gören 295 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Veriler Tanımlayıcı Anket, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluşluk Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılarak yüz yüze görüşme yöntemi ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesi bilgisayar ortamından gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin ölçek puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi, parametrik testlerde, Bağımsız Örneklem t Testi ve bağımsız gruplarda One Way Anova Testi, bağımsız değişkenleri karşılaştırmak için grup ortalaması ve LSD Testi kullanılmıştır. Araştırma öncesinde öğrencilerden, ailelerinden üniversitenin İl Milli Eğitim Müdürlüğünden ve araştırmanın yürütüleceği okuldan izin alınmıştır.

Sosyal medya bağımlılığı ile ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde, pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Basit doğrusal regresyon analizinde modelin ($F=85,56$, $p<0,015$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık düzeyi arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu ($R=0,475$) ve sosyal medya bağımlılığının saldırganlık düzeyi toplam varyansının %22,6'sını açıkladığı belirlenmiştir ($R^2=0,226$). Elde edilen bulgular ışığında sosyal medya bağımlılığının regresyon modeline pozitif yönde anlamlı bir katkı sağladığı belirlenmiştir ($t=9,25$, $p<0,001$). Bu bağlamda, sosyal medya bağımlılığı çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeyini ve kısmen mental iyi oluşluk düzeyini etkilemiştir. Okullarda öğrencileri sosyal medya bağımlılığına bağlı oluşabilecek risklerden korumak amacıyla sağlığını koruyan ve geliştiren faaliyetlere öncelik verilmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya Bağımlılığı, Saldırganlık, Ruhsal İyi Oluş Hali, Okul Çocukları. Okul Sağlığı Hemşireliği

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute
Determining Social Media Addiction, Aggression And Mental Well-Being In Middle
School Children

A Mixed-Methods Study

Hatice ÖZTÜRK

Master Thesis

Department of Nursing / Division of Public Health Nursing

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Nurcan KOLAÇ

July, 2025 – 78

The aim of this study was to determine social media addiction, aggression, and mental well-being among middle school students. This descriptive and correlational study was conducted between November and December 2024 with 295 students enrolled in a middle school in Istanbul. Data were collected through face-to-face interviews using the Descriptive Questionnaire, the Bergen Social Media Addiction Scale, the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale, and the Buss-Perry Aggression Questionnaire. Data analysis was carried out using computer-based statistical software. To determine the relationships between students' scale scores, Pearson correlation analysis was employed. For parametric tests, Independent Samples t-Test and One-Way ANOVA were used. Group means and the LSD test were used to compare independent variables. Prior to the study, permissions were obtained from the students, their parents, the Provincial Directorate of National Education, and the school where the study was conducted.

A moderate, positive, and statistically significant relationship was found between social media addiction and levels of physical aggression, hostility, anger, and verbal aggression among middle school students ($p < 0.001$). In the simple linear regression analysis, the model was found to be significant ($F = 85.56$, $p < 0.015$). There was a moderate correlation between students' social media addiction and their aggression levels ($R = 0.475$), and social media addiction explained 22.6% of the total variance in aggression levels ($R^2 = 0.226$). Based on the findings, it was determined that social media addiction made a statistically significant positive contribution to the regression model ($t = 9.25$, $p < 0.001$). In this context, social media addiction affected the aggression levels and, to some extent, the mental well-being of the participating middle school students. It is recommended that schools place greater emphasis on health-promoting and protective activities to safeguard students from potential risks associated with social media addiction.

Keywords: Social Media Addiction, Aggression, Mental Well-being, School Children, School Health Nursing.

GİRİŞ

Günümüzde hızla gelişen sosyal medya kullanımı toplumsal yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir. Sosyal medya; bireylerin iletişim kurmalarına, bilgi paylaşımlarına, araştırma yapmalarına, eğitim faaliyetlerine katılmalarına ve eğlenceye yönelik içeriklere ulaşmalarına olanak tanımaktadır. Özellikle internet bağlantısının yaygınlaşmasıyla birlikte, akıllı telefonlar, tabletler, bilgisayarlar ve televizyonlar aracılığıyla sosyal medya platformlarına erişim oldukça kolaylaşmıştır. Bu durum, bireylerin sosyal medya kullanım sıklığını artırmakta ve dijital yaşamın günlük rutinlerde kullanılmasını hızlandırmaktadır (Güler vd., 2022).

Türkiye’de 2024 yılı itibariyle 67,11 milyon sosyal medya kullanıcısının olduğu, dünya genelinde 11. sırada yer aldığı belirtilmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu, 2024 yılında yayımlanan *Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*’na göre, Türkiye’deki çocukların dijital dünyaya olan ilgisinin arttığı ve sosyal medya kullanımlarında artış olduğunu göstermiştir. Türkiye ‘de çocukların %66,1’nin sosyal medya kullandıkları belirtilmektedir. Çocukların yaş gruplarına göre, sosyal medyada vakit geçirme süreleri hafta içi ve hafta sonu farklılık gösterdiği belirtilmektedir. Çocukların %37,1 hafta içi sosyal medyada günde yaklaşık iki saatten daha uzun vakit geçirmektedir. Aynı zamanda çocukların %49,5 hafta sonu daha uzun sürelerle sosyal medyada vakit geçirmektedir (Demandsage, 2025).

Sosyal medya kullanımı, ergenler için kolay ve düşük maliyetli bir iletişim aracı olması nedeniyle çeşitli avantajlar sağlayabilir. Gültekin’in (2008) ergenlerle gerçekleştirdiği çalışmada, sosyal medyanın ergenler üzerinde olumlu etkiler yarattığını ifade etmiştir. Sosyal medya kullanımı; iletişim kurma, paylaşımda bulunma, bilgi araştırma, eğitim, eğlence ve oyun oynama gibi birçok işlevi kapsamaktadır. Günümüzde internet bağlantısına sahip telefon, tablet, bilgisayar ve televizyon gibi cihazlar aracılığıyla sosyal medya platformlarına erişim çok daha kolay ve yaygın hale gelmiştir (Güler vd., 2022). Ancak literatür de birçok araştırma sosyal medyanın ergenler arasında sorunlu kullanımı veya sosyal medya bağımlılığı için bir risk oluşturabileceği belirtmektedir. Nitekim birçok çalışmada sosyal medyanın ergenlerin ruhsal, fiziksel ve sosyal yönden birçok olumsuz sonuçlara yol açtığını göstermektedir (Hazar vd., 2017; Karakuş, Balcı ve Tirkayi, 2024; Şahin vd., 2024). Özellikle okul çağındaki çocuklarda davranışsal bağımlılık olan sosyal medya bağımlılığı; öz bakım davranışlarında yetersizlik, uyku düzensizlikleri, fiziksel şikayetler, ruhsal sorunlar, artan kaygı ve stres düzeyi, öfke kontrolünde güçlük ve akademik başarıda düşüş gibi çok boyutlu olumsuz sonuçları beraberinde getirmektedir (Keles vd., 2020).

Türkiye’de, ergenler arasında sosyal medyanın yaygınlığı yeterince ele alınmamıştır sosyal medyanın yaygınlığı hakkında bilgiler yetersizdir. Sınırlı çalışmalar arasında internet bağımlılığı çalışılmıştır. Bazı çalışmalarda sosyal medyanın ergenler arasında oluşturduğu sağlık risklerine odaklanmıştır. Sosyal medyanın, ortaokul çocuklarında, sosyal medya bağımlılığının, mental iyi oluşluk ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya ile fazla ilgilenmek sosyal medyayı uzun süre kullanmak, bunun için güçlü bir isteğe sahip olmak ve beraberinde sosyal yaşamı kişiler arası ilişkileri, derslerini ödevlerini aksatacak ve sağlığını bozacak şeklide zaman harcaması olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığının ruh sağlığı için bir risk faktörü olduğu ileri sürülebilir. Sosyal medya bağımlılığı DSM-5 in resmi bir tanısı içerisinde yer almasa da bu konuda ki birçok kanıt sosyal medyanın ergenler arasında başta uykusuzluk, akademik başarıda düşüş, kötüleşen kişiler arası ilişkiler ve kendilerine olan öz saygı, mutsuzluk, kaygı, yalnızlık, depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarına neden olduğunu göstermektedir. Kendilerini dışa dönük farklı gösterme, fiziksel ve ruhsal sağlıklarında bozulma, mutluluğu ve genel işlevsellik üzerinde olumsuz etkiler bırakır bunların yanı sıra yalnızlık, çekingenlik, depresyon, gibi sorunların oluşmasına neden olmaktadır (Duran, 2023; Eichenberg, Schneider ve Rump,2024). Ergenlik dönemi kimlik arayışı, bir gruba dahil olma akranlar arasında kabul görme ve bağımsız olma gibi gelişimsel özellikler gösterir. Sosyal medya ergenler için birçok avantaj yaratabilir yeni fırsatlar sunabilirler. Akranlar olarak birbirleri ile yüz yüze iletişimden ziyade sosyal ihtiyaçlarını sosyal medya aracılığıyla kurmak isteyebilirler. Bu durum onların sosyal medyada uzun süre kalmalarını sağlayabilir. Ergenlerin daha savunmasız ve daha öz kontrollerinin düşük olduğu göz önüne alındığında bu durum bir risk oluşturabilir. Literatürde ergenler internet bağımlılığının beraberinde sosyal medya bağımlılığını artırdığı belirtilmektedir hatta bir halk sağlığı sorunu olduğu konusunda uzmanlar hem fikir olmuşlardır. Sosyal medyada uzun süre fiziksel olarak hareketsiz kalmak kas-iskelet sistemine ait problemler, kalp hastalıkları, görme bozuklukları, obezite gibi yeme içme davranışlarında bozulmalar görülür (Özdemir, 2025).

Ergenler için sosyal medya ağlarının aşırı veya uyumsuz kullanımının risklerinden biri saldırgan davranıştır. Sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık arasında orta düzeyde pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur (Hazar vd., 2017; Karakuş vd., 2024; Rustamov vd., 2023). Özellikle saldırgan içerikli video oyunları oynamanın düşmanlık, öfke ve saldırganlık gibi bilişsel ve duygusal durumların uyarılmasına neden olduğu belirtilmektedir (Durak ve ark., 2018; Şahin ve ark., 2024). Ergenlerin şiddet içeren oyunları sürekli izlemesi fiziksel

saldırganlık düzeylerinin arttırmaktadır (Kraha ve Moller, 2004; Siyez ve Baran, 2017). Dolayısı ile ergenler arasında sosyal medya bağımlılığının saldırganlık aracılığıyla ruhsal iyilik halini olumsuz yönde etkileyebileceği belirtilmektedir (Rustamov vd., 2023). Ergenlerin sosyal medyada fiziksel bir ortamda bulunmaması sosyal medyanın sözel saldırganlık için daha uygun bir ortam olduğu söylenebilir. Sonuç olarak sosyal medya bağımlılığı, bireylerin iletişim sırasında duygusal etkileşimi en aza indirerek daha kolay saldırgan davranmasıyla ilişkili olabilir. Böylece bireylerin ruh sağlığı potansiyel olarak etkilenebilir. Özellikle okul çağındaki çocuklarda davranışsal bağımlılık olan sosyal medya bağımlılığı; öz bakım davranışlarında yetersizlik, uyku düzensizlikleri, fiziksel şikayetler, ruhsal sorunlar, artan kaygı, stres düzeyinde ve öfke kontrolünde güçlük, akademik başarıda düşüş gibi çok boyutlu olumsuz sonuçları beraberinde getirmektedir (Heizomi vd., 2021; Keles vd., 2020). Bu nedenle okulda ergenlerle çalışan okul sağlığı hemşireleri ergenlerin ruhsal iyilik hallerini korumak veya geliştirmek için sosyal medya bağımlılığı ve saldırganlığın rolü olabileceği düşünebilmelidirler. Bu amaçla bu araştırma okul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve mental iyilik halini ve bunlar arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır.

BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER

1.1. Bağımlılık

Bağımlılık kavramının birçok tanımı vardır. Türk Dil Kurumuna göre üç farklı şekilde yorumlanarak tanımlanmıştır; ‘Birinci tanımında, bir şeyi isteme, bir şeyin gücüne veya yardımına bağlı olan, özgürlüğü özerkliği olmayan; ikinci tanımına göre bir kimseye veya bir nesneye maddi ve manevi yönden aşırı bağlı olan; üçüncü tanımına göre ise sigara, uyuşturucu gibi kötü alışkanlıklara aşırı derecede istekli olan olarak tanımlanmıştır (TDK, 2022).

Çocuklar, günlük yaşamları içerisinde bilinçli veya bilinçsiz davranışlarda bulunabilirler. Gösterilen bu davranışlar sürekliliğe dönüşmesiyle birlikte alışkanlıklar ortaya çıkmaktadır. Alışkanlıkların ne sıklıkla yapıldığı, nasıl yapıldığı gibi soruların cevapları bizi davranışlara yönlendirir. Bağımlılık terimi ile alışkanlık terimleri birbirine yakın kavramlar olarak kullanılmış olsalar bile farklıdırlar. Alışkanlık, uygulanan davranışın veya durumun sürekli olarak yapılması iken, bağımlılık ise uygulanan davranışın veya durumun ne dozda yapıldığıdır (Duman ve Turan, 2024). Yetişkinlere göre çocuklar daha kolay davranış kazanabilirler. Çocukların, spor yapması, beslenmesi, uyku düzenlerini olması gibi olumlu davranışlar çocuğun gelişimine katkı sağlamaktadır.

Bağımlılık önceleri yalnızca fiziksel maddelere olan bağımlılık olarak tanımlanmaktadır ancak günümüzde literatürde bağımlılık iki farklı şekilde ele alınmaktadır. Bunlar fiziksel bağımlılık ve mental davranışsal bağımlılık olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel bağımlılık; alkol madde kullanımı, tütün kullanımı gibi bir nesneye olan bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Duran, 2023). Mental davranışsal bağımlılık ise aşırı yeme, dijital oyun bağımlılığı, videolar izleme, sosyal medyada uzun saatlerce vakit geçirme gibi durumları tanımlamaktadır (Balıkçı, 2018; Holen, 2009). Sosyal medya kullanımlarının artmış olması davranışsal bağımlılığın arttığını göstermektedir (Sanbay, 2021).

Çocukların internette uzun süre vakit geçirmeleri, çocukları fiziksel davranışsal olarak etkilemektedir. Çocukların internet başında geçirdikleri sürenin artmasıyla birlikte sosyal medya bağımlılık durumları artmaktadır. Bu durum, çocukların temel ihtiyaçlarını ihmal etmelerine ve internete erişim sağlayabilecekleri cihazlar karşısında daha fazla zaman geçirmelerine neden olmaktadır. Çocuklar bilgisayar başında fazla vakit geçiremedikleri durumlarda ise yoksunluk yaşamaya başlarlar ve bu durum çocuklarda psikososyal sorunların oluşmasına neden olur (Karaca vd., 2021).

Gür ve ark. (2015) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin internete olan bağımlılıkları nedeni ile yeme öğünlerinde azalma, abur cubur şeklinde yemenin arttığı, günlük kişisel hijyenlerini erteledikleri ve akademik başarılarının etkilendiğini bulmuşlardır. Şahin ve ark. (2024) tarafından ergenlerle yaptığı çalışmada öğrencilerin aile ile geçirdikleri zamanı ve ödevlerini ertelediklerini, gözlerinde görme bozuklukları yaşadığını belirtmiştir.

1.2. Sosyal Medya

Sosyal medya kelimesi; '*sosyal*' ve '*medya*' kelimelerinin birleşmesiyle oluşmuştur. Türk Dil Kurumuna göre, '*sosyal*' kelimesi toplumsal anlamını taşımaktadır (Türk Dil Kurumu, 1932). '*Medya*' kelimesi Latince kökenli olup ortam, anlamını ifade etmektedir. İletişim için kullanılan medya bilgilerin paylaşılması, bilgilerin depolanması, bilgilerin iletilmesi için kullanılan kitle iletişim araçlarıdır (TDK, 1932).

Günümüzde sosyal medya, vazgeçilmez bir araç haline gelmiştir. İnternetin dünya çapındaki bilgi paylaşımını büyük ölçüde dönüştürdüğü sosyal medya, zaman ve mekan kavramlarını önemsemeden her yerden erişim sağlanmasını sağlayarak iletişime farklı bir boyut kazandırmıştır. Her zaman ulaşılma olanağı bulunan küresel bir topluluk olan ağların bir araya gelmesi olan sosyal medyanın en anlamlı tanımı '*ağ toplumu*' olarak tanımlanabilir (Toprak vd., 2009).

Sosyal medya kavramı için birden fazla tanım bulunmaktadır. Tokatlı ve ark. (2017) tarafından yapılan çalışmada, sosyal medyayı üç temel kavram üzerinde tanımlamıştır. Bu tanıma göre sosyal medya; içerik, topluluk ve Web 2.0'dan oluşmaktadır. İçeriği tanımlarken, fotoğraf, video çekimi, konum paylaşılması, oyun oynanması gibi çeşitli içeriklerin paylaşılmasının sunulmasıdır. Topluluğun tanımı ise genelleme ve içerisinde bulunduğumuz evrenin yansımasıdır. Web 2.0 ise dijital teknolojilerin gelişmesiyle, içeriklerin çeşitlendirilmesini, internet sitelerini ve internette bulunan programları temel almaktadır. Kullanılan bu teknolojilerle kişiler arası etkileşim ve iletişim sağlanmasına olanak tanıyan internet programlarına sosyal medya adı verilmektedir.

Michael Fruncher, sosyal medya üzerinde birçok çalışma yapmıştır. Frunchter 5C ile sosyal medyayı şöyle açıklamıştır; (1) İletişim (conversation), (2) toplum (community), (3) yorum yapma (commeting), (4)iş birliği (collaboration) ve (5)katkı sağlama (contribution) olarak tanımlamıştır (Erdemir, 2022). İletişim; Sosyal medyanın, kişilerin çevrimiçi olarak bireysel veya toplu olarak iletişim kurmalarını sağlamak için oluşturmuş teknolojidir. Toplum; kişiler günlük yaşamda sosyal ağların oluşturduğu gruplara ihtiyaç duymasının yanı sıra sosyal medya

topluluklar için sosyalleşmenin bulunmasıdır. Yorum yapmak; sosyal medyanın en beğenilen özelliklerden biri diğeri ise bireyler birbirleri hakkında özgürce, sosyal medyada paylaşım yaptıkları gönderilere yorum yapma, eleştiride bulunma gibi kendi fikirlerini rahatça beyan etmeleridir. İş birliği; sosyal medyanın gelişimi ve sürdürülebilirliği açısından önemli bir yere sahiptir. Katkı Sağlama; bireylerin sosyal medya kullanımlarıyla eleştirel yapıdan olmadan sosyal ağlara kişisel bilgileri ile üyelik oluşturarak etkileşimlerin artmasına yeni fikirlerle katkı sağlamasıdır (Erdoğan-Sepetçi, 2023).

Sosyal medya, internet aracılığı ile çocukların birbirleriyle iletişim kurduğu, paylaşımlarda bulunduğu, oyunlar oynadığı, düşüncelerini aktardıkları internet tabanlı bir teknoloji olarak ifade edilir (Güler vd., 2022). Sosyal medya sadece ülkemizde değil aynı zamanda dünyanın birçok yerinde iletişim kurmak veya etkileşimde bulunmak için kullanılmaktadır. Kullanılan bu teknoloji kişisel bilgileri, fotoğrafları, sesleri gibi birçok veriyi kayıt altına alarak paylaşma olanağı tanımaktadır.

1.2.1. Sosyal Medyanın Özellikleri

İnternetin kullanılmaya başlanmasıyla birlikte günümüze gelene kadar gelişmeler yaşanmaktadır. İlk olarak Web 1.0 tabanlı internet uygulamalarına ulaşım sağlanmıştır. Web 1.0 tabanı pasif ve tüketici olarak kullanılmaktadır (Harmancı, 2020; Yee-Lam vd., 2019; Kuss, 2018). Kullanılan teknolojide yalnızca içerik üreticilerinin paylaşımda bulunma ve okuma özelliklerini kapsamaktadır. Farklı bir deyimle yalnızca okur dönemi olarak tanımlanır (Zengin, 2024). Web 1.0 göre yorumlama, beğenme, bilgileri paylaşma gibi özellikleri mevcut değildir (Horzum, 2010). Web 2.0 teknolojisi ise sosyal medyayla birlikte düşünülmenin yanı sıra geri bildirimlerin yaşandığı iletişimin çift yönlü olduğu internet tabanıdır (Zengin, 2024). Bu teknolojiyle birlikte, internet bilgi toplama haricinde iletişime geçebilme, video, fotoğraf paylaşımlarında bulunma gibi özellikler kazanmıştır (Güler vd., 2022).

Web 1.0 ve Web 2.0 arasında oluşan fark, üreticilerin geliştirilmesi ve yeni içerikler çeşitlenerek üretilmesiyle, kullanıcılara yorumlama, görüş bildirme durumlarının oluşmasıyla farkı ortaya koymuştur. Web 2.0, internet kullanımında üretici olmanın önünü açmıştır. Web 2.0 teknolojisi ve artan internet erişiminin, sosyal medyanın hızla popülerleşmesinde önemli bir yere sahiptir. Etkileşimlerin kullanıcı merkezli bir hala dönüşmesine olanak sağlar. Bununla birlikte kullanıcılar, içerik üretmekle kalmayıp aynı zamanda ürettikleri içerikleri paylaşma, yorumlama, etiketleme gibi özelliklere sahip olurlar (Harmancı, 2020). Web 3.0 ise internete bağlanan tüm cihazlarda kullanılan internet veri tabanıdır. İletişimi çok yönlü olarak sağlar.

İnternetin gelişimine dair öngörülerde bulunur aynı zamanda yapay zekadan bahseder (Zengin, 2024).

Tim Berners-Lee ve çalışma arkadaşları içerik üretimleriyle ilgili yazdıkları yazılarda tek yönlü iletişim ve dokümanın temelini Web 1.0 tabanlı sistemden Web 2.0 tabanlı sisteme geçiş yapmıştır. Web 2.0 tabanlı sistemle iletişim tek yönlü olarak değil karşılıklı ve hızlı iletişim sağlanarak bireysel içerik üretimine imkanı sağlayan tabanlı sistem oluşturulmuştur. Web 3.0 tabanlı sisteme baktığımızda ise anlık iletişim ile birlikte veriler çok hızlı toplama analiz yapma imkanı sağlamaktadır. Bu sisteme göre Web 4.0 tabanlı sistem ile sanal gerçeklik yanında yapay zekayla birlikte hareket eden bir sistemdir ve aynı zamanda veri tabanı oluşturmaya devam etmektedir (Kaya ve Sağbaş, 2020).

1.2.2. Sosyal Medya Araçları

Gelişen teknolojiyle birlikte dijital cihazlar, çocukların yaşamında giderek daha fazla yer kaplamaya başlamıştır. Çocuklar, akıllı telefon, bilgisayar, tablet, oyun konsolu gibi cihazlar kullanarak eğitim, iletişim ve eğlence gibi durumları gerçekleştirmektedir (Twenge vd., 2018). Sık kullanılan elektronik cihazların çocuk sağlığı üzerine olumsuz etkileri vardır. Uzun süre ekrana maruz kalmaya bağlı göz ve postür-duruş bozukluklarına, obeziteye, egzersiz eksiliğine, dikkat dağınıklığına, odaklanamama sorunlarına ve uyku düzeninde bozulmalara sebep olmaktadır (Babiç vd., 2017).

Ekrana bağlı oluşan hareketsizlik (televizyon izleme, bilgisayar kullanımı vb.), bel çevresinin artmasına, vücut kitle indekslerinin yüksek çıkmasına, obezite riskinin oluşmasına ve tip 2 diyabet riskinin oluşmasına neden olmaktadır. Ekrana bağlı oluşan hareketsiz davranışlar; depresif semptomların ve duygusal durumların ortaya çıkmasına da neden olmaktadır (Zink vd., 2020).

Günümüzde çocuklar için bir diğer eğlenme ve sosyalleşme aracı olan oyunlar; çocukların aşırı ve kontrolsüz kullanımları sonucunda oyun bağımlılığı gibi ciddi sorunların oluşmasına neden olmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü 2018 yılında Oyun Bağımlılığı (Gaming Disorder) tanımını Uluslararası Hastalıklar Sınıflandırma (ICD-11) listesine eklemiştir. Oyun bağımlılığı; oyun oynamayı kontrol etmede yetersizlik, oyunlara diğer günlük aktivitelere göre öncelik verme ve negatif sonuçlara rağmen oyun oynamaya devam etme olarak tanımlanmıştır (World Health Organization, 2018).

Literatürde yapılan çalışmalarda, dijital oyun oynamanın kontrollü şekilde uygulanmasının normal olduğunu, duygusal rahatlamaya katkı sağladığını belirtmişlerdir (Green vd., 2003; Prot

vd., 2014; Yalçın vd., 2016). Dijital cihazlar, doğru ve dengeli kullanıldığında çocuklar için yararlı bir eğitim ve eğlence aracı olabilir. Ancak sınırsız ve kontrolsüz kullanımlar, fiziksel ve psikososyal sağlık sorunlarına yol açabilir. Bu durumla ilgili okullar, öğretmenler, aileler bilinçli ve denetleyici rol üstlenmeleri gerekmektedir. Özellikle okullar, çocukları ve ailelerinin bilinçlenmesine öncü olmalıdır (Babiç vd., 2017).

1.2.3. Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları

Günlük yaşantımızda hayatımızın bir parçası olan internet kullanımı her gün giderek artmaktadır. Çocukların, telefon, tablet, bilgisayar gibi internet bağlantısı olan araçlar kullanarak sosyal medyaya erişimleri kolaylaşmıştır. Çocukların bu sosyal ağlarda geçirmiş oldukları zamanlar çocuğu fiziksel, davranışsal ve bilişsel olarak etkilemektedir.

Yaygınlaşan sosyal medya kullanımı, çocuklarda avantajlar geliştirdiği gibi dezavantajlarda oluşturmaktadır. Araştırma yapma, bilgi paylaşımlarında bulunma, erişim kolaylıkları gibi durumlar avantajlarını göstermektedir. Bilgi kirliliğinin olması, uzun süre masa başında vakit geçirilmesiyle postür bozukluklarıyla karşılaşılması, göz bozuklukları, gibi durumlarda bize sosyal medyanın dezavantajlarını göstermektedir (Şahin vd, 2024; Zengin, 2024). Sosyal medya kullanımının oluşturduğu bu olumlu ve olumsuz durumlar ‘Avantajlar’ ve ‘Dezavantajlar’ olarak daha ayrıntılı inceleyebiliriz.

1.2.3.1. Sosyal Medyanın Avantajları

Sosyal medya kullanımının okul çocukları üzerine olumlu ve olumsuz etkileri vardır. Sosyal medyanın doğru ve kontrollü kullanımı çocukların gelişimlerine katkı sağlamaktadır. Eğitim ve bilgiye erişim sağlama, yeni içerikler üretme, iletişim becerilerinde gelişme, sosyal destek ve aidiyet duygularının gelişmesine katkı sağlamaktadır (Doğrusever, 2021).

Okul çocukları, sosyal medya sayesinde bilgiye kolayca erişim sağlar ve eğitici videolar ile ders içeriklerinin çeşitlendirilir. Okul çocuklarının, araştırma yapmasına, bilgi edinmesine katkıda bulunur. Çevrimiçi gruplar veya topluluklar ile öğrencilerin belirli konular hakkında fikir alışverişlerinde bulunma veya bilgilerinin paylaşılmasına gibi kendilerini geliştirebilme olanaklar tanır (Doğrusever, 2021).

Sosyal medya, çocuğun farklı kültürlerden ve coğrafyadan insanlarla etkileşimde bulunmalarına, bilgi edinmelerin ve varoluş durumlarının sorgulanmasına olanak tanır. Bu durum empati kurma, anlayış geliştirme ve sosyal becerilerde artma konusunda önemli bir rol oynar. Sosyal medya üzerinden yapılan online etkinliklere ve gruplara katılarak, çocuğun diğer

okul çocuklarıyla birlikte öğrenmelerine ve iş birliği içerisinde projeleri yürütmelerine katkı sağlar. Okul çocuğunun dış mekana (kafe vb.) olan bağımlılığının azalmasına katkı sağlayarak online ortamda eğitim, eğlence ve sosyalleşme durumlarını gerçekleştirdiği görülür (Aydın ve Çelik, 2019).

Günümüzde okul çocukları sosyal medya aracılığıyla topluma yarar sağlayacak olan etkinliklere katılma, sosyal etkinliklerden haberdar olma, sosyal sorumluluk projelerine destek verme ve bunları takip edebilmektedir. Sanatsal içeriklerle sanatı geliştirebilme, paylaşımda bulunma, oyunlar ile arkadaşla edinebilmekte etkileşimde olabilmektedir (Çalık, 2024). Sağlık ile ilgili konularda araştırma yapabilme başa çıkma yöntemlerini ulaşabilmektedir. Sağlık ile ilgili konularda online destek alabilmektedirler (Okeffe ve Clarke, 2011). Aynı zamanda sosyal medya, çocukların kendilerini ifade etmelerine benzer ilgi alanlarına sahip arkadaşlar edinmelerini sağlar. Bu durum aidiyet hissini güçlendirir ve yalnızlık duygusunu azaltır. Çocukların, duygusal zorluklar ile başa çıkmalarını sağlar. Teknolojiyi kullanma ve beceri kazanma konusunda fırsatlar yaratır (Okeffe ve Clarke, 2011).

Sosyal medya araçlarının doğru kullanılması ortaokul çocuklarının başarısını artırır, iletişimlerini geliştirir, yaratıcılık yönlerinin güçlendirir ve sosyal destek alanlarında olumlu yönde katkı sağlar (Çalık, 2024).

1.2.3.2. Sosyal Medyanın Dezavantajları

Sosyal medya kullanımının avantajları olduğu gibi oluşturduğu riskli zararlı durumlarda mevcuttur. Aydın ve Çelik (2019) tarafından yapılan çalışmada ortaokul öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarının oluşturduğu dezavantajları alt başlıklar oluşturarak şöyle yorumlamıştır;

- **Psikolojik etkileri:** Stress, kaygı, ilişkilerde bozulma, huzursuzluk, bağımlılık, güvensizlik, depresyon, sürekli beğenilme isteği ve kıskançlık duygusunun gelişmesi gibi durumlar.
- **Kontrolsüz sosyalleşme:** düzensiz, rastgele arkadaşlıkların kurulması, asosyalleşme ve dış mekanlardan soyutlanma
- **Suçla maruz kalma veya suça yönelme:** madde bağımlılıklarına özendirme, kişisel bilgilerin paylaşılması, fotoğraflarının ve videolarının kötü kişiler tarafından paylaşılması
- **Şiddete maruz kalma:** çocukların yaşlarına uygun olmayan içeriklere maruz kalması, oyunlarda karşılaşılan şiddet, oyunlarda kullanılan silah kullanımı ve küfürlü içerikler
- **Ahlaki ve kültürel değerlerde değişimler:** ahlaki değerlerde bozulmaların yaşanması

- **Hayatı zorlaştırma:** zaman kayıplarına neden olması, akademik başarıları olumsuz etkilemesi, okul başarılarında düşüşler yaşanması ve maddi kayıpların oluşması,
- **Sağlık-fiziksel etkiler:** postür ve görme bozuklukları ve obezite sorunları en sık karşılaşılan sağlık ve fiziksel etkilerdir. Özellikle fiziksel aktivite seviyesinin azalması uyku düzeninde bozulma ve yeme bozuklukları arasında atıştırma yiyeceklerin tüketilmesi ve buna bağlı olarak obezite riskinin yükseldiği belirtilmektedir (Özdemir, 2025).

1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı

Türkiye İstatistik Kurumunun yapmış olduğu Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırmasına göre, Türkiye'deki hanelerin %88,5' i internete erişim sağlayabilmektedir. Bu araştırmaya göre bireylerin %81,5 interneti sosyal medya kullanmak amacıyla için tercih ettiği bildirilmektedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2024).

Sosyal medya platformlarına, internet aracılığıyla erişim sağlarız. Yaygınlaşan internet kullanımı, sosyal medya bağımlılığının oluşmasına sebep olmaktadır (Tutgun-Ünal, 2019; Duradoni vd., 2020; Mert, 2025). Erdemir (2022) tarafından yapılan çalışmada sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya platformlarına olan bağımlılık olarak tanımlanmaktadır.

Erdemir (2022) tarafından sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya platformlarına olan bağımlılık olarak tanımlanmaktadır. Aynı zamanda Sosyal medya bağımlılığının, çocukların davranışlarını, gelişimlerini ve duygularını etkileyen olumsuz bir süreç olduğunu tespit etmiştir. Çocuklarda sosyal medya bağımlılığa bağlı olarak; duygu durumunu düzenleyememe, stress, kaygı bozukluğu, çatışmalara neden olma, problem çözme becerilerinde bozulmalar gibi psikolojik sorunları oluşturmaktadır.

Bağımlılığın ortadan kaldırılması için o nesneden veya o durumda olan bağımlılıkta o nesneden veya durumdan uzaklaştırılması ve uygun şartların sağlanmamasıyla mümkündür (Tutgun-Ünal, 2019). Yeu ve ark. (2016) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin davranışsal terapi yöntemiyle anksiyete depresyon ve dijital bağımlılığı semptomlarının azaltıldığı belirtilmiştir.

Türkiye'de okul çocuklarının sosyal medya platformlarına olan bağımlılığı azaltmak, engellemek amacıyla Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından sosyal medya çalışma grubu oluşturulmuştur. Oluşturulan bu grup internet ortamında, sosyal medyada yazılı veya görsel olarak çocukları etkileyecek içerikleri; ihmal, istismar ve suç unsurlarının engellenmesi ve kaldırılması için diğer kurumlar ile iş birliği sağlayarak 7/24 çalışan müdahale ekibidir. Aynı zamanda 'Benim Güvenli İnternetim' adlı rehber kitabı oluşturulmuştur. Bilinçlendirmede

kullanılmıştır (SHÇEK, 1963). Türkiye’de Yeşilay, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı gibi kurumlar çocukların dijital güvenliği için çalışmaya devam etmektedir.

1.3.1. Ülkemizde ve Dünyada Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal medya bağımlılığı coğrafyalara göre bazı farklılıklar göstermektedir. Şimşek, Elçiyar ve Kızılhan (2019) tarafından Facebook Bağımlılık Ölçeği kullanılarak farklı ülkelerdeki çocuklarla yaptıkları araştırmalarda, Amerika Birleşik Devletleri ve Batı Avrupa ülkelerinde düşük bağımlılık bulunurken, Doğu ülkelerinde öğrencilerin orta ve şiddetli düzeyde bağımlılık gösterdiği bulunmuştur

Türkiye İstatistik Kurumu (2024) verilerine göre, çocukların %76,1 akıllı telefon/cep telefonu kullanmaktadır. Çocukların akıllı telefon kullanma amaçları değerlendirildiğinde %77,9 ’nun internette gezinme, %77,3’ ü konuşma için, %70’ ifilm izlemek ve %73,6’ sı ise sosyal medyada vakit geçirmek amacıyla interneti kullanmaktadır.

Demandsage’in akıllı telefon bağımlılığına dair verilerine göre, Türkiye’de günlük ortalama akıllı telefon kullanımı 4 saat 16 dakikadır. Bu süre, dünya ortalaması olan 3 saat 43 dakikanın üzerindedir. Türkiye, Avrupa’da bu ortalamanın üzerinde olan tek ülkedir. Akıllı telefon kullanım süresinin artması sosyal medya bağımlılığı riskini arttırması açısından oldukça düşündürücüdür (Demandsage, 2025).

Özellikle 13-18 yaş arası ergenlerin sosyal medya ve akıllı telefon kullanım oranlarının yüksek olduğu, bu gruptaki ergenlerin %50 sinin sosyal medya platformlarına ilgisinin yoğun olduğunu belirtilmiştir. Bu durum gelecek için tehdit oluşturmaktadır. Aşırı sosyal medya kullanımı, özellikle gençler arasında anksiyete, stres ve depresyon gibi olumsuz zihinsel sağlık sonuçlarıyla ilişkilendirilmektedir. Günde 3 saatten fazla sosyal medya kullanan bireylerde, sosyal refahları hakkında olumsuz duygular yaşama olasılığı daha yüksektir. Bu veriler, çocukların Dünya’da ve Türkiye’de dijital platformların aktif bir şekilde yer aldığını ve sosyal medya kullanımının önemli bir yer tuttuğunu göstermektedir (Demandsage, 2025; Şahin vd., 2024). Ebeveynlerin ve eğitimcilerin, çocukların dijital dünyada güvenli ve bilinçli bir şekilde yer almalarını sağlamak için rehber olmaları önemlidir.

1.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Ergenlik

Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişikliğin yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde karşılaşılan sorunlar stresin oluşmasına sebep olur bununla birlikte öfke kontrolünde bozulma, çatışmalar, problem çözme yetisinde ve iletişimde

sorunlar görülür (Yavuzer, 2011). Ergenlik dönemini yaşayan ortaokul öğrencileri, kendilerini yetişkin olarak sayıp, tutum ve davranışlarını yetişkin bir birey gibi sergilemeye çalışırken aynı zamanda çocukluk yaşamaktadırlar (Güvendi vd., 2019).

Dijital çağ ile birlikte sosyal medya kullanımı çevrimdışı etkileşimi yanında ergenler için öğrenme ve yaşam için sosyal çevreleri oluşturan önemli sosyal etkileşim biçimidir (Billeux vd, 2015; Jiang vd., 2018). Ergenlerin sosyal medya platformlarını kontrolsüz ve uzun süre ile kullanılması fiziksel ruhsal hallerini olumsuz yönde etkileyebilir ve bu durum sosyal medya bağımlılığına neden olabilir (Salari vd., 2025).

Arı Ünal ve Küçük (2022) tarafından yapılan bir çalışmada, ergenlerin internet, bilgisayar, cep telefonu ve sosyal medya kullanması kontrolsüz kullanmalarının kişisel, zihinsel, duygusal, sosyal, cinsel ve ahlaki açıdan yetişkinlere göre daha fazla olumsuz yönde etkilendiğini tespit etmiştir. Aynı çalışmada aileleri tarafından sosyal medya kullanımlarının sınırlandırıldığında, ergenlerin daha fazla agresif davranışlar sergilediğinin belirtmiştir.

Cuma (2020) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin sosyal medya bağımlılıklarının, ruhsal sorunlara yol açtığını, akademik başarısızlık oluşmasına neden olduğu belirtilmektedir. Ergenlerle yapılan farklı bir çalışmada, ergenlerin internet kullanmalarının oluşturduğu ruhsal sorunlarla başa çıkmada yetersiz kaldıklarını göstermiştir (Yıldırım Demiröğen vd., 2024).

1.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Saldırganlık

Saldırganlık, bireylerin kendi düşünce ve davranışlarına dışarıdaki direnmelere karşı, zorla karşı tarafa benimsetme durumu olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2022). Saldırganlık, doğuştan gelen temel insan içgüdüğü ile karşı tarafa zarar verme yönündeki toplumsal bir eğilimdir. Saldırganlık öğrenme deneyimleri üzerinde etkileri bulunur; beyin işlev bozukluğu, mizaç bozukluklar, hormona değişiklikler, medya kullanımları üzerine etkileri, anne ve babalara olan tutumları, davranışsal ve bilişsel süreçlere olan etkilerdir (Güler vd., 2022).

Değişen ve gelişen toplumda kültürel farklılıklar, saldırganlığın farklı tanımlarının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Saldırganlığın tanımlarına baktığımızda; başka kişilere fiziksel veya duygusal olarak zarar veren üzen kişi, öfkenin ortaya çıkması ve sevgi yetersizliği veya eksikliği olarak tanımlanmaktadır (Duman ve Turan, 2024).

Sosyal medya, bireyler arasında iletişimi kolaylaştıran önemli bir araçtır. Sosyal medyanın, yoğun ve kontrolsüz şekilde kullanılması bazı psikolojik ve davranışsal sorunlara yol açmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı, gençler ve yetişkinler arasında giderek artmakta ve

bireyin günlük yaşamını, ilişkilerini ve psikolojik sağlığını olumsuz etkilemektedir (Andreassen vd., 2012).

Sosyal medya bağımlılığı, otokontrolde zayıflığa, empati yetersizliğine ve olumsuz duyguların artmasına neden olarak saldırgan davranışların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir (Kircaburun vd., 2018). Bağımlılık, siber zorbalık, hakaret, tehdit gibi saldırgan davranışları tetikleyebildiği gibi; dış ortamlarda öfke kontrol sorunlarına ve fiziksel veya sözel saldırganlığa neden olmaktadır (Çelik ve Odacı, 2013).

Ergenlik döneminde, sosyal onay arayış içerisinde olma ve duygusal ruhsal değişimlerin yaşanması sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık arasındaki ilişkiyi güçlendirir (Koçak, 2020). Balta ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan çalışmada sosyal medya bağımlılığının yalnızca saldırganlıkla ilişkili olmadığını, aynı zamanda düşük öz-kontrol, yüksek stres düzeyi ve benlik algısında bozulmalara sebep olduğunu. Bu durumun dolaylı olarak saldırgan davranışlarının ortaya çıkmasına neden oluşturabileceğini belirtmektedir. Bu nedenle ergenler arasında sosyal medya bağımlılığının, dolaylı ve doğrudan saldırganlık üzerine olan etkileri sağlıklı bir biçimde kontrol altına alınması gerekir.

1.4. İyi Oluşluk

İyi oluş, bireyin yaşamını hem duygusal (olumlu ve olumsuz duygular) hem de bilişsel (yaşam doyumu) yönden değerlendirerek deneyimlediği olumlu duygulardır (Diener vd., 1998; Uzun vd., 2025). İyi oluş, farklı bir tanımla kendini iyi, mutlu hissetme; yaşamda doyuma ve amaca ulaşma olarak tanımlanmaktadır (Ünsal Yüceer, 2025).

İyi oluş kavramı, tarihsel süreçte iki temel felsefi yaklaşıma dayalı olarak açıklanmıştır (Springer ve Hauser, 2006; Ünsal Yüceer, 2025). Hedonik yaklaşım, iyi oluşu olumlu duyguların yaşanması ve yaşamdan memnuniyet duyulması olarak ele alırken (Dodge vd., 2012; Ünsal Yüceer, 2025; Ryff, 2018; Ryan ve Deci, 2001;), Eudaimonik (pozitif işlevsellik) yaklaşım ise bireyin psikolojik işlevselliğini ve gelişimini merkeze alarak iyi oluşu bu çerçevede tanımlamaktadır (Dodge vd., 2012; Ünsal Yüceer, 2025; Ryff, 2018; Springer ve Hauser, 2006).

Ryff (1989) ise psikolojik iyi oluşu; özerklik, çevresel hâkimiyet, kişisel gelişim, olumlu ilişkiler, yaşam amacı ve kendini kabul gibi alt boyutlar üzerinden tanımlamaktadır. Tian ve ark. (2015) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin okul yaşantılarındaki öznel değerlendirmelerini ‘okulda öznel iyi oluş’ kavramıyla ifade etmiş ve bu durumun akademik başarıyla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Türkiye’de yapılan çalışmalar da benzer şekilde, aile ilişkileri, akran desteği ve okul ortamının ergenlerin iyi oluş düzeyi üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Akbağ ve Ümmet, 2018; Köse, 2015).

1.5. Ergenlerde İyi Oluşluk ve Sosyal Medya Kullanımı

Ergenlik dönemi, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçiş yaptığı; fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim açısından yoğun değişimlerin yaşandığı kritik bir gelişim evresidir. Bu dönemde bireyler kimliklerini şekillendirmeye çalışırken aynı zamanda akademik, sosyal rollerle başa çıkmak durumundadır. Bu çok boyutlu değişim süreci, ergenlerin psikolojik uyumlarını doğrudan etkileyebilmektedir. Özellikle bu dönemde ergenlerde yaşanan stres, anksiyete, depresyon gibi ruhsal zorluklar; bireylerin genel yaşam doyumunu ve öznel iyi oluş düzeylerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Köse, 2015; Sugimura vd., 2023; Uzun vd., 2025).

İyi oluş, bireyin yaşamını olumlu değerlendirmesi, psikolojik sağlığını koruyabilmesi ve toplumsal ilişkilerinde doyum sağlaması gibi durumları kapsamaktadır. Ergenlerde iyi oluşluk, yalnızca ergenin kendini iyi hissetmesi değil; aynı zamanda sosyal çevresiyle kurduğu olumlu ilişkiler, okul yaşamına olan bağımlılığı ve sosyal yaşamında aldığı doyum ile ilgilidir. Bu sebepten dolayı ergenlerde iyi oluş durumunu etkileyen faktörler arasında; bireysel psikolojik değişimler ve gelişimler önemli yer alır (Akbağ ve Ümmet, 2018; Tian vd., 2015). Duygusal ve psikolojik iyi oluş, ergenlerin kendi potansiyellerinin farkına varmasıyla ve kendilerini gerçekleştirmeye mümkündür. Ergenler kendilerine özgü bir kapasiteye sahiptirler ve kapasitelerinin farkına varmaları iyi oluşluğun oluşmasını sağlar (Delikan vd., 2025).

Ergenlerde iyi oluş durumları; akademik hayatlarını, ergenlerin okul başarılarını, gelecek yaşamlarını, fiziksel ve ruhsal sağlıklı olma durumlarını etkilemektedir. Birçok yapısal ve sosyal faktörleri içerisinde bulunduran okul ortamı; ergenlerin gelişimini ve iyi oluş durumlarını etkilemektedir (Dow-Fleisner vd., 2023).

Sosyal medya, ergenlerin günlük yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Sosyal medya platformları, ergenlerin kimliklerini ifade etmelerine, akranlarıyla bağlantı kurmalarına ve aidiyet duygusu geliştirmelerine olanak sağlarken (Best vd., 2014), aynı zamanda bazı riskleri de beraberinde getirmektedir. Sosyal medya kullanımı, ergenlerin iyi oluş durumlarını desteklemektedir. Sosyal medyayı kullanan ergenlerde, özellikle sosyal destek algısının yüksek olduğu, pozitif etkileşimlerin yaşandığı, öz saygı, aidiyet duygusu ve psikolojik iyi oluş üzerinde olumlu etkiler yarattığı belirtilmektedir (Frison vd., 2015; Huang, 2017).

Ergenlerin onay arayışı, zorbalık, dijital bağımlılık ve beğenilme duygusu gibi durumlar, ergenlerde depresyon, anksiyete, düşük özsaygı ve zayıf psikolojik iyi oluşla ilişkilendirilmiştir (Keles vd., 2020; Twenge vd., 2018). Orben ve Przybylski (2019) tarafından yapılan çalışmada günde üç saatten fazla sosyal medyada vakit geçiren ergenlerin; yalnızlık duygularının arttığını ve yaşamdan aldığı doyumda azalmalar olduğunu belirtmiştir.

1.6. Okul Sağlığı Hemşireliğinin Rol ve Sorumlulukları

Okul sağlığı hemşireliği, halk sağlığı hemşireliğinin bir alanı olup sağlıklı nesiller yetiştirmek ve toplumun sağlığını ileri düzeyi taşımak için okullarda rol alınan özel bir alandır (Akgül ve Ergün, 2021). Okul sağlığı hemşiresi, okulda öğrencilere, öğretmenlere, velilere ve okulda tüm çalışanları kapsayacak şekilde hizmet verir. Okul sağlığı hemşireleri, okulda sağlığın korunması ve geliştirilmesi için okul yöneticileri, aileler ve diğer disiplinlerle iş birliği yaparak sağlık sorunlarını önler, erken taramalar yapar ve sorunları olan çocukların takibini sağlar (Anderson vd., 2017; Alican vd., 2013; Avşar vd., 2018; Deniz ve ark., 2022; Şahin vd., 2024).

Hemşirelik yönetmeliğine (27515 sayılı) göre okul sağlığı hemşireliği, görev yaptığı okullarda ilgili sorunları tespit eder, erken tanı/ikincil koruma/tarama, bağışıklama, sağlık eğitimlerinin planlanmasında, sağlık eğitimlerinin uygulanmasında, periyodik olarak yapılan sağlık kontrollerinin planlanmasında, uygulanmasında ve bu kontrollerin kayıt altına alınmasında, kronik hastalığı olan öğrencilerin sağlık muayenelerinin yapılmasında rol alırlar (T.C. Resmi Gazete, 2011).

Toplum sağlığının geliştirilmesinde, okul sağlığı hemşirelerinin büyük sorumluluğu vardır (Allender, Rector ve Warner, 2013). Okullarda sağlığın geliştirilmesi birincil, ikincil ve üçüncül basamak koruma yöntemleriyle mümkündür. Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO, 2021) “*Sağlığı Geliştiren Okullar*” yaklaşımı doğrultusunda, okul sağlığı hemşireleri bireyin tüm gelişim boyutlarını kapsayan bütüncül bir yaklaşımla çalışmaktadır. Okul ortamında oluşturulan faaliyet ve uygulamalar okul sağlığı hemşiresi ile birlikte oluşturulmalıdır. Ülkemizde okul sağlığını geliştirmek için Sağlık Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı arasında 2006 yılında ‘*Okul Sağlığı İş Birliği Protokolü*’ yürürlüğe girmiş ve yıllar içerisinde değişiklikler yapılmıştır (Akgül ve Ergün, 2021).

Okul sağlığı iş birliği protokolü; okul çağındaki çocukların sağlıklarını koruma, geliştirme ve sağlıkla ilgili farkındalıklarını artırma amacı taşıyan resmî bir iş birliği anlaşmasıdır. Okullarda sağlıklı yaşam alışkanları kazandırmak, erken tanı ve önlem faaliyetlerinin yürütülmesini sağlamak (göz, diş muayeneleri vb.), okul sağlığı hizmetlerinin planlı, sistemli yürütülmesini

sağlamak ve okul ortamında sağlık açısından güvenli olmasını sağlamaktır. Oluşturulan protokolün işlenmesi doğrultusunda dijital ortamda ‘Okul Sağlığı Yönetim Sistemi (OSYS)’ oluşturulmuştur (Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2016).

Milli eğitim bakanlığı, sosyal medya bağımlılığını azaltmaya yönelik, Radyo Televizyon Üst Kurulu (RTÜK), ile ortaklaşa MEB medya okur yazarlığı iş protokolleri geliştirilmiştir. Bu amaçla tüm eğitim kademelerinde öğrencilere yönelik medya bilincini geliştirmek amaçlanmıştır. Özellikle 7 ve 8. Sınıf öğrencileri için medya/dijital okuryazarlık dersleri seçmeli ders olarak, ders programlarında yerinin almıştır (Milli Eğitim Bakanlığı, 2022).

Milli Eğitim Bakanlığı, 2021 yılında ‘*Kurumsal Sosyal Medya Kullanım Kılavuzu*’ yayımladı. Yayımlanan kılavuzda, okullarda sosyal medya paylaşımları hukuki ve etik sınırlar içerisinde olmasına, okullara ait hesapların yetki, onay, içerik planlamalarının güvenli yapılmasından bahsedilmiştir (MEB, 2021). Okullarda sosyal medya kullanılmasına yönelik MEB 2017/12 Genelgesi Milli Eğitim Bakanlığı tarafından yayımlandı. Genelgeye göre ‘facebook, twitter, youtube gibi sosyal medya kanallarında öğrenci resimleri, öğrenci videoları, öğretmen resimleri ve videolarının paylaşılmaması konusunda tüm illerdeki okullara genelge gönderildi (MEB, 2017).

Okul sağlığı hemşiresi, okul çocuklarının sosyal medyayı kullanımları sonucu oluşacak olan olumsuzlukların, problemlerin farkında olmalıdır. Oluşacak olan olumsuz sonuçların önlenmesi için okul hemşiresi, çocukların, ailelerin, öğretmenlerin eğitimlerinde farkındalık oluşturarak çeşitli önlemler almalıdır. Sosyal medya kullanımına ilişkin oluşacak olan olumsuzlukları belirlemede, önlemeye yönelik planlama yapılmalı, aile ve öğretmenlerle iş birliği içinde olmalıdır (Arı Ünal ve Küçük, 2022).

Okul sağlığı hemşireleri ruhsal ve psikososyal destekle, öğrencileri desteklemelidir. Çocukluk ve ergenlik döneminde sık karşılaşılan kaygı, depresyon, dikkat eksikliği gibi psikolojik sorunların fark edilmesi, öğrencinin rehberlik servisi ve sağlık kuruluşlarına yönlendirilmesi oku hemşiresinin önemli görevleri arasındadır. Ayrıca, zorbalık, ihmal ve istismar gibi durumlarda müdahale mekanizmalarının devreye sokulmasında aktif rol oynamalıdır (Baykan ve Naçar, 2017).

Okul sağlığı hemşireleri öğrencilere yönelik hijyen, sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite, madde bağımlılığı, teknoloji ve sosyal medya kullanımı gibi konularda sağlık eğitimi programları hazırlamalıdır. Bu eğitimlerle çocuklarda sağlıklı yaşam alışkanlıklarının yerleştirmesi hedeflenmektedir (WHO, 2021). Okul sağlığı hemşiresi, okul ortamında oluşacak olan kaza,

bayılma, alerjik reaksiyonlar yaralanma gibi acil durumlarda ilk yardım müdahalesinde bulunmalıdır. Öğrencilerin kronik hastalıklarının takibini sağlamalıdır (Yıldırım ve Günay, 2020).

Günümüzde öğrencilerin teknoloji ile yoğun etkileşim içinde olması bireysel, sosyal ve fiziksel gelişimleri üzerinde çeşitli etkiler yaratmaktadır. Bu bağlamda öğrencilerin teknoloji kullanımını dengelemeleri ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarını geliştirmeleri amacıyla Yeşilay ve Milli Eğitim Bakanlığının iş birliği ile hazırlanan *Türkiye Bağımlılık Mücadele Eğitim Programına* göre sosyal medya bağımlılığının oluşturduğu olumsuzlukların önlenmesinde, uygun görülen öneriler (TBM, 2014; Şahin vd., 2024);

- Öğrencilerin, ilgi ve istekle gerçekleştirebileceği alternatif etkinlikler belirlenmelidir. Örneğin; sportif faaliyetlere katılım sağlaması, ailesiyle nitelikli sohbetler gerçekleştirmesi, aile bireyleriyle çeşitli oyunlar oynaması veya sınıf gezilerine katılması gibi etkinlikler önerilmelidir.
- Bilgisayar başında uzun süre vakit geçirmenin fiziksel hareketliliği önemli ölçüde azalttığı ve bu durumun öğrencinin genel sağlık durumu üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği öğrenciye açıklanmalıdır.
- Öğrencinin ailesiyle ortak zaman geçirme süresini arttırması teşvik edilmeli; özellikle aile bireylerinin bir arada bulunduğu yemek saatlerine önem vermesi gerektiği vurgulanmalıdır.
- Öğrenciye, teknoloji kullanımına ilişkin zaman sınırlaması koymasının gerekli olduğu açıklanmalı ve bu sürenin önceden planlamasının sağlanmasına dikkat çekilmelidir.
- Öğrencinin, sosyal medya kullanımını arttırdığı zaman dilimlerini değiştirmesini önererek sağlıklı yaşam davranışını geliştirmesi gerektiği açıklanmalıdır.
- Öğrencinin, sosyal medya kullanımları sınırlandırılmalı, kullanım sürelerinin beraberinde mutlaka öğrenciye sorumluluk alacağı görevler verilmelidir.
- Öğrencilerin, bireysel hedefler belirlemesi ve teknoloji kullanımına ilişkin makul bir süre sınırı oluşturması teşvik edilmeli, bu sürenin zaman içerisinde kademeli olarak azaltılabileceği açıklanmalıdır.
- Öğrencilerin, sıkça kullandıkları teknolojik cihazlardan bilinçli şekilde uzaklaşarak; aile bireyleriyle zaman geçirme, hobi edinme, sanatsal ya da sportif faaliyetlere yönelme gibi alternatif etkinliklerle ilgilenmeleri desteklenmelidir.

- Teknoloji kullanımını yönetebilmek amacıyla öğrencilere blok notlar olarak hatırlatıcı kartlar hazırlamaları önerilmeli; bu kartların, çalışma masasında, dolap üstü gibi sıkça görülen alanlara yerleştirilmesi tavsiye edilmelidir.
- Öğrencilerin, ihtiyaç duyduklarında destek talebinde bulunmaları konusunda cesaretlendirilmeleri gerekmektedir. Bu kapsamda, aile üyeleri, arkadaş çevresi, rehber öğretmenler, okul sağlığı hemşiresi veya öğrencinin güven duyduğu öğretmenlerden yardım alabilecekleri kendilerine açık şekilde ifade edilmelidir.
- Okul sağlığı hemşireleri; öğrencilerin düzenli olarak fiziksel aktivitelerde bulunmalarını teşvik etmeli, futbol, voleybol, basketbol ve masa tenisi gibi branşlara yönlendirme konusunda aktif rol üstlenmelidir.
- Öğrencilere, yeni sosyal beceriler kazanmaları yönünde rehberlik yapılmalı; bu becerilerin kişisel gelişim, öz güven ve sosyal uyum açısından sağlayacağı olumlu etkiler detaylı biçimde açıklanmalıdır.
- Cep telefonu bağımlılığı belirtileri gösteren öğrencilere yönelik olarak, sabah saatlerinde kişisel hazırlıklarını tamamlamadan (giyinme, kahvaltı vb.) telefon kullanımına başlamamaları önerilmeli; bunun yerine güne sağlıklı ve olumlu alışkanlıklarla başlamaları yönünde bilinçlendirme yapılmalıdır.
- Uyku düzeninin korunması sağlamak için gece uykusuna yatmadan 30 dakika önce sosyal medyada en son vakit geçirebileceği anlatılmalıdır.

BÖLÜM 2: GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, ortaokul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve mental iyi oluş durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır

2.2. Araştırmanın Türü

Bu araştırma tanımlayıcı ilişkisel türdedir.

2.3. Araştırmanın Yeri ve Özellikleri

Araştırma İstanbul iline bağlı Küçükçekmece ilçesinde bulunan bir devlet ortaokulunda gerçekleştirilmiştir. Araştırma bu ortaokulda eğitim gören 10-15 yaşları arasındaki, 5. 6. 7. ve 8. sınıf öğrencileriyle yapılmıştır.

Araştırmanın yapıldığı okul 1981-1982 yılında eğitim-öğretime açılmıştır. Okulda 32 derslik, 62 öğretmen ayrıca üç rehber öğretmen bulunmaktadır. Okulda 2024-2025 eğitim öğretim yılında 1321 öğrenci okumaktadır. Küçükçekmece ilçesinde pilot okul olarak seçilen ortaokulun ders saatleri 09.00-15.00 saatleri arasında gerçekleşmektedir. Okul ortamında öğrencilerin ulaşabileceği yemekhane, kütüphane, konferans salonu, spor salonu, müzik ve resim odaları bulunmaktadır. Okulda TÜBİTAK projelerinin yanı sıra, birçok kültürel ve spor faaliyetleri sürdürülmektedir.

2.4. Araştırma Soruları

- Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri nasıldır?
- Ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri nasıldır?
- Ortaokul öğrencilerinin sosyodemografik tanımlayıcı özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki var mıdır?
- Ortaokul öğrencilerinin sosyodemografik tanımlayıcı özellikleri ile saldırganlık arasında bir ilişki var mıdır?
- Ortaokul öğrencilerinin sosyodemografik tanımlayıcı özelliklerinin, saldırganlık, sosyal medya bağımlılığı ve iyi oluşluk arasında bir ilişki var mıdır?
- Ortaokul öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının, saldırganlık üzerine etkisi var mıdır?

2.5. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında, İstanbul iline bağlı Küçükçekmece İlçesinde bulunan 1321 öğrencili bir ortaokulda, 295 öğrenci ile yapılmıştır. Araştırma yapılan ortaokulda örneklem yansız ve basit rastgele örneklem yöntemi kullanarak belirlenmiştir. Basit rastgele formülü kullanılarak her sınıfın tabaka ağırlığına göre yeterli sayıda öğrenci ile örneklem oluşturulmuştur. Velilerden gönüllü onam formu alınan öğrencilerden; 5. Sınıf öğrencilerinden 61 öğrenci, 6. Sınıf öğrencilerinden 64 öğrenci, 7. Sınıf öğrencilerinden 64 öğrenci ve 8.sınıf öğrencilerinden 106 öğrenci ile çalışma yapılmıştır.

Araştırma ait örneklem belirlenirken basit rastgele tabakalama yöntemi ile seçim yapılmıştır. Araştırma evreni seçilirken, birbirinden bağımsız alt birimleri oluşturmak önemlidir. Evrenin homojen bir şekilde alt gruplara ayrılması tabakalamadır. Örneklemen, alt gruplara göre belirlenmesi ise tabakalı örnekleme yöntemidir (Karagölge ve Peker, 2022).

Orantılı ya da oransal tabakalı örnekleme, her tabakadan, o tabakanın evrendeki temsil oranına uygun biçimde örnek seçilmesi yöntemidir. Örneklemen, evreni doğru şekilde yansıtabilmesi için, grupların örnekleme içerisindeki oranlarının evrendeki oranlarla örtüşmesi gerekir (Bryman, 2007; Şahin vd., 2024). Belirlenen örneklem büyüklüğünün hangi tabakada ne kadar olacağı orantılı/orantısız tabakalı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir;

$$n_h = \frac{N_h n}{N}$$

Denklem 1. Orantılı/Oransal tabakalı örnekleme yöntemine göre her bir tabakaya ait örneklem (Ral,1968). Denkleme göre ortaokul öğrencilerinin, seçimi tabloda şu şekilde yapılmıştır;

Tablo 1
Basit Rastgele Örneklem Hesabı

Evren Büyüklüğü	N	1321
Test Değeri	t	1,96
Gerçekleşme Olasılığı	p	0,5
Gerçekleşmeme Olasılığı	q	0,5
Hata Payı	d	0,05
Örneklem Büyüklüğü	n	296

Bu çalışmada incelenen değişken katılımcıların sınıflarına göre temsil edilecektir. Aşağıda örneklem büyüklüğünün nasıl tespit edildiği gösterilmiştir. (Tablo 2)

Tablo 2
Örneklem Tabakalama

Tabaka No	Tabakanın Adı	Öğrenci Sayısı (N:1321)	Tabaka Ağırlığı	Örnekleme Giren Öğrenci Sayısı
1	5. sınıf	261	$261/1321 = 0,19$	$0,19 \times 296 = 56$
2	6.sınıf	346	$346/1321 = 0,26$	$0,26 \times 296 = 76$
3	7.sınıf	327	$327/1321 = 0,24$	$0,24 \times 296 = 71$
4	8.sınıf	387	$387/1321 = 0,29$	$0,29 \times 296 = 85$

Bu çalışma tabakası hesaplandıktan sonra 288 öğrenci ile yapılması planlanmıştır. Gönüllü olarak çalışmaya katılmak isteyen velilerinden aydınlatılmış onam alınan öğrencilerin bulunmasından dolayı çalışma 295 öğrenci ile yapılmıştır. 5. Sınıf öğrencilerinden 56 öğrenci ile yapılması planlanan çalışma 61 öğrenci, 6. Sınıf öğrencilerinden 76 öğrenci yerine 64 öğrenci 7. Sınıf öğrencilerinden 71 öğrenci yerine 64 öğrenci ile ve 8. sınıf öğrencilerinden 85 öğrenci yerine 106 öğrenci ile yapılmıştır.

2.6. Araştırmanın Değişkenleri

Bağımlı değişken: Araştırmanı bağımlı değişkeni, sosyal medya kullanımı, saldırganlık ve mental iyi oluşluk durumlarıdır.

Bağımsız değişken: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşı, cinsiyeti sınıfı, anne ve babalarının eğitimi, kardeş sayısıdır.

2.7. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri

Araştırmanın verileri; Tanımlayıcı soru formu, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Warwick-Edinburh Ruhsal İyi Oluş Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

2.7.1. Tanımlayıcı Soru Formu

Tanımlayıcı soru formu, araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan soruları içermektedir. Tanımlayıcı soru formu öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini, sosyal medya kullanım durumlarını ve anne-babalarının eğitim düzeyleri belirleyen 10 sorudan oluşmaktadır. (Ek 1)

2.7.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Andeassen ve arkadaşlarının geliştirdiği sosyal medya bağımlılığını tanımlamak amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek, Demirci İ. tarafından 2019

yılında Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Sosyal medya kullanımının depresyon ve anksiyete belirtileriyle olan ilişkisini değerlendirmek amacıyla Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek altı sorudan oluşmuştur ve her madde zihinsel uğraş, duygudurum değişkenliklerinden, tolerans, yoksunluk, çatışma ve başarısız bırakma girişimi olarak altı temel bağımlılık ölçütünün karşılaştırmaktadır. Ölçek değerlendirmesi beşli likert olarak; (1) *Çok Nadir*, (2) *Nadir*, (3) *Bazen*, (4) *Sıkça* ve (5) *Çok Sık* arasında değişkenlik gösteren seçenekler ile yanıtlanmaktadır. Ölçeğin toplam puanı 6-30 puan arasında değişmektedir. Ölçeğin geçerliliği değerlendirildiğinde, ölçüm modeli uyum indeksi tek boyutlu modelinin kabul edilebilir olduğu gözlenmiştir ve ölçeğin faktör yüklerinin 0,48-0,89 arasında olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.83 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, AFA örnekleminde 0.83 DFA örnekleminde 0.82, ölçüt bağımlı geçerlilik örnekleminde 0,82 test tekrar test ilk uygulama örnekleminde 0.84 ikinci uygulama örnekleminde 0.83 çalışan örnekleminde 0.80 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı ölçeğinin Cronbach alfa değeri 0.68 olarak bulundu.

2.7.3. Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği

Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği, Tennat ve arkadaşları tarafından 2007 yılında İngiltere de yaşayan bireylerin mental iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, Keldal G. Tarafından 2015 yılında Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeğinin Türkçe uyarlaması geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Psikolojik iyi oluş ile öznel iyi oluş arasında bireylerin pozitif mental sağlıklarıyla ilgilenmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, on dört maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipte oluşturulmuş; (1) *Hiç Katılmıyorum*, (2) *Katılmıyorum*, (3) *Biraz Katılıyorum*, (4) *Katılıyorum* ve (5) *Tamamen Katılıyorum Sık* arasında değişkenlik gösteren seçenekler ile yanıtlanmaktadır. Ölçeğin toplam puanı 14-70 arasında değişmektedir. Ölçeğin bütün maddeleri pozitifdir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mental (psikolojik) iyi oluşa işaret etmektedir. Ölçeğin geçerliliği için yapılan testler sonucunda kolerasyon katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirliliği elde edilen verilen sonucunda Cronbach alfa katsayısı 0.89 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş ölçeğinin Cronbach alfa değeri 0.85 olarak bulundu.

2.7.4. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği, Buss ve Perry tarafından 1992 yılında Buss-Durke Düşmanlık Envanterinden uyarlanmıştır. Ölçek, Madran- Demirtaş H. A. tarafından 2012 yılında Buss-Perry Saldırgan Ölçeğinin Türkçe uyarlaması geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek saldırganlık özelliklerini belirlemek amacıyla uyarlanmıştır. Ölçek, toplamda 29 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmuştur; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, düşmanlık ve öfke olmak üzere saldırganlığın dört farklı alt boyutu ele alınarak ölçeklendirme amaçlanmıştır. Fiziksel saldırganlık boyutu 9 sorudan, öfke alt boyutu 7 sorudan, düşmanlık alt boyutu 8 sorudan ve sözel saldırganlık alt boyutu 5 sorudan oluşturulmuştur. Ölçek beşli likert tipte oluşturulup; (1) *Kesinlikle Katılmıyorum*, (2) *Katılmıyorum*, (3) *Kararsızım*, (4) *Katılıyorum* ve (5) *Tamamen Katılıyorum* değişkenleri arasında derecelendirilerek yanıtlanmıştır. Ölçeğin geçerliliği belirlemek amacıyla Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin (Balkaya ve Şahin, 2003) *Öfkeyle İlgili Davranışlar* alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin geçerliliği değerlendirildiğinde korelasyon katsayıları; fiziksel saldırganlık için 0.40, düşmanlık alt boyutu için 0.40, öfke alt boyutu için 0.31 ve sözel saldırganlık için 0.27 olarak değerlendirilmiştir. Tüm değerler 0,001 anlamlılık düzeyinde bulunmuştur. Buss ve Perry'in (1992) özgün çalışmalarından elde etikleri iç tutarlılık kat sayıları, fiziksel saldırganlık için Cronbach alfa değeri 0,85, düşmanlık için Cronbach alfa değeri 0.77, öfke için Cronbach alfa değeri 0.83 ve sözel saldırganlık için Cronbach alfa değeri 0.72' dir. Ölçeğin toplam Cronbach alfa puanı 0.89'dur. Bu çalışmada Buss-Perry Saldırganlık ölçeğinin Cronbach alfa değeri 0.88 olarak bulundu.

2.8. Verilerin Toplanması

Veriler, etik kurul onayının alınmasından sonra Kasım-Aralık 2024 tarihlerinde, ortaokul öğrencilerinin okulda bulunduğu 09.00-15.00 saatleri arasında, okul yönetiminin uygun gördüğü ders saatlerinde öğrencilere araştırma hakkında gerekli açıklamalar yapılarak formlar toplanmıştır.

Veriler öğrencilerden toplanmadan önce araştırma hakkında öğrenci ve ailelere okul yönetimi aracılığıyla bilgilendirme yapılmıştır. Öğrencilerden ve ailelerden gönüllü onam formları alınmıştır. Gönüllülük esasına dayanarak çocuklarının araştırmaya katılmasına izin veren ve bu durumu yazılı şekilde beyan eden ailelerin çocukları ile çalışma yapılmıştır. İzin verilen ilk 10 öğrenci ile ön uygulama yapılmıştır. Veri toplama araçlarında gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra, formlar sınıf ortamında öğrencilere dağıtılmış ve sonrasında toplanmıştır.

2.9. Verilerin Analizi

Veriler, bilgisayar ortamında istatistik paket programında analiz edilmiştir. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini ve ölçek puanlarını değerlendirmede tanımlayıcı bilgi formuna verilen yanıtlara ilişkin kategorik değişkenler için frekans (f) ve yüzdeler (%), sayısal değişkenler için ortalama, standart sapma, minimum-maksimum değerler ile analiz edildi. Karşılaştırmalı analizlerde bağımsız gruplarda tek yönlü varyans analizi, bağımsız gruplarda t-testi ve Bonferroni testi ile incelenmiştir. Bu çalışmanın veri seti normal dağılım varsayımını karşıladığından dolayı korelasyon analizi yöntemlerinden Pearson Korelasyon kullanılmıştır. Analizde bir bağımlı değişken (saldırganlık) ve bir bağımsız değişken (sosyal medya bağımlılığı) yer aldığı için regresyon analizi yöntemlerinden basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada tüm sonuçlar %95 lik güven aralığında $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

2.10. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma yürütülebilmesi için İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Halk Sağlığı Hemşireliği Ana Bilim Dalı'ndan etik kurul izin başvurusunda bulunuldu. İstanbul Kent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 22.10.2024 tarihinde 2024-07 sayılı toplantısında görüşülerek, E-10420511-051-38344 sayı ile çalışma için etik kurul onayı alınmıştır. Üniversiteden alınan etik kurul izni ile birlikte İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğüne, MEB.TT.2024.004781 başvuru numarası ile başvuruldu. “Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)” doğrultusunda incelenen belgeler sonucunda, İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü, İstanbul iline bağlı Küçükçekmece ilçesinde bulunan ortaokulda çalışmanın yürütülmesi için 12.11.2024 tarihinde etik kurul izni alınmıştır. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinden ve ailelerinden okul yönetimi aracılığıyla, okul yönetimi ile birlikte aydınlatılmış onam formu ile yazılı olarak izin alınmıştır.

Araştırmada kullanılacak olan ölçekler için, ölçeklerin Türkçe geçerlilik ve güvenirliğini geliştiren yazarlarından ölçeklerin kullanımı için yazılı izin alınmıştır. Ortaokul öğrencilerinde Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı ölçeğinin kullanımı için Türkçe uyarlamasını gerçekleştiren yazardan ölçeğin kullanımı için alınmıştır (Ek-2). Ortaokul öğrencilerinin, mental iyi oluş durumlarının belirlenmek amacıyla uygulanan Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeğini için Türkçe uyarlamasını gerçekleştiren yazardan ölçeğin kullanımı için izin alınmıştır (Ek 3). Ortaokul öğrencilerinde Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği' nin kullanılması için Türkçe uyarlamasını gerçekleştiren yazardan ölçeğin kullanımı için izin alınmıştır (Ek 4).

2.11. Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmada bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Bu araştırmanın sonuçları yalnızca araştırmanın yapıldığı okulun öğrencileri ile sınırlıdır. Tüm ortaokul öğrencileri için genellenemez. Bir başka sınırlılık ise verilerin öz bildirime dayalı olarak toplanmış olmasıdır

2.12. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri

- Araştırmanın yapıldığı Ortaokulun öğrencisi olmak
- Ailelerden bilgilendirilmiş gönüllü onam formu olmak
- Çalışmaya katılmaya gönüllü olmak
- İletişime engel bir durumunun bulunmaması

2.13. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

Anket formunun eksik doldurulması

BÖLÜM 3: BULGULAR

Araştırma verilerinin analizi, IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Statistics for Windows, versiyon 27.0 programı ile istatistiksel analiz ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcı yapısını ortaya koyabilmek adına tanımlayıcı bilgi formuna verilen yanıtlara ilişkin kategorik değişkenler için frekans (f) ve yüzdelere (%), sayısal değişkenler için ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler tespit edilip sunulmuştur.

Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılarak elde edilen verilerin güvenilirlik ve iç tutarlılık düzeyleri Cronbach Alfa katsayısına dayanarak belirlenmiştir. Cronbach Alfa katsayısı temelde, araştırılan konuyu açıklamak adına tasarlanmış ölçek maddelerinin söz konusu konuyu açıklayabilmek adına benzer, türdeş bir yapı oluşturma düzeyini ölçen bir katsayıdır (Özdamar, 1997). Cronbach Alfa katsayısı 1'e yaklaştıkça iç tutarlılık ve güvenilirlik yükselmektedir (Yang ve Green, 2009). Cronbach Alfa katsayısının $0,60 \leq \alpha < 0,80$ arasında olması verilerin oldukça güvenilir olduğunu, $0,80 \leq \alpha \leq 1,00$ arasında olması ise verilerin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu ifade etmektedir (Sipahi ve ark., 2008; Can, 2013).

Verilerin analizleri sırasında kullanılacak istatistiksel testlerin parametrik veya parametrik olmayan test ailelerinin hangisinden seçileceğini belirlemek amacıyla verilerin normal dağılım varsayımını sağlayıp sağlamadığı çarpıklık ve basıklık değerleri üzerinden kontrol edilmiştir. Literatürde çarpıklık basıklık değerlerine ilişkin birçok değer aralığı yer almaktadır. Tabachnick ve Fidell (2013) normallik varsayımının sağlanması için bir veri setinin çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ aralığında olması gerektiğini savunurken, Hair ve arkadaşlarına (2010) göre bu aralığın ± 1 olması gerekmektedir.

Güvenirlik ve normallik sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3
Güvenirlilik ve Normallik

Ölçek / Alt Boyut	Güvenirlilik		Normallik	
	Madde Sayısı	Cronbach Alfa	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	6	0.68	0,166	-0,426
Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği	14	0.85	-0,654	0,116
Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği	29	0.88	0,203	-0,388
Fiziksel Saldırganlık	9	0.81	0,333	-0,359
Düşmanlık	8	0.70	-0,111	-0,528
Öfke	7	0.63	0,180	-0,510
Sözel Saldırganlık	5	0.60	0,278	-0,296

Tablo 3 incelendiğinde araştırmada verilerine ilişkin bütün Cronbach Alfa değerlerinin 0,60'ın üzerinde olduğu görülmektedir. Bu nedenle araştırma verilerinin güvenilir olduğu ortaya konmuştur. Araştırma verilerine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerlerinin tamamının ± 1 aralığında yer aldığı görülmektedir. Bu nedenle normal dağılım varsayımının sağlanmıştır. Dolayısıyla verilerin analizlerinde parametrik testler kullanılmıştır.

Araştırmanın analizlerinde iki bağımsız gruba ilişkin ortalama puanlar karşılaştırılırken Bağımsız Gruplar t Testi (Independent Samples t Test), ikiden fazla bağımsız gruba ilişkin ortalama puanlar karşılaştırılırken ise Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) yöntemleri kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucunda grup ortalamaları arasında anlamlı farklılıkların tespit edildiği durumlarda bu farklılığa sebep olan grupları belirlemek adına Bonferroni testi kullanılmıştır.

Nicel değişkenler arasında doğrusal bir ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon analizi yöntemiyle incelenirken, belirlenen bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında bir bağıntı olup olmadığı Regresyon analizi ile incelenmiştir.

Araştırma verilerinin analizlerinden elde edilen bulgular aşağıda yer alan başlıklara göre ayrılmış, tablo ve yorumları ile sunulmuştur;

- Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular
- Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi
- Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Fiziksel Saldırganlık, Düşmanlık, Öfke ve Sözel Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

- Sosyal Medya Bağımlılığı, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- Sosyal Medya Bağımlılığının Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

3.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tanımlayıcı özelliklerine ilişkin bulgular sunularak katılımcı yapısını belirlemek amaçlanmıştır.

Tablo 4
Araştırmaya Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri

Değişken	Grup	f	%
Yaş	10,00	35	11,9
	11,00	69	23,4
	12,00	66	22,4
	13,00	75	25,4
	14,00	47	15,9
	15,00	3	1,0
	Ort.±SS / Min.-Maks.	12,13±1,30	10-15
Cinsiyet	Kız	145	49,2
	Erkek	150	50,8
Sınıf	5. Sınıf	61	20,7
	6. Sınıf	64	21,7
	7. Sınıf	64	21,7
	8. Sınıf	106	35,9
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	31	10,5
	1 Kardeş	91	30,8
	2 Kardeş	79	26,8
	3 Kardeş ve üstü	94	31,9
Annenin Eğitim Durumu	İlkokul	113	38,3
	Ortaokul	109	36,9
	Lise	54	18,3
	Lisans	19	6,4
Babanın Eğitim Durumu	İlkokul	96	32,5
	Ortaokul	119	40,3
	Lise	46	15,6
	Lisans	34	11,5
İnternette Dolaşmak İçin Kullanılan Alet	Telefon	257	87,1
	Bilgisayar	171	58,0
	Televizyon	107	36,3
Bilgisayarın/Tabletin Kullanıldığı Mekânlar	Ev	295	100,0
	Kütüphane	20	6,8
	İnternet Kafe	18	6,1
	Okul	10	3,4
	Diğer	2	0,7
	Arkadaşlarla İletişim Kurmak	243	82,4
Sosyal Ağları Kullanma Sebebi	Oyun ve Video ile Vakit Geçirme	239	81,0
	Bilgi Paylaşımı	109	36,9
	Sosyal Çevre Edinme	60	20,3
	Yeni Arkadaşlıklar Kurma	57	19,3
	Diğer	3	1,0
Günlük İnternette Geçirilen Zaman	30 dakika -1 saat	52	17,6
	2 saat	93	31,5
	3-5 saat	96	32,5
	6-7 saat	23	7,8
	8 saat ve üzeri	31	10,5

f: Frekans, %: Yüzde, Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma, Min: Minimum, Maks.: Maksimum

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tanımlayıcı özellikleri incelendiğinde %23,4'ünün 11, %22,4'ünün 12 ve %36,4'ünün 13 yaşında olduğu, yaş ortalamasının $12,13 \pm 1,30$ (min-maks:10-15) olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin %49,2'sinin kız %50,8'inin ise erkek olduğu, %20,7'sinin 5. Sınıf, %21,7'sinin 6. Sınıf, %21,7'sinin 7. Sınıf ve %35,9'unun 8. Sınıf öğrencisi olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin %30,8'inin 1 kardeşi %31,9'unun en az 3 kardeşi olduğu, %38,3'ünün annesinin ilkokul %36,9'unun ise ortaokul düzeyinde eğitim görmüş olduğu, %32,5'nini babasının ilkokul %40,3'ünün ise ortaokul düzeyinde eğitim görmüş olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin %87,1'inin internette dolaşmak için telefon kullandığı, %58'inin bilgisayar ve %36,3'ünün televizyon kullandığı görülmektedir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin tamamının bilgisayarlarını/tabletlerini evlerinde kullandığı, kütüphane, internet kafe, okul gibi mekânların çok az tercih edildiği dikkat çekmektedir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal ağları kullanma sebepleri incelendiğinde %82,4'ünün arkadaşlarıyla iletişim kurmak için, %81' inin oyun ve video ile vakit geçirmek için, %36,9'unun ise bilgi paylaşımı için sosyal ağları kullandığını ifade ettiği göze çarpmaktadır. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin %31,5' inin günde 2 saatini, %32,5' inin ise günde 3-5 saatini internette geçirdiği görülmektedir.

3.2. Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Bu bölümde Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği ve alt boyutlardan elde edilen ölçek puanlarına ilişkin ortalama puanlar üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık, mental iyi oluş ve saldırganlık düzeylerini belirlemek amaçlanmıştır.

Tablo 5

Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Ölçek / Alt Boyut	Ort.	SS	Min.	Maks.
Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	16,68	5,07	6	30
Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği	51,34	10,54	18	70
Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği	81,32	20,15	39	137
Fiziksel Saldırganlık	23,06	8,25	9	45
Düşmanlık	24,91	6,64	8	40
Öfke	19,81	5,71	7	35
Sözel Saldırganlık	13,54	4,35	5	25

Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma, Min: Minimum, Maks.: Maksimum

Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğine ilişkin ortalama puanın 30 puan üzerinden $16,68 \pm 5,07$ (min-maks.:6-30) olduğu tespit edilmiştir. Demirci (2019) ölçek puanının yorumlanmasıyla ilgili bir kesme noktası olmadığını, ancak esnek bir değerlendirme tercih ederek 6 maddeden en az 4'ünden 3 ve daha fazla puan almış olmanın (ortalama 12 puan) ya da daha katı bir değerlendirme tercih ederek her maddeden 3 ve üzeri puan almanın (ortalama 18 puan) sosyal medya bağımlılığının yüksek olduğu şeklinde yorumlanabileceğini belirtmiştir. Bu bilgiler ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarını esnek hesaba göre yüksek düzeyde, katı hesaba göre normal düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeğine ilişkin ortalama puanın 70 puan üzerinden $51,34 \pm 10,54$ (min-maks.:18-70) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin mental iyi oluş düzeylerinin yüksek seviyede olduğu söylenebilir.

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğine ilişkin ortalama puanın 145 puan üzerinden $81,32 \pm 20,15$ (min-maks.:6-30) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir. Bu durum çalışmaya katılan öğrencilerin yarısından fazlasının olmuş olması bize öğrencilerin saldırgan davranışlarının olduğunu gösterir.

Fiziksel Saldırganlık alt boyutuna ilişkin ortalama puanın 45 puan üzerinden $23,06 \pm 8,25$ (min-maks.:9-45) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir.

Düşmanlık alt boyutuna ilişkin ortalama puanın 40 puan üzerinden $24,91 \pm 6,64$ (min-maks.:8-40) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir.

Öfke alt boyutuna ilişkin ortalama puanın 35 puan üzerinden $19,81 \pm 5,71$ (min-maks.:7-35) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir.

Sözel Saldırganlık alt boyutuna ilişkin ortalama puanın 25 puan üzerinden $13,54 \pm 4,35$ (min-maks.:5-25) olduğu tespit edilmiştir. Bu puan üzerinden araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sözel saldırganlık düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir.

3.3. Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu bölümde Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğine ilişkin puanların ortaokul öğrencilerinin tanımlayıcı özelliklerine göre bir değişim gösterip göstermediği, aralarında bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Bu sayede araştırmaya ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, mental iyi oluş ve saldırganlık düzeylerini etkileyen faktörleri tespit etmek amaçlanmıştır.

Tablo 6

Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Değişken	Grup	N	Sosyal Medya Bağımlılığı				Mental İyi Oluş				Saldırganlık			
			Ort.	SS	t-F	p	Ort.	SS	t-F	p	Ort.	SS	t-F	p
Yaş	10,00	35	16,97	4,86			54,23	10,37			75,86	19,16		
	11,00	69	15,96	4,93			49,65	12,30			78,97	19,77		
	12,00	66	17,15	5,93			52,52	9,41			83,85	21,40		
	13,00	75	16,65	4,63	0,56 ^b	0,728	51,32	10,02	1,20 ^b	0,308	83,05	20,04	1,08 ^b	0,371
	14,00	47	17,06	4,93			50,00	10,16			82,15	20,00		
	15,00	3	14,67	3,79			52,00	7,81			86,67	10,41		
Cinsiyet	Kız	145	16,71	4,90			50,86	9,83			82,50	20,59		
	Erkek	150	16,66	5,24	0,09 ^a	0,932	51,81	11,20	-0,78 ^a	0,439	80,17	19,72	1,00 ^a	0,320
Sınıf	5. Sınıf	61	16,38	4,48			52,30	11,68			75,44	19,63		
	6. Sınıf	64	16,08	5,91			50,72	11,41			80,27	20,53		
	7. Sınıf	64	17,06	5,25	0,63 ^b	0,594	52,13	9,58	0,49 ^b	0,688	84,44	19,40	2,74 ^b	
	8. Sınıf	106	17,00	4,74			50,69	9,92			83,44	20,17		
	Tek Çocuk (1)	31	19,16	4,44			54,55	8,88			82,97	18,17		
Kardeş Sayısı	1 Kardeş (2)	91	16,69	5,25			51,35	10,28			77,63	19,54		
	2 Kardeş (3)	79	15,71	4,75	3,53 ^b		51,38	11,04	1,31 ^b	0,272	82,68	23,80	1,49 ^b	0,218
	3 Kardeş ve üstü (4)	94	16,68	5,14			50,23	10,80			83,19	17,70		
Annenin Eğitim Durumu	İlkokul	113	16,71	4,97			50,32	10,83			83,36	19,88		
	Ortaokul	109	16,87	5,14	0,41 ^b	0,748	52,56	10,19	0,86 ^b	0,464	81,86	20,77	1,60 ^b	0,351
	Lise	54	16,06	4,99			51,19	9,75			76,19	19,93		
	Lisans	19	17,26	5,65			50,84	12,89			80,58	17,56		
Babanın Eğitim Durumu	İlkokul	96	16,98	5,25			50,19	10,69			83,10	19,75		
	Ortaokul	119	16,47	4,97			52,63	10,44			81,94	22,14		
	Lise	46	16,67	5,45	0,18 ^b	0,910	50,35	11,44	1,12 ^b	0,343	77,43	18,23	0,97 ^b	0,407
	Lisans	33	16,62	4,49			51,41	9,00			79,32	15,93		
Günlük İnternette Geçirilen Zaman	30 dakika -1 saat (1)	52	13,42	4,63			51,54	11,47			75,50	18,28		
	2 saat (2)	93	15,84	4,41			53,11	9,82			78,20	20,87		
	3-5 saat (3)	96	17,35	4,53	16,59 ^b	2,3,4,5>1 ^c	50,73	10,43	1,34 ^b	0,242	82,69	19,67	5,21 ^b	
	6-7 saat (4)	23	18,39	5,26			50,04	11,61			84,26	17,36		
	8 saat ve üzeri (5)	31	21,35	4,82			48,55	10,25			93,97	19,03		

^at: t testi değeri - Bağımsız gruplar t testi, ^bF: F testi değeri - Tek yönlü varyans analizi, ^cBonferroni testi, Ort.: Ortalama, SS: Standart Sapma

Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğine ilişkin bulgular incelendiğinde:

Yaş, cinsiyet, sınıf, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenleri için Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının yaş, cinsiyet, sınıf, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Kardeş sayısı ($p<0,05$) ve günlük internette geçirilen zaman ($p<0,001$) değişkenleri için uygulanan analizler sonucunda Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının kardeş sayısına ve günlük internette geçirilen zamana göre değiştiği, bu faktörlerden etkilendiği tespit edilmiştir. Tek çocuk olan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının 2 kardeşi olan ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Günde 2, 3-5, 6-7, 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının günde 30 dakika – 1 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca günde 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının günde 2, 3-5 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeğine ilişkin bulgular incelendiğinde:

Yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu ve günlük internette geçirilen zaman değişkenleri (sosyo-demografik özellikler) için Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin mental iyi oluş düzeylerinin sosyo-demografik özellikler göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğine ilişkin bulgular incelendiğinde:

Yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenleri için Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Sınıf ($p<0,05$) ve günlük internette geçirilen zaman ($p<0,001$) değişkeni için uygulanan analizler sonucunda Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin sınıfa ve günlük internette geçirilen zamana göre değiştiği, bu faktörlerden etkilendiği tespit edilmiştir.

7. ve 8. sınıf ortaokul öğrencilerinin saldırganlıklarının 5. sınıf ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. (Öğrencilerin sınıfları yükseldikçe saldırganlık düzeyleri artmıştır. 7 ve 8. sınıflar, 5. sınıflara göre saldırganlık düzeylerinin daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.)

8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin saldırganlıklarının günde 30 dakika – 1 saat ve 3-5 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7

Ortaokul Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özellikleri ile Fiziksel Saldırganlık, Düşmanlık, Öfke ve Sözel Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Değişken	Grup	n	Fiziksel Saldırganlık				Düşmanlık				Öfke				Sözel Saldırganlık			
			Ort.	SS	t-F	p	Ort.	SS	t-F	p	Ort.	SS	t-F	p	Ort.	SS	t-F	p
Yaş	10,00	35	22,74	7,69			22,14	6,28			18,63	5,87			12,34	4,50		
	11,00	69	22,17	8,81			24,29	6,12		0,019	19,59	5,73			12,91	4,38		
	12,00	66	23,79	8,80			26,64	6,72			19,73	5,31			13,70	4,33		
	13,00	75	23,05	8,20	0,36 ^b	0,866	25,81	6,55	2,75 ^b		19,92	5,73	0,68 ^b	0,642	14,27	4,23	1,54 ^b	0,177
	14,00	47	23,36	7,48			24,13	7,19		12>10^c	20,89	6,13			13,77	4,36		
	15,00	3	26,33	3,06			23,33	2,08			20,67	6,11			16,33	1,15		
Cinsiyet	Kız	145	22,28	8,46			25,79	6,52			20,70	5,83			13,73	4,32		
	Erkek	150	23,81	8,01	-1,59 ^a	0,113	24,07	6,67	2,24 ^a	0,026	18,95	5,47	2,67 ^a	0,008	13,35	4,38	0,76 ^a	0,449
Sınıf	5. Sınıf	61	22,20	7,58			22,54	6,48			18,79	5,92			11,92	4,43		
	6. Sınıf	64	22,55	9,08			24,73	6,49		0,004	19,59	5,59			13,39	4,25		0,005
	7. Sınıf	64	23,94	8,25	0,58 ^b	0,627	26,78	6,30	4,55 ^b		19,81	5,12	1,25 ^b	0,293	13,91	4,16	4,32 ^b	
	8. Sınıf	106	23,33	8,14			25,25	6,70		7>5^c	20,53	5,96			14,33	4,27		8>5^c
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	31	21,94	7,89			26,87	5,88			20,10	4,40			14,06	4,60		
	1 Kardeş	91	21,60	8,05			23,95	6,18			18,77	5,84			13,31	4,37		
	2 Kardeş	79	23,87	9,36	1,96 ^b	0,121	24,68	7,68	1,75 ^b	0,157	20,39	6,20	1,49 ^b	0,218	13,73	4,83	0,31 ^b	0,816
	3 Kardeş ve üstü	94	24,15	7,40			25,39	6,28			20,23	5,47			13,41	3,83		
Annenin Eğitim Durumu	İlkokul	113	23,69	8,37			25,42	6,40			20,80	5,66			13,45	4,33		
	Ortaokul	109	22,80	8,03			25,32	6,99			19,84	6,05			13,90	4,47		
	Lise	54	21,91	8,62	1,23 ^b	0,299	23,20	6,46	1,61 ^b	0,188	17,70	5,03	3,68 ^b		13,37	4,22	0,71 ^b	0,548
	Lisans	19	24,05	7,88			24,37	6,13			19,74	4,39		1>3^c	12,42	4,18		
Babanın Eğitim Durumu	İlkokul	96	23,55	8,07			25,07	6,75			20,70	5,51			13,78	4,52		
	Ortaokul	119	23,40	8,91			25,03	6,74			19,92	6,39			13,59	4,61		
	Lise	46	21,41	7,31	0,82 ^b	0,486	24,61	7,01	0,12 ^b	0,948	18,22	5,05	2,19 ^b	0,089	13,20	3,72	0,30 ^b	0,822
	Lisans	33	22,68	7,57			24,44	5,65			19,09	3,96			13,12	3,75		
Günlük İnternette Geçirilen Zaman	30 dakika -1 saat (1)	52	19,35	8,25		0,000	24,65	6,14			18,44	5,11			13,06	4,17		
	2 saat (2)	93	21,61	8,24			24,26	6,72			19,22	5,95		0,021	13,12	4,18		0,049
	3-5 saat (3)	96	24,08	7,31	8,68^b	3,4,5>1^c	25,14	6,90	1,17 ^b	0,352	20,14	5,62	2,94 ^b		13,33	4,37	2,41 ^b	
	6-7 saat (4)	23	25,30	7,16			24,26	7,18			20,30	5,04		5>1^c	14,39	4,39		5>1^c
	8 saat ve üzeri (5)	31	28,77	8,07			27,10	5,84			22,52	5,93			15,58	4,66		

^at: t testi değeri - Bağımsız gruplar t testi, ^bF: F testi değeri - Tek yönlü varyans analizi, ^cBonferroni testi, Ort.: Ortalama, SS: Standart Sapma

Tablo 7 incelendiğinde, Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin puanların tanımlayıcı özelliklere göre değişip değişmediğini belirlemek amacıyla uygulanan bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizleri sonucunda;

Fiziksel Saldırganlık alt boyutu incelendiğinde:

Yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenleri için Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Günlük internette geçirilen zaman ($p<0,001$) değişkeni için uygulanan analizler sonucunda Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin günlük internette geçirilen zamana göre değiştiği, bu faktörden etkilendiği tespit edilmiştir.

Günde 3-5, 6-7, 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin günde 30 dakika – 1 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca günde 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin günde 2, 3-5 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Düşmanlık alt boyutu incelendiğinde:

Kardeş sayısı, annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu ve günlük internette geçirilen zaman değişkenleri için Düşmanlık alt boyutu puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerinin kardeş sayısı, annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu ve günlük internette geçirilen zaman değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Yaş ($p<0,05$), cinsiyet ($p<0,05$) ve sınıf ($p<0,01$) değişkeni için uygulanan analizler sonucunda Düşmanlık alt boyutu puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerinin yaşa, cinsiyete ve sınıfa göre değiştiği, bu faktörlerden etkilendiği tespit edilmiştir.

12 yaşındaki ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerinin, 10 yaşındaki ortaokul öğrencilerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kız ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerinin, erkek ortaokul öğrencilerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. 7. sınıfta ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeyleri, 5. sınıf ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeylerine göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Öfke alt boyutu incelendiğinde:

Yaş, sınıf, kardeş sayısı ve babanın eğitim durumu değişkenleri için Öfke alt boyutu puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin yaş, sınıf, kardeş sayısı ve babanın eğitim durumu değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Cinsiyet ($p<0,05$), annenin eğitim durumu ($p<0,05$) ve günlük internette geçirilen zaman ($p<0,01$) değişkeni için uygulanan analizler sonucunda Öfke alt boyutu puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin cinsiyete, annenin eğitim durumuna ve günlük internette geçirilen zamana göre değiştiği, bu faktörlerden etkilendiği tespit edilmiştir.

Kız ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin erkek ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Annesi ilkokul seviyesinde eğitim görmüş ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin annesi lise seviyesinde eğitim görmüş ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Günde 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin öfke düzeylerinin günde 30 dakika – 1 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sözel Saldırganlık alt boyutu incelendiğinde:

Yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenleri için Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları bazında anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sözel saldırganlık düzeylerinin yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenlerine göre değişmediği, bu faktörlerden etkilenmediği belirlenmiştir.

Sınıf ($p<0,01$) ve günlük internette geçirilen zaman ($p<0,05$) değişkeni için uygulanan analizler sonucunda Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları bazında anlamlı değişimler tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sözel saldırganlık düzeylerinin sınıfa ve günlük internette geçirilen zamana göre değiştiği, bu faktörlerden etkilendiği tespit edilmiştir.

8. sınıf ortaokul öğrencilerinin sözel saldırganlık düzeylerinin 5. sınıf ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Günde 8 saat ve üzeri bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin sözel saldırganlık düzeylerinin günde 30 dakika – 1 saatlik bir süre boyunca internette zaman geçiren ortaokul öğrencilerine nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

3.4. Sosyal Medya Bağımlılığı, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu bölümde ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, mental iyi oluş ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Korelasyon analizi iki değişken arasında anlamlı doğrusal bir ilişki olup olmadığını, bu ilişkinin yönünü ve gücünü tespit etmek adına kullanılan, -1 ile +1 aralığında değerler alan istatistiksel bir yöntemdir.

Tablo 8
Sosyal Medya Bağımlılığı, Mental İyi Oluş ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin
İncelenmesi

Pearson Korelasyon		Sosyal Medya Bağımlılığı	İyi Oluş	Saldırganlık	Fiziksel Saldırganlık	Düşmanlık	Öfke	Sözel Saldırganlık
Sosyal Medya Bağımlılığı	r	1,000						
	p							
İyi Oluş	r	-0,101	1,000					
	p	0,082						
Saldırganlık	r	0,475	- 0,145	1,000				
	p	0,000	0,013					
Fiziksel Saldırganlık	r	0,428	- 0,180	0,846	1,000			
	p	0,000	0,002	0,000				
Düşmanlık	r	0,378	- 0,112	0,788	0,455	1,000		
	p	0,000	0,054	0,000	0,000			
Öfke	r	0,385	- 0,123	0,812	0,602	0,532	1,000	
	p	0,000	0,035	0,000	0,000	0,000		
Sözel Saldırganlık	r	0,308	0,005	0,760	0,536	0,562	0,493	1,000
	p	0,000	0,937	0,000	0,000	0,000	0,000	

r: Pearson korelasyon katsayısı

Tablo 6 değerleri incelendiğinde araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile saldırganlık, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları arttıkça saldırganlık, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri de artmaktadır.

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri ile saldırganlık, fiziksel saldırganlık ve öfke düzeyleri arasında düşük düzeyde, negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri arttıkça saldırganlık, fiziksel saldırganlık ve öfke düzeyleri azalmaktadır.

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında yüksek düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul

öğrencilerinin fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arttıkça saldırganlık düzeyleri de artmaktadır.

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeyleri ile düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeyleri arttıkça düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri de artmaktadır.

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeyleri ile öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin düşmanlık düzeyleri arttıkça öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri de artmaktadır.

Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin öfke düzeyleri ile sözel saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin öfke düzeyleri arttıkça sözel saldırganlık düzeyleri de artmaktadır.

3.5. Sosyal Medya Bağımlılığının Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Önceki bölümde araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile saldırganlıkları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştu. Bu bölümde ise söz konusu ilişkinin bir bağıntı belirtip belirtmediği, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi olup olmadığı regresyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Analizde bir bağımlı değişken (saldırganlık) ve bir bağımsız değişken (sosyal medya bağımlılığı) yer aldığı için regresyon analizi yöntemlerinden basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 9

Sosyal Medya Bağımlılığının Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Model Özeti	R: 0,475	R2: 0,226	Tahmininin Standart Hatası: 20,94	*F: 85,56	p: 0,000
Değişkenler		Standardize Edilmemiş Katsayılar	Standart Hata	Standardize Edilmiş Katsayılar	t** p
Sabit		49,774	3,563		13,97 0,000
Bağımsız Değişken:	Sosyal Medya Bağımlılığı	1,890	0,204	0,475	9,25 0,000
Bağımlı Değişken	Saldırganlık				

*Model anlamlılığı: Tek yönlü varyans analizi, **Bağımsız değişken anlamlılığı: t testi

Basit doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde **F=85,56**, **p<0,001** olduğu, dolayısıyla incelenen regresyon modelinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının, saldırganlık düzeyini anlamlı bir şekilde etkilediği ortaya konmuştur. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile saldırganlık düzeyini arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu (**R=0,475**) ve sosyal medya bağımlılığının, saldırganlık düzeyine ilişkin toplam varyansın %22,6'sını açıkladığı saptanmıştır (**R²=0,226**).

Elde edilen bulgular ışığında sosyal medya bağımlılığının regresyon modeline pozitif yönde, anlamlı bir katkı sağladığı tespit edilmiştir (**t=9,25**, **p<0,001**). Dolayısıyla sosyal medya bağımlılığındaki 1 birimlik artışın saldırganlık düzeyi üzerinde 1,890 birimlik bir artışa neden olduğu tespit edilmiştir (**β=1,890**).

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu çalışma, ortaokul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve ruhsal iyilik halini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma kapsamında öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları, saldırganlık düzeyleri ve iyi oluşluk durumları incelendi. Tartışma iki bölümde sunuldu. Birinci bölümde, araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya kullanma davranışlarını ve günlük internet kullanma süreleriyle ilgili bulgular tartışıldı.

İkinci bölümde; çalışmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık, mental iyi oluş, saldırganlık düzeyi ortalamaları toplamı ve alt boyut puan ortalamaları ile ilgili bulgular tartışıldı.

4.1. Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanma Davranışlarını ve Günlük İnternet Kullanma Süreleri

Bu araştırmanın en önemli bulgularından biri öğrencilerin tamamına yakını telefon ve bilgisayar aracılığıyla sosyal medyayı kullanmaktadır. Öğrencilerin hem cep telefonuna hem de bireysel bir bilgisayara sahip olması sosyal medyaya ulaşmalarını kolaylaştırmıştır. Sosyal medyanın en çekici özelliklerinden biri, coğrafi yakınlığın ötesinde sosyal etkileşim sürecinde aktif olanaklar sunmasıdır (Echeburua vd., 2010). Günümüzde özellikle evlerde internete erişimin rahat ve ucuz olması, ergenlerin teknolojik yeniliklere meraklı ve yatkın olması, sosyal medya kullanımını arttırdığı düşünülmektedir. Konuyla ilgili yapılan benzer çalışmalarda evde internetin olması hem de akıllı telefonlarla internete erişiminin olmuş olması sosyal medya bağımlılığını arttırdığı bildirilmektedir (Şahin vd., 2024). Ayrıca ergenler kendi aralarında yeni ilişkiler kurmak, yeni sosyal gruplara katılmak ve mevcut kişilerarası iletişimlerini güçlendirmek için sosyal medyayı daha sık kullanmayı tercih ettikleri bilinmektedir (Echeburua vd., 2010).

Türkiye’de 2023 yılı TÜİK verilerine göre, evden internete ulaşan hane sayısı %95,5 olarak, geçmiş yıllara göre artış göstermiştir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2023). Türkiye’de, 6-15 yaş grubundaki, çocukların internet kullanımları, 2021 yılında %82,7 iken 2024 yılında %91,3’e yükselmiştir. Türkiye’de İnternet kullanımı, erkek çocuklarının %92,2’si iken kız çocuklarında %90,3’ünün internet kullandığı bildirilmiştir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2024). TÜİK verileri göz önüne alındığında, bu çalışmanın bulguları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Bu çalışmada öğrencilerin sosyal medya kullanıma durumları değerlendirildiğinde, ilk sırada arkadaşlarıyla iletişim kurmak, ikinci sırada oyun ve video ile vakit geçirmek, üçüncü sırada, bilgi paylaşımı, dördüncü sırada ise sosyal çevre edinme amaçlı

kullandıkları görülmektedir. Bu çalışmanın bulguları arasında özellikle sosyal medyada oyun oynama ve video izleme oranları TÜİK verileriyle paralellik göstermektedir. Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD)' nün 2023 yılında yayımladığı rapora göre, Avustralyalı ergenlerin dijital cihaz başında geçirdiği sürenin haftada ortalama 49 saate ulaştığı, bu sürenin büyük oranını sosyal medya (%39) ve dijital oyunlar (%29) gibi sosyal olmayan, bireysel etkinliklerle geçtiği görülmektedir (OECD, 2023). Bu veriler, ergenlerin teknolojiyi yoğun şekilde kullandığını göstermektedir. OECD raporuna göre, ergenlerin üç saatten daha fazla internette oyun gibi eğlence içerikleri için vakit geçirdiği belirtilmektedir.

Sosyal medyanın uzun süre ile kullanılmış olması tıpkı bir madde kullanım bozukluğu gibi yeni bir halk sağlığı endişesi olarak tanımlanmaktadır (Şahin vd., 2024). Literatüre göre, bireylerin günde üç saatten fazla ekran önünde zaman geçirmelerinin bağımlılık riski oluşturduğu bildirilmektedir (Yeşilay, 2021). Bu çalışmada ergenlerin günde 3-5 saat olarak internette vakit geçirdikleri saptanmıştır. Bu bulgularından yola çıkarak ergenler arasında sosyal medya kullanımının arttığı, hatta kontrolsüz kullanıldığını söylemek mümkündür. Konu ile ilgili birçok araştırmada (Banyai vd., 2017; Savci ve ark., 2017; Şahin vd., 2024). Benzer şekilde Şahin ve ark, lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada günlük internet kullanım sürelerinin 4-6 saatten daha fazla olduğunu bulmuştur. Bu durum yaşla birlikte sosyal medya bağımlılığının artacağını göstermesi açısından düşündürücüdür

Ergenlerin bir günde 3 ile 5 saat arasında sosyal medyayı kullanmış olmaları ruhsal, fiziksel ve sosyal sağlıkları açısından risk oluşturabilir. İnce ve Yılmaz (2020) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin sosyal medyada uzun süre vakit geçirmelerinin, ruhsal olarak kendilerini yalnız hissetme, sosyal çevrelerinde iletişimde bozulmalar yaşadıkları bulunmuştur. Literatürde, sosyal medya uygulamalarının ergenlere hem eğitim hem de sosyal yaşamda önemli avantajlar sağlarken, zararlı etkileri de olabileceğini ve sosyal medya bağımlılığına yol açabileceğini göstermektedir. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığını azaltmak için ergenlerin sosyal ilişkilerini destekleyecek fırsatlar yaratmak ve onları spor gibi açık hava etkinliklerine yönlendirmek olumlu katkı sağlayabilir (Üstündağ, 2020).

Sosyal medya bağımlılığı davranışsal bağımlılığın altı önemli özelliği olan kontrol edilemeyen çevrim içi sosyal ağ davranışları olarak tanımlanmıştır. Bu altı özellik belirginlik, ruh hali değişikliği, tolerans, çekingenlik, tekrarlama ve kişinin zorlayıcı sosyal ağ sitesi kullanıma isteği sonucu olarak ortaya çıkan sorunlar olarak tanımlanmaktadır (İnce ve Yılmaz, 2020). Psikolojik hastalıkları tanıma sistemi DSM-5, sosyal medyayı bağımlılığını resmi bir tanı

olarak kapsamasa dahi, artan kanıtlar sosyal medyanın akademik işlev bozukluğu, uykusuzluk, kötüleşen kişilerarası ilişkiler, düşük öz saygı, yaşam memnuniyeti, kaygı ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunları dahil olmak üzere birçok olumsuz sonuçla ilişkilendirilmiştir (Yu vd., 2021). Teknolojik gelişmeleri yakından takip eden bir grup olan ergenlerde sosyal medya bağımlılığı her geçen gün artmaktadır. Sosyal medya bağımlılığının ergenlerin psikososyal gelişimi üzerinde olumsuz etkileri olabileceği öne sürülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı olan veya sosyal medya bağımlılığı riski taşıyan ergenlerin, öz saygılarının daha düşük ve daha yüksek düzeyde depresyon gibi ruhsal problemlerle karşı karşıya kalabilecekleri belirtilmektedir (Banyai vd., 2017). Doğrusever (2021) tarafından yapılan bir çalışmada ergenlerde sosyal medya bağımlılığı düzeyleri bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmiş ve ergenlerin %20'sinin sosyal medyaya bağımlı olduğu ve bağımlılık düzeylerinin %100 olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada ergenlerin yarısından fazlası sosyal medya bağımlısıdır. Konu ile ilgili literatür değerlendirildiğinde birçok ülkede ergenlerle yapılan çalışmalarda, ergenlerin sosyal medya bağımlılığı açısından risk altında olduğu görülmektedir. Örneğin, Macar ergenlerle yapılan bir çalışmada, ergenlerin %4,5'nin sosyal medya bağımlılığı riski altında olduğu bulunmuştur (Banyai vd., 2017). Savci ve ark (2017) tarafından lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığında en sık sosyal medya bağımlılığı olduğu saptanmıştır. Bu çalışmalardan yola çıkarak sosyal medya bağımlılığının, ergenler için şimdi ve gelecekte önemli risk taşıdığı görülmektedir.

4.2. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılık, Mental İyi Oluş, Saldırganlık Düzey Ortalamaları Toplam ve Alt Boyut Puan Ortalamaları

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin kardeş sayısı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Ergenlerin kardeş sayısı arttıkça sosyal medya bağımlılıkları azalmıştır. Bu durum ergenlerin kardeşleriyle daha fazla vakit geçirdiğini ya da evde sosyal medya araçlarını ortak kullanmalarından kaynaklı olabileceğini düşündürmektedir. Ortaokul öğrencilerinin, kardeş sayısı ile saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde, Torun (2016) tarafından yapılan çalışmada kardeş sayısı farklı olan ortaokul öğrencilerinin, saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Literatürde kardeş sayısı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ilişkiyi gösteren yeterli veri bulunmamıştır. Bu nedenle kardeş sayısı ile sosyal medya kullanım sıklığı ve sosyal medya bağımlılığını nasıl etkilediklerini belirlemek için gelecek araştırmalarda ele alınması gerektiğini düşündürmektedir.

Bu çalışmada öğrencilerin okuduğu sınıf ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça, saldırganlık düzeyleri de artmıştır. Yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri daha yüksektir. Benzer şekilde Evgin ve ark. (2019) ortaokul öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrencileri hem sınıf düzeyleri hem de yaşları arttıkça saldırganlık düzeylerinin arttığı bulunmuştur.

Çevrimiçi sosyal medya platformlarını yoğun ve sorunlu biçimde kullanan ergenlerin, saldırgan davranışlarda bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğu araştırmalarla ortaya konmuştur (Lin vd., 2024). Literatürde yer alan bu çalışmalar, ergen bireylerde fiziksel ve sözel şiddet davranışlarının daha sık görüldüğünü bildirmektedir. Özellikle 11–14 yaş aralığındaki ergenlerin, çevrimiçi sosyal ağ sitelerini daha sorunlu kullandıklarını ve 11-14 yaş arası ergenlerin sözel ve ilişkisel mağduriyet düzeylerinin en yüksek seviyede olduğu belirtilmiştir. Çevrimiçi sosyal ağların problemlili kullanımının, akran zorbalığı ve mağduriyet ile birlikte seyrettiğini göstermektedir. Bu durum, sosyal medyanın kullanım biçimi, yaş ve cinsiyet değişkenlerinin akran şiddeti üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Kuss vd., 2017).

Yedinci ve sekizinci sınıflarında okuyanların saldırganlık düzeylerinin daha yüksektir. Ergenlik döneminde kişilik gelişimi, kimlik oluşumu ve geleceğe yönelik önemli adımlar atma açısından kritik bir dönemdir. Ergenler bu dönemde gelişim aşamasına bağlı olarak duygusal dalgalanmalar ve kimlik krizleri yaşamaktadır. Arkadaşlık ve sosyal çevrenin etkisi bu dönemde önem kazanır. Bu dönemde duygusal sorunlar, sosyalleşme gereksinimi, iletişim kurma isteği ve kimlik arayışı gibi etkenlerin dijital teknolojilere yönelik merak uyandırabilir. Bu durum, aşırı teknoloji kullanımının ortaya çıkmasına neden olabilir. Sonuçta Ergenlerin sosyal ve psikolojik durumlarını olumsuz etkilebilir, hatta sağlıklı yaşam biçimleri bozulabilir. (Ektiricioğlu vd., 2020).

Öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça saldırganlık düzeylerinde görülen artış hem gelişimsel hem de çevresel faktörlerin etkisi ile açıklanabilir. Bu durumun erken tespiti ve uygun psikososyal ve eğitsel müdahalelerle yönetilmesi, ergenlerin sağlıklı bireyler olarak gelişimlerini sürdürebilmeleri açısından önem taşımaktadır.

Öğrencilerin yaşları arttıkça düşmanlık düzeyleri de artmıştır. Ergenlerin gelişim dönemleri ilerledikçe, saldırganlık eğilimleri güçlenebilir veya azalabilir. Bu nedenle ergenlerde, akran etkisi, sosyal medya kullanımına bağlı deneyimlerinin iyi değerlendirilmesi ve şiddeti önleyen stratejilerin oluşturulması saldırganlık ve buna bağlı olumsuz duyguları azaltabilir.

Bu çalışmada, öğrencilerin düşmanlık öfke gibi olası nedenleri dikkate alınmamıştır ancak öğrencilerin yaşlarının artması ile birlikte düşmanlık düzeylerinin artmış olması oldukça düşündürücüdür. Bu durum sosyal medya bağımlısı olan öğrencilerin daha zayıf sosyal becerilere sahip olabileceği ve kişiler arası çatışmalarla baş etmek için daha fazla saldırganlık biçimlerinin sergilemesine neden olabileceği düşünülmektedir (Kuss vd., 2017). Ayrıca sosyal medya bağımlılığının, sosyal ilişkilerin kalitesi açısından çok önemli bir özellik olan empatiyi olumsuz etkilediği bildirilmektedir (Dalvi-Esfahani vd., 2012). Bu nedenle ayrıca empati gibi temel bir sosyal becerinin zayıf olmasının saldırganlığı artıracakı düşünülebilir. Özellikle sosyal medyaya daha fazla maruz kalmaları, hayal kırıklığı, özent, kıyaslama, kıskançlık, düşmanlık ve öfke duygusu gibi durumların yaşanması açısından daha yüksek risk taşımaktadır (Kuss vd., 2017).

Bu araştırmada ergenlerin yaşları arttıkça düşmanlık düzeylerinde anlamlı artış olduğu görülmektedir. Özellikle 12-13 yaşlarındaki öğrencilerin düşmanlık düzeyleri daha fazladır. Bu bulgu ergenlerin geçiş sürecinde öğrencilerin daha fazla içsel çatışma yaşadığını ve düşmanlık duygularını daha yoğun hissettiklerini göstermektedir. Crick ve Zahn-Waxler, (2003) tarafından yapılan çalışmada ergenlik döneminde duyguların regülasyonun zorlaştığı ve saldırgan davranışlar sergilediği tespit edilmiştir. Ancak Çelik (2020) yaptığı çalışmada düşmanlığın sadece yaşla ilgili olmadığını, stres faktörleri, aile içi ilişkiler, okul ortamı ve sosyal medya kullanımı gibi değişkenlerle de ilişkilendirilebileceği ve ergen bireylerin sosyal medyada maruz kaldıkları olumsuz içerikler, dışlanma ya da kıyaslanma duyguları da düşmanlık gelişimini oluşturabileceğini belirtmiştir.

Cinsiyetin sosyal medya bağımlılığını etkileyen en önemli faktörlerden biri olduğu belirtilmektedir. Bu çalışmada kız öğrencilerin sosyal medya bağımlısı oldukları tespit edilmemiştir. Ancak bu çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Kız öğrencilerin düşmanlık ve öfke düzeyleri, erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Ergenlik döneminde, düşmanlık ve öfke okul ortamında önemli bir endişe olarak kabul edilir. (Xing vd., 2023). Saldırganlık, başkalarına zarar vermeyi kasıtlı olarak amaçlayan herhangi bir davranıştır (Anderson ve Bushman, 2002; Crick, 1998). Ergenin, özellikle kız öğrencilerin düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık gibi durumlarının oluşmasına neden olan faktörlerini belirlemek önemlidir. Okul ortamında, kız öğrencilerde daha sağlıklı iletişim tekniklerini destekleyecek müdahalelerin ve sosyal destek sistemlerinin geliştirilmesi gerekir (Lin vd., 2024). Çünkü son zamanlarda yapılan araştırmalarda, kız öğrencilerin, sosyal medya

bağımlılığının erkeklere göre daha yüksek olduğu tutarlı bir şekilde belirtilmektedir (Rustamow vd., 2023). Bunların nedenleri arasında kız öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerde daha fazla duyarlı oldukları için erkek öğrencilere göre sosyal medyayı kullanma biçimlerine yansıdığına dair önemli kanıtlarlar gösterilmektedir. Andreassen ve ark. (2013) tarafından yapılan çalışmada, kadınların sosyal etkileşimle içeren aktiviteler arasında daha yüksek bağımlılık davranışları gösterdikleri bildirilmiştir. Randler ve ark. (2016) tarafından, kadınların erkeklerden daha fazla akıllı telefona bağımlı olduğunu bildirmiştir. Kız öğrencilerinin sosyal ihtiyaçlarını ve duygusal boşluklarını doldurmak için sosyal medyaya daha sık başvurma olasılıkları vardır. Bu durum kız öğrencilerin, sosyal medya bağımlılığı açısından daha riskli yapmaktadır (Lin vd., 2024).

Literatürde erkek öğrencilerin daha yüksek düzeyde saldırganlık eğiliminde olabileceği belirtilmektedir (Charles ve Barry, 2024). Ancak bu çalışmada cinsiyetler arasında fiziksel ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmadı. Ancak, kız öğrencilerde düşmanlık ve öfke düzeylerinde anlamlı artış olduğu bulunmuştur. Bu farklılıklar göz önüne alındığında konu ile ilgili benzer çalışmaların yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin okuduğu sınıf ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sınıfları arttıkça, düşmanlık ve sözel saldırganlık düzeyleri de artmıştır. Literatürde yapılan benzer çalışmalarda, ergenlerin sosyal medya bağımlılığı, sınıf düzeyi ve günlük sosyal medya kullanım süresinde artış olduğu bulunmuştur (Üstündağ, Önlü ve Akdeniz, 2025).

Bu çalışmada, özellikle 8. Sınıf öğrencilerinin hem düşmanlık hem de sözel saldırganlık değerleri daha yüksektir. Bu durum gelişimsel olarak ergenlikte duygusal gerilimlerin artması ve öğrenciler arasında sosyal çatışmaların yaşanmasıyla açıklanabilir. Sınıf düzeylerinin artmasıyla düşmanlık ve sözel saldırganlığın artması stresle ilişkilendirilerek, sınav kaygısı yaşamalarıyla ilgili belirti vermelerinde kaynaklanabilmektedir.

Cevizli ve Özcan (2024) tarafından lise öğrencileriyle yapılan çalışmada, okul sporlarına katılan öğrencilerin, sınıf düzeyleri arttıkça düşmanlık hariç, saldırganlık düzeylerinin arttığını belirtmiştir. Bu durum ergenlerin sosyal aktivitelere yönlendirilmesiyle düşmanlık durumlarının azaltılabildiğini göstermektedir.

Annenin eğitim seviyesi, çocuğun sosyal duygusal gelişiminde belirleyici bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Eğitilmiş anneler, çocuklarının dijital medya kullanımlarında, duygusal

gelişimlerinde ve sosyal ilişkilerinde daha bilinçli olarak rol üstlenebilirler. Eğitimli annelerin, çocukları karşılaştıkları öfke gibi olumsuz duygularla daha kolay başa çıkmaktadır (Akça, 2012; Baumrind, 1991). Bu durum çocukların yetiştirilmesinde önemli roller üstlenen annelerin, okur yazarlık düzeylerinin artması gelecek nesillerin daha sağlıklı olabileceğinin temel gereksinimi olduğunu düşündürmektedir. Aile üyeleriyle yaşamaya devam eden ergenler, özellikle de ortaokul öğrencileri için, davranışları üzerindeki ebeveyn etkisi hala belirgindir. Olumlu ebeveynlik davranışının diğer gençlik bağımlılığı türleri üzerindeki koruyucu etkileri hakkındaki önceki kanıtlardan yararlanarak, olumlu ebeveynliğin sosyal medya bağımlılığının azalmasına neden olabileceği varsayılabilir (Yu vd., 2021). Bu çalışmaya katılan öğrencilerin annenin eğitim durumu ile çocukların öfke durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Annenin eğitim durumu düştükçe, öğrencilerin öfke durumlarında artış olduğu bulunmuştur. Özellikle annesi ilköğretim mezunu olan öğrencilerin öfke düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatürde yapılan benzer çalışmalarda annelerin eğitim düzeylerinin artmasıyla birlikte çocukların öfke düzeylerinde anlamlı azalmalar olduğu belirlenmiştir (Bayraktar ve Yıldız, 2017). Kalkan ve Kahraman (2013) tarafından yapılan çalışmada, düşük eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarında saldırganlık ve dürtüsellik gibi davranışların daha sık görüldüğünü vurgulamıştır. Bu çalışmalar, mevcut araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Kılıçarslan (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada anneleri ilköğretim mezunu olan ergenlerin, anneleri üniversite mezunu olan akranlarına göre daha yüksek düzeyde öfke ve ani tepki verme eğiliminde oldukları belirtilmiştir. Düşük eğitim düzeyine sahip anneler, çocuklarının duygularını anlamakta veya doğru şekilde yönlendirmekte güçlük yaşayabilmektedir. Ayrıca, bu ailelerde ekonomik sıkıntı, ebeveyn ilgisizliği ya da disiplin problemleri gibi etkenler de sıklıkla gözlemlenmekte ve bu durum öğrencilerin öfke düzeylerinde artışa neden olabilmektedir (Karataş ve Güleç, 2015). Çin’de ortaokul öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, ebeveynlerin ergenler ile olan ilişkilerinin sosyal medya bağımlılığına etkileri olduğu saptanmıştır. Bu çalışmaya göre ebeveynleri tarafından ihmal edilen çocuklar daha fazla sosyal medyada vakit geçirdikleri görülmüştür. Ergenlerin ebeveynler tarafından, öz kontrollerinin sağlanmasında yardımcı olmaları sosyal medyaya olan bağımlılıklarını azaltarak olumlu duygu durumlarını kontrol etmelerini sağlamada yardımcı olduğu belirtilmiştir. (Jia-Yuan vd., 2025). Bu durum, anne eğitim durumunun çocuklarının sadece akademik değil, aynı zamanda psiko-sosyal ve davranışsal düzeyde gelişimine olumsuz etki edeceğini göstermesi açısından oldukça düşündürücüdür. Ayrıca annenin eğitim düzeyinin düşük olması öğrencilerin duygusal becerilerinde yetersizliklere, özellikle öfke kontrolü sorunlarına neden olabileceği düşünülmektedir. Bu durum, ebeveyn eğitim programları ile

özellikle annelere çocuk gelişimi, duygusal farkındalık oluşturmak etkili iletişim konularında rehberlik edilmesi çocukların öfke düzeylerinin kontrol altına alınmasında etkili bir yol olabilir.

Ergenlerin sosyal medyada geçirdiği sürelerin artması sosyal medya seçeneklerinin artması, eğlence amaçlı oynadıkları oyunların saldırganlık üzerine etkileri olduğu bilinmektedir. Bu çalışmaya katılan öğrencilerin günlük olarak sosyal medyada geçirdikleri süre ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki ileri düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde Kim (2013) tarafından Güney Kore’de yapılan bir çalışmada sosyal medyanın kontrolsüz ve aşırı kullanılmasının, ergenlerde depresyon, sosyal kaygı bozukluğu, kontrol edilemeyen dürtüler, karar verme yeteneğine bozulmalar gibi psikolojik sorunların oluştuğunu saptanmıştır. Sosyal medya içeriklerin şiddet materyalleri içermesi ergenleri olumsuz yönde etkilemektedir. Sosyal medyada basta oyun gibi aktivitelerde, oyunu kazanabilmek için saldırgan davranışların sergilenmesi oyundan puan ve ödül kazanma gibi durumların, şiddeti arttırdığı veya yönlendirdiği düşünülmektedir. Ergenlerin sosyal medyada dijital oyunlarda uzun süre vakit geçirmesinin saldırganlık düzeylerinde artışa neden olduğu ve akademik başarı düzeylerinin düştüğü bulunmuştur (Hazar vd., 2017; Karakuş vd., 2024). Oyunlarda saldırgan davranış, hedef odaklı bir davranış haline gelir ve tekrar edilirse bilinç altına yerleşen şiddet içeren davranışların kazanılmasına neden olacağı düşünülmektedir. Ortaokul öğrencileriyle yapılan bir çalışmada saldırgan video oyunları oynamanın düşmanlık, saldırganlık gibi bilişsel ve duygusal durumların uyarılmasına neden olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin oyun sıklıkları ile şiddet içerikli video oyunlarına maruz kalmalarının fiziksel saldırganlık düzeylerinin arttırdığı tespit etmiştir (Kraha ve Moller, 2004; Siyaz ve Baran, 2017). Bu çalışmalardan özetle ergenlerin, sosyal medyayı sınırlı kullanmaları şiddet içeren video izleme, oyun oynama gibi etkinlikleri kontrollü olarak yapılması ailenin bilinçlendirilmesi ve okul dışı etkinliklerin artırılması gibi faaliyetlerin ergenlerde saldırganlık azaltılmasında rol alacağı düşünülmektedir.

İnternetin günlük üç saatten fazla kullanımı, ergenlerin ruh sağlığını, sosyal etkileşimlerini ve genel yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. İnternetin uzun süre kullanılması bağımlılığa dönüşmektedir bu durum ergenlerde saldırganlık ve öfke için önemli risk faktörlerini oluşturmaktadır. Ayran (2023) tarafından Türkiye’de ergenlerde internet bağımlılığının kaygı ve saldırgan davranışlar üzerine olan etkileri incelendiğinde, internet bağımlılığı arttıkça kaygı ve saldırganlık düzeylerinin arttığı görülmüştür. Bu çalışmaya katılan öğrencilerin internette geçirdiği süre ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda öğrencilerin öfke düzeyleri

ile sözel saldırganlıkları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin öfke düzeyleri arttıkça sözel saldırganlık düzeyleri de artmıştır. Bu çalışmanın bulguları ergenlerde sosyal medya bağımlılığı geliştirmişlerse saldırganlık düzeyini düzeyleri de anlamlı bir şekilde etkilenmektedir.

Literatürde yapılan çalışmalara göre sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal medya bağımlılığı gelişebilmekte ve bu durum farklı olumsuzlukların oluşmasına neden olmaktadır (Üstündağ, Önlü ve Akdeniz, 2025). Benzer şekilde, Çin’de Zhang ve ark. (2022) tarafından yapılan bir araştırmada internet bağımlılığı ile saldırganlık arasında pozitif yönde bir ilişki, Lübnan’da, Obeid ve ark.’ın (2019) tarafından yapılan çalışmada ise saldırganlıkla internet bağımlılığı arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Durak ve ark. (2018) tarafından yapılan çalışmada ise internet bağımlılığı olan kişilerin saldırganlığa daha yatkın olduğunu ve saldırganlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu bu durumun ergenlerin yaşamlarını olumsuz olarak etkilediğini belirtmiştir.

Kim (2013) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin uzun süre sosyal medya platformlarında vakit geçirmelerinden dolayı, duygusal, fiziksel problemler olduğu, akademik başarılarının düştüğü ve sosyal izolasyon yaşadıkları bulunmuştur. Araştırmamızdaki sosyal medya kullanım süresinin artmasıyla, öğrencilerin öfke düzeylerinin artması, duygusal sorunların arttığını göstermektedir. Bu durum sosyal medya kullanımının yalnızca süre ile ilişkili olmadığını, öğrencilerin kullanmış oldukları sosyal medya platformlarıyla ve kullanım amacıyla da ilişkili olduğunu düşündürmektedir. Twenge ve Campbell (2018) tarafından yapılan çalışmada günde üç saatten fazla ekrana maruz kalan kişilerin, hareketsiz sedanter bir yaşama neden olduğunu bu durumun psikolojik rahatsızlıkları %50 oranında arttırdığını tespit etmiştir. Uzun süre internete bağlı kalmanın, hareketsizliğe, uyku düzeninde bozulmalara, dikkat eksiliğine ve depresyon görülme sıklığını arttırmaya neden olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin sosyal medya bağımlılık durumları ruh sağlığı üzerinde olumsuz etki oluşturduğu bilinmektedir. Sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık arasındaki ilişki birçok araştırmada kanıtlanmış durumdadır (Güler vd., 2022; Rustamov et al., 2023). Sosyal medya bağımlılığı, ergenlerde saldırgan davranışlar için bir risk faktörü olarak kabul edilirken, sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medyada geçirilen süre uykusuzluk, beslenme sorunları, kan şekeri düşüklüğü gibi etkenlerin oluşmasıyla saldırganlığa neden olabilir ve bu durumun incelenmesi önerilebilir (Lin et al., 2024). Bu nedenle daha fazla araştırmaya gereksinim vardır. Bu araştırmanın önemli bir diğer bulgusu katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları ile saldırganlık

(sözel ve fiziksel) ile düşmanlık ve öfke düzeyleri arasında orta ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arttıkça saldırganlık düzeyleri de beraberinde artmıştır. Benzer şekilde yapılan bir araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık puanı arasında doğrusal orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Güler vd., 2022; Lin vd., 2024). Benzer şekilde pozitiflik ile sosyal medya bağımlılığı ve saldırganlık arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmanın bulgularına göre; saldırganlığın alt boyutlarından olan düşmanlığın, sosyal medya bağımlılığı ile pozitif yönde aracılık ettiği bulunmuştur (Can ve ark., 2024). Sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlığın incelendiği çalışmalar (Rustamov vd., 2023), benzer şekilde sosyal medya bağımlılığı ile saldırganca davranışlar arasında pozitif ilişki olduğu bulunmuştur.

Bu bulgulardan yola çıkılarak ergenlerde düşmanlık öfke gibi olumsuz duyguların erken ergenlik döneminde tanınması ve bu duyguların nelerden kaynaklandığının net olarak ortaya çıkarılması gibi konularda prospektif araştırmaların yapılması, önleyici bazı programların okulda hayata geçirilmesi noktasında yararlı olabileceği düşünülmektedir. Başta okul ve aileler olmak üzere ergenlerin, ruhsal iyilik durumlarını iyileştirmek için sosyal medya bağımlılığı ve saldırganlığın rolünü hesaba katması gerektiği düşünülmektedir.

Bu araştırmada, ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki saptanmıştır. Mental iyi oluş düzeyi yükseldikçe, fiziksel saldırganlık ve öfke gibi olumsuz davranışların azaldığı gözlemlenmiştir. Benzer şekilde, Rustamov ve ark. (2023) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, ergenlerde sosyal medya bağımlılığı arttıkça ruhsal iyilik halinin azaldığı belirlenmiştir. Bu bulgular, ergenlerin mental iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasının, saldırganlık ve öfke gibi psikolojik sorunları azaltmada koruyucu bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Dolayısıyla, ergenlerin ruhsal açıdan iyi oluşlarının desteklenmesi, saldırgan davranışlardan uzak durmalarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Elde edilen bulgular doğrultusunda, ergenlerin ruhsal iyilik hallerini desteklemek amacıyla okul hemşiresi ile okul rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimlerine başvuran öğrencilerde, sosyal medya bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinin dikkate alınması gerekmektedir. Bu kapsamda, ergenlerin ruhsal iyi oluşlarını geliştirmek ve korumak amacıyla sosyal medyayı sağlıklı ve bilinçli kullanma becerilerinin kazandırılması önem taşımaktadır. Ayrıca, ergenlerin sportif faaliyetlere yönlendirilmesi, psikososyal danışmanlık hizmetlerine erişimlerinin sağlanması,

koruyucu ruh sağığı eğitimlerinin verilmesi ve erken tanı-tarama uygulamalarının yaygınlaştırılması ruhsal iyilik halini güçlendirmeye yönelik etkili müdahale alanları olarak değerlendirildiğı düşünölmektedir.

Ergenlerin sosyal medya bağımlılığının saldırganlık yoluyla ruhsal iyilik halini olumsuz yönde etkilediğı bildirilmektedir (Dalvi-Esfahani vd., 2012; Hou vd., 2019; Rustamow vd., 2023). Bu araştırmanın bulgularına göre, ergenlerde saldırganlığın sosyal medya bağımlılığı ile ruhsal iyilik hali arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini göstermiştir. Dolayısıyla araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri arttıkça saldırganlık, fiziksel saldırganlık ve öfke düzeyleri azalmıştır.

Günümüzde sağık; ruhsal, fiziksel ve sosyal anlamda tam iyilik hali olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle mental olarak iyi olmak sağığın önemli bir göstergesidir. Mental iyi oluşluk farklı şekillerde tanımlanmış olsa bile genelde bireyin olumlu duyguları daha sık deneyimlemesi, kendini ve yaşadığı hayatı sevmesi, kendisi ile barışık olmasıdır. Bu çalışmada öğrencilerin mental iyi oluşluk düzeyleri iyidir. Ancak bu durum öğrencilerin tek başına öznel olarak mental iyi oluşluk durumları ile açıklanamaz. Çünkü mental iyi oluşluk, sadece olumlu duyguların bir göstergesi olmadığı belirtilmektedir. Mental iyi oluşluk aynı zamanda davranışsal olarak iyi olmayıda gerekmektedir. Bu çalışmada öğrencilerin yaşamlarını olumlu tanımlamaları, mutlu olduklarını ifade etmeleri tek başına mental iyilik halini sağlamamıştır. Mental iyi oluşluk öğrencilerin aynı zamanda bilişsel, davranışsal ve psikolojik olarak iyi olmalarını gerektirir. Mental iyi oluşluk yaşam kalitesini artırır ve sağıklı pozitif ilişkileri güçlendirir.

Ruh sağığını veya mental iyilik halini etkileyen faktörlerden birinin sosyal medya olduğu ve ruh sağığını etkilediğı bilinmektedir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre ergenler sosyal medya bağımlılığı nedeniyle ruh sağığı açısından riskli bir grubu oluşturdukları düşünölebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı saldırganlık ve mental iyi oluşluk durumları incelenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık davranışlarının anlamlı bir şekilde etkilemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile saldırganlık düzeyleri arasında orta düzeyde bir ilişki vardır. Öğrencilerde sosyal medya bağımlılığı artıkça fiziksel, sözel saldırganlık, düşmanlık ve öfke gibi duygular beraberinde artmıştır. Öğrencilerin Sosyal medya da geçirdikleri süre artıkça; fiziksel saldırganlık düzeyleri de artmıştır. Öğrencilerin özellikle yaşı sınıfı ve cinsiyeti saldırganlık durumlarını etkilemiştir. Kız öğrenciler daha saldırgan ve öfkeli dirler. Üst sınıflarda okuyan öğrencilerde düşmanlık daha yaygındır. Annenin eğitim durumu düştükçe öğrencilerin öfkeleri artmıştır. Bu bulgular doğrultusunda, başta okul sağlığı hemşireleri olmak üzere, aileler, öğretmenler ve okul yöneticileri olmak üzere öğrencilerin sosyal medya kullanım özelliklerinin öğrencilerin ruh sağlığını etkileyebileceği ve bu ilişkiyi iyi değerlendirmeleri gerekmektedir. Bu amaçla öğrencilerin okul dışı davranışlarını değerlendirirken sosyal medya ortamlarındaki davranışlarını da dikkate almaları önemlidir. Bu sonuçlar doğrultusunda;

Okul sağlığı hemşireleri öğrencilerin dijital teknolojilerle sağlıklı bir ilişki kurması için okul sağlığı hizmetleri aracılığıyla, ailenin ve öğrencilerin eğitime rehberlik ederek ergenlerin kullanmış olduğu sosyal medya süresi ve uygulamalarını nasıl kontrol edecekleri konusunda rehberlik etmeleri;

Okullarda, sosyal medya kullanımı açısından riskli görünen öğrencilerin belirlenmesi bu öğrencilerin gözlemlemesi, gerekiyorsa bu öğrencilere psikolojik destek sağlanması,

Okulda ve okul dışında, sosyal medya bağımlılığı azaltmaya yönelik öğrencileri spor, sanat gibi aktivitelere katılımlarının arttırması,

Anne ve babalara, sosyal medyanın dezavantajları ve kontrollü kullanımı konusunda eğitimler verilmesi,

Saldırganlık, öfke ve düşmanlık duyguları yaşayan ve bunu sergileyen öğrencilere yönelik okul rehber öğretmenleri ve aileleri ile birlikte iş birliğinin yapılması,

Öğrencilerde ruh sağlığını koruyan ve geliştiren sanat, spor gibi faaliyetlere ağırlık verilmesi,

Daha büyük örneklemlemlerle başka öğrenci gruplarıyla benzer araştırmaların yapılması önerilir.

KAYNAKÇA

- Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü (SHÇEK). (1963). Çocuklara Yönelik Sosyal Medya İçerikleri Bakanlığın Takibinde. <https://www.aile.gov.tr/> (Son erişim tarihi: 04.06.2025).
- Akbağ, M. ve Ümmet, D. (2018). Ana-Babaya Bağlanma ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkide Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumunun Aracı Rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 8(50),59-85. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/40299/481359>
- Akça, P. R. (2012). Ana-Babaların Çocuk Yetiştirmede Aşırı Koruyucu Olmaları. *Akademik Bakış Dergisi*, Sayı: 29, 1-13.
- Akgül, E. ve Ergün, A. (2021). Toplum Sağlığının Geliştirilmesinde Okul Sağlığı Hemşireliği. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*. 3(2): 141-153.
- Alican, C. ve Saban, A. (2013). Ortaokul ve Lise de Öğrenim Gören Öğrencilerin Sosyal Medya Kullanımına ilişkin Tutumları: Ürgüp Örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(35), 1-14.
- Allender, J., Rector, C., ve Warner, K. (2013). Community ve public health nursing: Promoting the public's health. *Lippincott Williams ve Wilkins*.
- Anderson, C. A., ve Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology* 53, 27–51. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>
- Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Gjertsen, S. R., Krossbakken, E., Kvam, S., ve Pallesen, S. (2013). The relationships between behavioral addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2, 90–99.
- 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 115 survey. *Addictive behaviors*, 64, 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., ve Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110(2),501–517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>

- Arı Ünal, S. ve Küçük, S. (2022). Adölesanlarda Sosyal Medya Kullanımı, Siber Zorbalık, Yalnızlık İlişkisi ve Hemşirelik. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 34-44. <https://doi.org/10.51536/tusbad.988020>.
- Avşar, F. ve Alkaya, S. A. (2018). Akran Zorbalığının Önlenmesinde Okul Sağlığı Hemşiresinin Rolü. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 5(1), 78-84. <https://doi.org/10.31125/hunhemsire.431134>.
- Aydın, M. ve Çelik, T. (2019). Velilerin Gözünden Sosyal Medyanın Ortaokul Öğrencileri Açısından Yarar ve Riskleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50, 110-135.
- Ayran, G. (2023). Adölesanlarda internet bağımlılığı kaygı ve saldırgan davranışlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Karya J Sağlık Bilimleri*. 4(2):99-103.
- Babiç, M. J., Smith, J. J., Morgan, P. J., Eather, N., Plotnikoff, R. C., ve Lubans D. R. (2017). Longitudinal associations between changes in screen-time and mental health outcomes in adolescents. *Mental Health and Physical Activity* 12. 124-131. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2017.04.001>
- Balıkçı, A. Ç. (2018). *Davranışsal bağımlılıklar: Kavram, türler ve değerlendirme*. Ankara: Eğitim Yayınevi.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., ve Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, Trait Fear Of Missing Out, And Phubbing: Associations With Social Media Addiction And Aggression. *International Journal Of Mental Health And Addiction*, 18(3), 628–639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9976-8>
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ve Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *Plos One*, 12(1), e0169839. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
- Bargh, J. A., ve McKenna, K.Y.A. (2004). The Internet and Social Life. *Annual Review of Psychology*. 55,1-23.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.

- Baykan, Z., ve Naçar, M. (2017). Okul Çağındaki Çocukların Ruhsal Sağlık Sorunları. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 60(2), 123-131.
- Bayraktar, G. ve Yıldız, M. (2017). Annenin eğitim düzeyinin çocuğun duygusal gelişimi üzerindeki etkisi. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 3(1), 25-34.
- Best, P., Manktelow, R., ve Taylor, B. (2014). Online Communication, Social Media And Adolescent Wellbeing: A Systematic Narrative Review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.03.001>
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D., ve Griffiths, M. (2015). Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update on Current Evidence and a Comprehensive Model for Future Research. *Curr Addict Rep*, 2, 156–162. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0054-y>
- Can, A. (2013). SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde. Nicel Veri Analizi, 1. Baskı. Ankara: Pegem Akademi, 267-84.
- Can, C. ve Yıldız, M. A. (2024). Lise öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Pozitiflik Arasındaki İlişkide Saldırganlığın Çoklu Aracılığı. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 14(2), 576-611. <https://doi.org/10.18039/ajesi.1359911>
- Cevizli, O. ve Özcan, G. (2024). Okul Sporlarına Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri. *Egzersiz ve Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 1-23.
- Charles, N. E., ve Barry, C. T. (2024). Gender Differences in Links between Antisocial Features and Forms and Functions of Aggression Among At-Risk Youth. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 46: 357–372.
- Crick, N. R., ve Zahn–Waxler, C. (2003). Kadınlarda ve erkeklerde psikopatolojinin gelişimi: Güncel ilerleme ve gelecekteki zorluklar. *Gelişim ve Psikopatoloji*, 15(3), 719–742. <https://doi.org/10.1017/S095457940300003>
- Crick, N. R., Werner, N. E., ve Casas, J. F. (1998). Childhood aggression and gender: A new look at an old problem. In D. A. Bernstein (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (75–141). University of Nebraska Press.
- Çalık, Z. (2024). Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımının Mutluluk ve Yaşam Doyumuna Etkisi. [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Çelik, Ç. B. ve Odacı, H. (2013). Lise Öğrencilerinde Sosyal Ağ Siteleri Kullanımına İlişkin Bazı Değişkenlerin Sosyal Ağ Bağımlılığı ve Saldırganlık Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 87–96.
- Çelik, S. (2020). Ergenlerde sosyal medya kullanımının saldırganlık ve düşmanlık üzerindeki etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 8(2), 88–105.
- Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Alaedini, Z., Barati, A. H., Kuss, D. J., ve Ramayah, T. (2021). Social media addiction and empathy: Moderating impact of personality traits among high school students. *Telemat Inform*, 57: 101516.
- Delikan, S., Hizli Sayar, G. ve Demir, V. (2025). Sanat Terapisi Programının Ergenlerin Öz Şefkat, Duygusal ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerine Etkisi. *Ege Eğitim Dergisi*, 26(1), 33-46. <https://doi.org/10.12984/egeefd.1520084>
- Demandsage. (2024,July). Internet usage statistics, Demandsage. www.demandsage.com/category/data-statistics/ (Son erişim tarihi 10.06.2025)
- Demirci, İ. (2019). Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Depresyon ve Anksiyete Belirtileriyle ilişkisinin Değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20;1, 15-22. <http://dx.doi.org/10.5455/apd.41585>
- Diener, E., Sapyta, J. J., ve Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to wellbeing. *Psychological Inquiry*, 9(1),33-37. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_3
- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., ve Sanders, L. (2012). The Challenge of Defining Wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3): 222-35.
- Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Sosyo Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42.
- Dow-Fleisner, S., Leong, A. D., ve Lee, H. (2023). The Interaction Between Peer Bullying and School Connectedness on Youth Health and Wellbeing. *Children and Youth Services Review*, 155, 107147.
- Duman, D. Ve Turan, N. (2024). Investigation of the Risk of Social Media Addiction and Individual-Social Problems in Adolescents. *Current Approaches in Psychiatry*, 16(1):1-10 doi: 10.18863/pgy.1360779

- Duradoni, M., Innocenti, F., ve Guazzini, A. (2020). Well-being and social media: A systematic review of Bergen Addiction Scales. *Future Internet*, 12(2), 1–12.
- Durak, Ö. G., Ünal, Ş., Erdoğan, A. ve Bal, F. (2018). Lise öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile saldırgan davranışların ilişkisi: Özel Ahmet Şimşek Anadolu Lisesi Örneği. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi*. 53(1):217- 228. 2
- Duran, Ş. (2023). Çocuklarda İnternet Bağımlılığının Obezite Riski ve Uyku Bozukluğu İle İlişkinin İncelenmesi [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Echeburúa, E., ve Corral, P. (2010). Addiction to new Technologies and to online social networking in young people: a new challenge. *Addicciones*, 22,91-96. PMID: 20549142.
- Eichenberg, C., Schneider, R., ve Ruml, H. (2024). Social media addiction: associations with attachment style, mental distress, and personality. *BMC Psychiatry*, 24:278.
- Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD). (2023). *Students, Computers and Learning: Making the Connection*. OECD Publishing https://www.mfa.gov.tr/iktisadi-isbirligi_ve-gelisme-teskilati-oecd.tr.mfa (Son erişim tarihi: 03.04.2025).
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H. ve Yüksel, R. (2020). Ergenlerde Çağın Hastalığı: Teknoloji Bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*. 29(1):51-64. doi:10.17827/aktd.498947
- Erdemir, N. ve Ayas, T. (2023). Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 25(4) :708-721
- Erdoğan-Sepetci, N. (2023). Sosyal Medya Kullanımının Kurumsal İtibara Etkisi: Kurumsal İtibar Lideri Firmaların Sosyal Medya Paylaşımlarının Analizi. *Gümrük Ticaret Dergisi*, 10,33(8-17).
- Evgin, D., Çalışkan, Z., Kaplan, B., ve Caner, N. (2019). Ortaokul öğrencilerinin saldırganlık durumları ve oynadıkları bilgisayar oyunları. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(72), 1521–1540. <https://doi.org/10.17755/esosder.471222>
- Frison, E., ve Eggermont, S. (2015). The Impact Of Daily Stress On Adolescents' Depressed Mood: The Role Of Social Support Seeking Through Facebook. *Computers In Human Behavior*, 44, 315–325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.070>

- Gökçekaya, G., Eryılmaz, S. E. ve Küçük F. (2024). The impact of social media addiction on healthy lifestyle beliefs in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*. 76,85.
- Green, C. S., ve Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature* 423:534–537.
- Griffiths, M. D. (2005). A 'Components' Model of Addiction Within a Biopsychosocial Framework. *Journal Of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Güler, H., Öztay, O. H., ve Özkoçak, V. (2022). Evalution of the Relationship Between Social Media Addiction and Aggression. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*. 21(3)1350-1366.
- Gür, K., Yurt, S., Bulduk, S., ve Atagöz, S. (2015). Internet addiction and physical and psychosocial behavior problems among rural secondary school students. *Nursing and Health Sciences*,17:331-338.
- Güvendi, B., Tekkurşun Demir, G. ve Keskin, B. (2019). Ortaokullarda Dijital Oyun Bağımlılığı ve Saldırganlık. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1194-1217. <https://doi.org/10.26466/opus.547092>
- Hair, J. F. J., Black, W. C., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2010). Multivariate data analysis Upper Saddle River (NJ: Pearson Education). p 92.
- Harmancı, H. (2020). Yeni Medya ve Bağımlılık: Dijicocuk (E.S. Albayrak, Ed.). Ankara; Gazi Kitabevi.
- Hazar, Z. ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *International Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.
- Heizomi, H., Jafarabadi, M. A., Kouzekanani, K., Matlabi, H., Bayrami, M., Chattu, V. K., ve Allahverdipour, A. (2021). Factors affecting aggressiveness among young teenage girls:A structural equation modeling approach. *Eur J Investig Health Psychol Educ*.11(4):1350-61.
- Holen, S. (2009). *Behavioral addiction: Eating, gaming, videos and social media*. New York: Academic Press.

- Huang, C. (2017). Time Spent On Social Network Sites And Psychological Well-Being: A Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(6), 346–354. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0758>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., ve Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology*, 13(1).
- İnce, M. ve Yılmaz, M. (2020). Ergenlik Çağındaki Çocukların Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıklarının Yalnızlaşmaya Etkisi. *İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*. 2.
- Jiang, Q., Huang, X., ve Tao, R. (2018). Examining factors influencing internet addiction and adolescent risk behaviors among excessive internet users. *Health communication*, 33(12), 1434-1444. <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1358241>
- Jia-Yunan, Z., Hui, Z., Yubin, C., Ling-Hui, Z., Yuqiu, Z., ve Yang, L. (2025). Parental neglect and social media addiction of adolescents: The chain mediation effect of basic psychological need and personal growth initiative. *J Pediatr Nurs*. 81:24-30.
- Kalkan, M. ve Kahraman, Z. (2013). Ebeveyn eğitim düzeyinin çocukların saldırganlık eğilimleri üzerindeki etkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 14(2), 41-56.
- Karaca, S., Uyanık, E., Kenç, M., İşlek, M., Aksu, R., Öngün, E. ve Ünsal Barlas, G. (2021). Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresif Belirtiler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2):510-516.
- Karagölge, C. ve Peker, K. (2002). Tarım Ekonomisi Araştırmalarında Tabakalı Örneklem Yönteminin Kullanılması. *Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 33(3).
- Karakuş, M., Balcı, V. E. ve Tiryaki, S. (2024). Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Çalışmaların İncelenmesi; Bir Bibliyometrik Analiz. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry ve Psychology*, 6(1): 84-92.
- Karakuş, V., Dicle, İ. ve Kılıç, A. (2024). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 59-72.
- Karasar, N. (2016). Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavram Teknikleri. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2;38.

- Karataş, Z. ve Güleç, H. (2015). Sosyoekonomik düzeyin ergenlerin saldırganlık düzeyine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 23–31.
- Kaya, O. K. A. ve Sağbaş, İ. (2020). Sosyal Medyada Vergi Algısı. *Maliye Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 20-34.
- Keles, B., McCrae, N., ve Grealish, A. (2020). A Systematic Review: The Influence Of Social Media On Depression, Anxiety And Psychological Distress In Adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kılıçarslan, T. (2018). Ergenlerde öfke düzeyi ile anne-baba eğitim düzeyi arasındaki ilişki. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 4(2), 102–117.
- Kim, J., LaRose, R., ve Peng, W. (2018). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(5), 271–277. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.038>
- Kim, K. (2013). Association between Internet overuse and aggression in Korean adolescents. *Pediatrics international*.55(6), 703-709. <https://doi.org/10.1111/ped.12171>
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B., ve Griffiths, M. D. (2018). Uses And Gratifications of Problematic Social Media Use Among University Students: A Simultaneous Examination of the Big Five of Personality Traits, Social Media Platforms, And Social Media Use Motives. *International Journal Of Mental Health And Addiction*, 18, 525–547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- Koçak, O. (2020). Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 394–406.
- Köklü, N., Büyüköztürk, Ş. ve Çokluk-Bökeoğlu, Ö. (2007). Sosyal bilimler için istatistik. İstanbul: Pegem A Yayıncılık.
- Köse, T. (2015). Character education of adolescents: A case study of a research center. *Eğitim ve Bilim*, 40(179). <http://doi.org/10.15390/eb.2015.2648>

- Krahe, B ve Möller, I. (2003). Playing violent electronic games, hostile attributional style, and aggression-related norms in German adolescents. *Journal of Adolescence*. 27:53-69. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2003.10.006>
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: ten lessons learned. *Int J Environ Res Public Health*. 14:311. doi: 10.3390/ijerph14030311
- Kuss, D. J. (2017). Policy, prevention, and regulation for Internet gaming disorder. *Journal of Behavioral Addictions*. 7: 553-55
- Lin, S., Fabris, M. A., Longobardi, C., Mastrokourou, S. (2024). The Association Between Social Media Addiction and Aggressive Behaviors: A Longitudinal and Gender-Specific Analysis. *J Adolesc*. 97(3):798-807. doi: 10.1002/jad.12454.
- Mert, T. Y. (2025). Çözüm Odaklı Yaklaşımın Hemşirelik Öğrencilerinin, İnternet, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Öz Yeterlilik Düzeylerine Etkisi. [Yayınlanmış doktora tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi.
- Obeid, S., Saade, S., ve Haddad, C. (2019). Internet addiction among lebanese adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 207(10):838-846.
- Okeffe, G. S., ve Clarke-Pearson, K. (2011). The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families. *Pediatrics* 127(4), 800–804.
- Orben, A., ve Przybylski, A. K. (2019). The Association Between Adolescent Well-Being And Digital Technology Use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173–182. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>
- Özdamar, K. (1997). Paket Programlar Yoluyla İstatistiksel Veri Analizi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Özdemir, S. T. (2025). Erişkin Bireylerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Arasında İlişkinin Değerlendirilmesi. [Yayınlanmış Tıpta Uzmanlık Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi.
- Prot, S., Anderson, C. A., Gentile, D. A., ve ark (2014). The Positive and Negative Effects of Video Game Play. *Children And Media*. A. Jordan, D. Romer (Eds) New York. Oxford University Pres, s.109-128.

- Randler, C., Wolfgang, L., Matt, K., Demirhan, E., Horzum, M. B., ve Beşoluk, Ş. (2016). Smartphone addiction proneness in relation to sleeps and morningness–eveningness in German adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 5, 465–473.
- Rustamov, E., Alijeva, M., Rustamova, N., Nuriyeva, U.Z ve Nahmatova, U. (2023). Aggression Mediates Relationships between Social Media Addiction and Adolescents' Wellbeing. *The open psychology journal*, 16. <http://dx.doi.org/10.2174/0118743501251575230925074655> DOI:
- Ryan, R. M. ve Deci. E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: a Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 1, 141-66.
- Ryff, C. D. (1989). Mutluluk Her Şeydir, Yoksa Değil Mi? Psikolojik İyi Oluşun Anlamı Üzerine Araştırmalar. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 57 (6), 1069.
- Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (HSGM). (2012). Okul Sağlığı Hizmetleri İş Birliği Protokolü. (Son erişim tarihi: 12.06.2025). https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/cocuk-ergen-sagligi-db/Programlar/Okul_Sagligi_Hizmetleri_Isbirligi_Protokolu.pdf
- Sağlık Bakanlığı. (2011). Hemşirelik Yönetmeliği. <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/04/20110419-5.htm> (Son Erişim Tarihi: 01.05.2025)
- Salari, N., Zarei, H., Hosseinian-Far, E., Rasulpaur, Ş., Şohaimi, Ş., ve Muhammedi, M. (2025). The global prevalence of social media addiction among university students: a systema review and meta-analysis. *J Public Health (Berl.)* 33, 223–236. <https://doi.org/10.1007/S10389-023-02012-1>
- Sanbay, İ. (2021). Çocuklarda İnternet Bağımlılığı ve Agresif Davranışlar Arasında İlişkinin İncelenmesi [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- 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. *Düşünen Adam*, (30), 202-216.

- Simsek, A., Elçiyar, K. ve Kızılhan, T. (2019). Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Çağdaş Eğitim Teknolojisi*, 10(2), 106-119.
- Sipahi, B., Yurtkoru, E. S. ve Çinko, M. (2008). Sosyal Bilimlere SPSS’le Veri Analizi, 2. Baskı. İstanbul: Beta, 89-100.
- Siyaz, D. M. ve Baran B. (2017). Determining reactive and proactive aggression and empathy levels of middle school students regarding their video game preferences. *Computer In Human, Behavior*. 72. P286-295.
- Springer, K. W., ve Hauser, R. M. (2006). An Assessment of the Construct Validity of Ryff’s Scales of Psychological Well-Being: Method, Mode, And Measurement Effects. *Social Science Research*, 35, 4, 1080-102.
- Sugimura, K., Hihara, S., Hatano, K., ve Crocetti, E. (2023). Adolescents’ Identity Development Predicts the Transition and the Adjustment to Tertiary Education or Work. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(11), 2344-2356.
- Şahin, A. (2024). İnternet Bağımlılığı Olan Lise Öğrencilerinde Transteorik Model Temelli Verilen Eğitimin Kontrolsüz İnternet Kullanım Üzerine Etkisi. [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- T.C. Resmi Gazete (sayı:27515). (Nisan 2011). Hemşirelik Yönetmeliği, T.C. Resmi Gazete. <https://www.hemed.org.tr/yasa-ve-yonetmelikler/hemsirelik-yonetmeliği> (Son erişim tarihi: 10.04.2025)
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2007). Using multivariate statistics. *Alyn and Bacon*. Seventh edition (sixtt) Pearson, Boston.
- Tian, L., Wang, D., ve Huebner, E. S. (2015). Development and validation of the brief adolescents’ subjective well-being in school scale (BASWBSS). *Social Indicators Research*, 120, 615-634. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-014-0603-0>
- Tokatlı, M., Özbükerci, İ., Günay, N. ve Akıncı, V. B. (2017). Kurumsal İtibarın Sosyal Medya Üzerinde Aktarımı: Sektör Liderlerinin Twitter Yönetimi Üzerine Bir Araştırma. Gümüşhane Üniversitesi. *İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 5(1).
- Toprak, A. ve Yıldırım, A. V. (2009). Toplumsal Paylaşım Ağı Facebook: Görülüyorum Öyleyse Varım. İstanbul: Kalkedon Yayınları.

- Torun, Z. B. (2016). Ortaokul Öğrencilerinde Saldırganlık ve Narsisizm Düzeyleri Arasındaki İlişki. [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Tutgun-Ünal, A. (2019). İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının İncelenmesi: Üsküdar Üniversitesi Örneği. *Kastomonu İletişim Araştırma Dergisi*, Sayı 2.
- Türen, Ş., ve Bağçeli Kahraman, P. (2025). The predictive relationships between children's digital game addiction tendencies and mothers' digital parenting awareness and digital literacy levels. *Educ Inf Technol* 30, 3115–3144. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-12932-4>
- Türk Dil Kurumu (TDK). (1932). Türk Dil Kurumu Sözcükleri. <https://sozluk.gov.tr/> (Son erişim tarihi: 10.03.2025)
- Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı. (2024, March). Okul hemşiresi, Türkiye Bağımlılıkla Mücadele. <https://www.yesilay.org.tr/tr/projeler-bagis/turkiyebagimlilikla-mucadele-egitim-program>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2024). Çocuklarda bilişim teknolojileri kullanım araştırması. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Cocuklarda-Bilisim-Teknolojileri-Kullanim-Arastirmasi-2024-53638> (Son Erişim tarihi: 19.06.2025)
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2023). Hanehalkı bilişim teknolojileri (bt) kullanım araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407) (Son erişim tarihi: 17.12.24).
- Twenge, J. M., ve Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., ve Martin, G. N. (2018). Increases In Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, And Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 And Links To Increased New Media Screen Time. *Journal Of Abnormal Psychology*, 127(2), 262–275. <https://doi.org/10.1037/abn0000410>

- Uzun, A. E., Hamurcu, H. ve Uzun, G. (2025). Ergenlerin, Okulda Öznel İyi Oluş ve Depresyon Anksiyete Stres Düzeylerinin Kariyer Uyum Yetenekleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 168-186.
- Ünsal Yüceer, Ü. (2025). Adölesanlarda Öz Güven, İyi Oluş, Empati ve Sempati Düzeyinin Akran Zorbalığı İle İlişkisinin İncelenmesi. [Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Üstündağ, A., Önlü, S. İ., ve Akdeniz, İ. N. (2025). Sosyal Medya Gizlilik Koruma Becerileri ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişki: Ergenler Üzerinde Bir Çalışma. *Dijital Çağda Öğrenme ve Öğretim Dergisi*, 10(1), 68-74. <https://doi.org/10.53850/joltida.146552>
- Üstündağ, M. T. (2020). *Sosyal medya bağımlılığı: Nedenleri ve sonuçları*. İstanbul: Pegem Akademi.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Health Promoting Schools: A Framework for Action*. World Health Organization. (Son erişim tarihi: 03.04.2025)
- World Health Organization (WHO). (2018). International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11). (Son erişim tarihi: 02.04.2025)
- Xing, J., Peng M., Deng Z., Chan K. L., Chang, Q. ve Ho, R. (2023). “The Prevalence of Bullying Victimization and Perpetration Among the School-Aged Population in Chinese Communities: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Trauma, Violence ve Abuse* 24, 5: 3445–3460.
- Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve Genç Erişkilerde Digital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*.27(2).128-37.
- Yang, Y., ve Green, S. B. (2011). Coefficient Alpha: A Reliability Coefficient For The 21st Century *Journal of Psychoeducational Assessment*. 29(4) 377-392.
- Yavuzer, Y. (2011). Okullarda Saldırganlık/Şiddet: Okul ve Öğretmenle İlgili Risk Oranları ve Önleme Algoritması. Millî Eğitim Bakanlığı.192, 43-61.
- Yee-Lam Li, M., Çau, C. L., ve Cheng, C. (2019). Development and Validation of a Parent-Based Program for Preventing Gaming Disorder: The Game Over Intervention. *Int J Environ Res Public Health*. 16(11):1984. <https://doi.org/10.3390/ijerph16111984>

- Yeşilay Türkiye Bağımlılıkla Mücade Eğitim Programı. (2014). <https://tbm.org.tr/> (Son Erişim Tarihi: 01.05.2025)
- Yeun, R. Y., ve Han, S. J. (2016). Effects of Psychosocial Interventions for School-aged Children's Internet Addiction, Self-control and Self-esteem: Meta-Analysis. *Healthc Inform Res.* 22(3):217-30. Doi:[10.4258/hir.2016.22.3.217](https://doi.org/10.4258/hir.2016.22.3.217)
- Yıldırım Demirdöğen, E., Akıncı, M. A., Bozkurt, A., Bayraktutan, B., Turan, B., Aydoğdu, S., Ucuz, İ., Abanoz, E., Yitik Tonkaz, G., Çakır, A. ve Ferahkaya, H. (2024). Sosyal medya bağımlılığı, kaçış ve baş etme stratejileri Türkiye'deki ergenlerin problemleri internet kullanımıyla ilişkilidir: çok merkezli bir çalışma. *Ön.Psikiyatri* 15:1355759. doi: <https://doi.org/10.3389/fpst.2024.1355759>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Yıldırım, G., ve Günay, O. (2020). Okul sağlığı hemşireliği ve Türkiye'deki uygulamalar. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 29(4), 511–518.
- Yu L ve Shek D. T. L. (2021) Positive Youth Development Attributes and Parenting as Protective Factors Against Adolescent Social Networking Addiction in Hong Kong. *Front. Pediatr.* 9:649232. doi: 10.3389/fped.2021.649232
- Zengin, F. (2024). Ergenlerde İnternet Oyun Oynama Bozukluğu, Sosyal Medya Bağımlılığı ile Olası Depresyon Düzeyi Arasındaki İlişki. [Yayınlanmış doktora tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Zhang, Y., Hou, Z., ve Wu, S. (2022). The relationship between internet addiction and aggressive behavior among adolescents during the COVID-19 pandemic: *Anxiety as a mediator. Acta Psychologica.* 227:1-7.
- Zink, J., Ebrahimian, S., Belcher, B. R., ve Leventhal, A. M. (2020). Reciprocal associations between depression and screen-based sedentary behaviors in adolescents differ by depressive symptom dimension and screen-type. *Journal of Affective Disorders*, 263. 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.130>

EKLER

Ek-1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Tanımlayıcı Formu

Sevgili öğrenciler,

Bu çalışma sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve mental iyi oluş durumlarını belirlemek amacıyla planlanmıştır. Bu araştırmanın sonuçları bilimsel bir araştırma için kullanılacaktır. Başka kurum ve kişilerle paylaşılmayacaktır. Tüm soruları okuyup doğru cevap vermeniz ve hiçbir seçeneği boş bırakmamanız gerekmektedir. İlginiz ve desteğiniz için çok teşekkür ederim.

İstanbul Kent Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi Hatice ÖZTÜRK

1. **Yaşınız:**
2. **Cinsiyetiniz :** () Kız () Erkek
3. **Sınıfınız:** () 5.Sınıf () 6.Sınıf () 7.Sınıf () 8.Sınıf
4. **Kardeş Sayısı:** () Tek Çocuk () 1 Kardeş () 2 Kardeş () 3 Kardeş ve üstü
5. **Annenin Eğitim Durumu:** () İlkokul () Lise () Lisans () Yüksek Lisans
6. **Babanın Eğitim Durumu:** () İlkokul () Lise () Lisans () Yüksek Lisans
7. **İnternette dolaşırken hangi teknolojik aletleri kullanmaktasınız?**
(Size Uygun Olanları İşaretleyiniz)
() Telefon () Bilgisayar/Tablet () Televizyon () Diğer
8. **Bilgisayar\Tableti nerelerde kullanıyorsunuz?**
() Okul () Kütüphane () Ev () İnternet Kafe () Diğer
9. **Sosyal ağları kullanma sebebiniz nedir?**
() Arkadaşlarla iletişim kurmak
() Sosyal çevre edinme
() Yeni arkadaşlıklar kurma
() Bilgi paylaşımı
() Oyun ve video ile vakit geçirmek
() Diğer belirtiniz
10. **İnternette günlük ne kadar zaman geçiriyorsunuz?**
() 30 dakika-1saat () 2 saat () 3-5 saat () 6-7 saat () 8 saat ve üzeri

Ek-2 Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Aşağıdaki sorular sizin sosyal medya bağımlılığınızı tanımlamak amacıyla hazırlanmıştır. Size uygun olan seçeneği işaretleyiniz hiçbir seçeneği boş bırakmayınız.

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için sürekli doğru ise **“Oldukça Sık”**, genelde doğru ise **“Sıkça”**, arada sırada katılıyorsanız **“Bazen”**, genelde doğru değilse çok az katılıyorsanız **“Nadir”**, çoğunlukla katılmıyorsanız **“Çok Nadir”** şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.

Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	(1) Çok Nadir	(2) Nadir	(3) Bazen	(4) Sıkça	(5) Oldukça Sık
1. Sosyal medyayı düşünerek <u>yada</u> 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 sorunları 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 ilerinizi çalışmalarınızı olumsuz etkiledi mi?	1	2	3	4	5

Ek-3 Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Aşağıdaki sorular siz ve çevrenizdeki kişilerle olan ilişkilerinizi, davranışlarınızı ve düşüncelerinizi tanımlamak amacıyla hazırlanmıştır. Size uygun olan seçeneği işaretleyiniz hiçbir seçeneği boş bırakmayınız.

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise **“Tamamen Katılıyorum”**, genelde doğru ise **Katılıyorum”**, emin değilseniz **“Biraz Katılıyorum”**, genelde doğru değilse **“Katılmıyorum”**, hiçbir zaman doğru değilse **“Kesinlikle Katılmıyorum”** şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.

<u>Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği</u>	(1) Hiç Katılmıyorum	(2) Katılmıyorum	(3) Biraz Katılıyorum	(4) Katılıyorum	(5) Tamamen Katılıyorum
1. Gelecekle ilgili iyimserim.	1	2	3	4	5
2. Kendimi işe yarar (faydalı) hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Kendimi rahatlatmış hissediyorum.	1	2	3	4	5
4. Diğer insanlara karşı ilgiliyim.	1	2	3	4	5
5. Farklı işlere zaman ayırabilecek enerjim var.	1	2	3	4	5
6. Sorunlarla iyi bir şekilde başa çıkabilirim.	1	2	3	4	5
7. Açık ve net bir biçimde düşünebiliyorum.	1	2	3	4	5
8. Kendimden memnunum.	1	2	3	4	5
9. Kendimi diğer insanlara yakın hissediyorum.	1	2	3	4	5
10. Kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
11. Kendi kararlarımı kendim verebiliyorum.	1	2	3	4	5
12. Sevildiğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5
13. Yeni şeylere karşı ilgiliyim.	1	2	3	4	5
14. Neşeli hissediyorum.	1	2	3	4	5

Ek-4 Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Aşağıdaki sorular sizin öfke ile ilgili düşüncelerinizi, davranışlarınızı sizi öfkeliendiren durumları tanımlamak için oluşturulmuştur. Size uygun olan seçeneği işaretleyiniz hiçbir seçeneği boş bırakmayınız.

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “**Tamamen Katılıyorum**”, genelde doğru ise **Katılıyorum**”, emin değilseniz “**Kararsızım**”, genelde doğru değilse “**Katılmıyorum**”, hiçbir zaman doğru değilse “**Kesinlikle Katılmıyorum**” şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler.					
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim.					
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “acaba benden ne istiyor” diye düşünürüm.					
4. Arkadaşlarımla görüşlerime katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim.					
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim.					
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam.					
7. Zaman zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez.					
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum.					
9. Sakin yapılı biriyimdir.					
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşıyorum.					
11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu.					
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim.					
13. Birisi bana sataşırsa kolaylıkla onu itip tartağlayabilirim.					
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim.					
15. Zaman zaman kıskançlık beni yiyip bitirir.					

16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olmayacağını düşünüyorum.					
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm.					
18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.					
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım.					
20. Zaman zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım.					
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim.					
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm.					
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum.					
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum.					
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum.					
26. Arkadaşlarımın arkamdan konuştuklarını biliyorum.					
27. Arkadaşlarım münakaşacı/tartışmayı seven biri olduğumu söylerler.					
28. Bazen olmadık şeylere ortada mantıklı bir neden yokken aniden sinirlenir, tepki veririm.					
29. Çoğu insana kıyasla daha sık kavgaya karıştığımı söyleyebilirim.					

Ek 5: İl MEB Veli Onam Formu

VELİ ONAM FORMU

Sayın Veli,

İstanbul Kent Üniversitesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Yüksek Lisans Bölümü öğrencisiyim. Bu araştırma Ortaokul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve mental iyi oluş durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılacaktır.

Araştırma Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin izini ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma ders saatlerini etkileyecek şekilde anket sorularından oluşmaktadır.Çocuğunuzun araştırmaya katılımı gönüllülük esastır. Çocuğunuz araştırmaya katılıp, katılmamakta özgürdür. Araştırma herhangi bir risk oluşturmamaktadır. Çocuğunuz istediği zaman araştırmadan ayrılabilceğini bilmektesiniz. Bu araştırma için herhangi maddi bir yaptırım yoktur. Araştırmadan ayrılma veya katılmama durumlarında öğrencilerin akademik başarı, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilenmeyecektir. Araştırmada çocukların isim- soyisimleri, kimlik bilgileri kullanılmayacaktır. Araştırmada belirtilen süre içerisinde çocuğunuzun anket sorularına verdiği cevaplar ile oluşturulacaktır. Araştırmaya onay vermeden önce araştırma ile ilgili sormak istediğiniz sorular için bizimle iletişime geçebilirsiniz. Çalışma bittikten sonrada bizlerle iletişim kurarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi alabilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı : Hatice Öztürk

Velisi olduğumsınıfı..... isimli öğrencinin hiçbir baskı, zorlama olmaksızın araştırmaya katılmasına izin veriyorum.

Veli İsim-soyisim ;

Tarih .../.../.....

Veli İmza ;

Ek 6: İl MEB Öğrenci ve Veli Ayrıntılı Bilgilendirme Formu

AYRINTILI BİLGİLENDİRME VE GONULLU KATILIM FORMU

Araştırmanın Adı: *'Ortaokul Çocuklarında Sosyal Medya Bağımlılığı, Saldırganlık ve Mental İyi Oluş Durumlarının Belirlenmesi'*

Sayın Katılımcı,

Yukarıda adı yazılı olan araştırmaya katılmak üzere davet edilmiş bulunmaktasınız. Bu Araştırma İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği Yüksek Lisans bölümü öğrencisi tarafından yürütülmektedir.

Bu çalışmanın katılımcıları gönüllü olarak oluşturulmuştur. Araştırmaya katılım sağlamadan önce, araştırmanın nasıl ve neden yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Çalışmaya katılmama veya çalışmaya katıldıktan sonra istediğiniz anda çalışmadan ayrılma hakkına sahipsiniz. Bu araştırma ile ortaokul çocuklarında sosyal medya bağımlılığı, saldırganlık ve mental iyi oluş durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma ortaokul öğrencilerinde kontrollü olarak sosyal medya kullanımlarının değerlendirilerek, saldırganlık üzerindeki etkilerinin azaltılması hedeflenmiştir. Araştırmanın yapılabilmesi için, *İstanbul Kent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan* izin alınmıştır. Araştırma sizin dışınızda, 5,6,7 ve 8. Sınıf öğrencilerinden oluşan, 287 gönüllü katılımcı ile sağlanacaktır. Sizden araştırma için oluşturulan ölçek sorularını eksiksiz ve doğru şekilde cevaplamanız istenecektir. Anket sorularını cevaplamanız 15-20 dakikanızı alacaktır. Anket sorularının size ve yakın çevrenize zararı olmayacaktır. Çalışmaya katılmakla herhangi bir maddi sorumluluğunuz bulunmamaktadır. Çalışma için size herhangi bir ödeme yapılmayacaktır. Çalışmaya katılıp katılmamakta tamamen gönüllük esas alınacaktır. Araştırma ile ilgili gerek duyduğunuz tüm bilgileri istemeye, doğru, açık sade bilgi alma hakkına sahipsiniz. Araştırmaya katılmayı istemezseniz size verilen hizmet olumlu veya olumsuz olarak etkilenmeyecektir. Gerekli gördüğünüz takdirde istediğiniz zaman araştırmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Araştırma süresince ve sonrasında kimlik bilgileriniz, araştırma dışındaki kişiler ve kurumlar ile izniniz dışında paylaşılmayacaktır. Tüm kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Elde edilen bilgiler bilimsel amaçlarla kullanılabilir gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulabilir ve yayımlanabilir.

Araştırma için daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız;

Araştırmacı : Hemşire Hatice Oztürk

Katılımcı,

Sayın “Hemşire Hatice Oztürk”, tarafından İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Hemşirelik Bölümü Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı’nda bir araştırma yapılacağı belirtilerek bu araştırma ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bu bilgilerden sonra böyle bir araştırmaya "katılımcı" olarak davet edildim.

Yukarıda yer alan araştırmada önce gönüllülük esasına dayanarak, tarafıma verilmesi gereken bilgileri kendi anadilimde okudum veya bana okunmasını sağladım. Verilen bilgilerin içeriği ve anlamı, yazılı ve sözlü olarak tarafıma açıklandı. Aklıma gelen tüm soruları sorma olanağı tanındı ve sorularıma yeterli cevaplar aldım. Araştırmaya katılma zorunluluğum bulunmamaktadır, katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranış ile karşılaşmadım. Tarafıma yapılan tüm açıklamaları ayrıntılı olarak anlamış bulunmaktayım. Bu koşullarla, söz konusu araştırmaya hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın gönüllü ‘katılımcı’ olarak katılmayı kabul ediyorum. İmzalamış olduğum bu metnin bir kopyası tarafıma verilmiştir.

Ek 6.1: İl MEB Gönüllü Katılım Formu

GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Yukarıda gönüllüye araştırmadan önce verilmesi gereken bilgileri gösteren metni okudum. Bunlar hakkında bana yazılı ve sözlü açıklamalar yapıldı. Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi rızamla/ kendi çocuğumun hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmasını kabul ediyorum.

Katılımcı (kendi el yazısıyla):

Adı-Soyadı:

İmza:

(Varsa) Velayet veya Vesayet altında bulunanlar için:

Veli veya Vasisinin (kendi el yazısı ile)

Adı-Soyadı:

İmza:

Açıklamaları yapan araştırmacının:

Adı-Soyadı: Hatice OZTURK

İmzası:

Rıza alma işlemine tanıklık eden kuruluş görevlisi:

Adı-Soyadı:

Görevi:

İmza:

Ek 7: Etik Kurul ve İl MEB İzni

Ek 7.1: Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 24.10.2024- E-10420511-051-38344



T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu



Sayı : E-10420511-051-38344
Konu : Etik Kurul Onayı

24.10.2024

DAĞITIM YERLERİNE

Yürütücülüğünü yapacağınız "Ortaokul Çocuklarında Sosyal Medya Bağımlılığı, Saldırganlık ve Mental İyi Oluş Durumlarının Belirlenmesi" konulu çalışmanız ile ilgili başvurunuz Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 22.10.2024 tarihli, 2024-07 sayılı toplantısında görüşülerek ekteki şekliyle uygun olduğuna karar verildi.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul BİREN
Başkan

Ek: Raportör Değerlendirme Formu

Dağıtım:

Gereği:

Sayın Hatice ÖZTÜRK

Bilgi:

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne

Bu belge, güvenli elektronik imza ile onaylanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : 1G8E-818R-8MLT Belge Doğrulama Adresi : <https://ebys.kent.edu.tr/sorgu/sorgula.aspx>

Adres: Çiğdem Mahallesi Sarıyer Caddesi No:71 Beyoğlu İstanbul
Telefon No : 2126101010 Fax No : 2122445368
e-Posta : saglikbilimleri.ayek@kent.edu.tr İnternet Adresi : <https://www.kent.edu.tr>
Kep Adresi : istanbulkentuniversitesi@hs03.kcp.tr

Bilgi için :Bahar TURGUT
Fakülte Sekreteri
Dahili No:371



Ek 7.2: İl MEB Etik Kurul İzni



Mareşal Fevzi Çakmak Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2024.004781

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 740877

T.C. Kimlik No: 26011043782

Adı Soyadı: HATİCE ÖZTÜRK

Araştırmacının Adı: ORTAOKUL ÇOCUKLARINDA SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, SALDIRGANLIK VE MENTAL İYİ OLUŞ DURUMLARININ BELİRLENİ

Araştırmacının Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmacının Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Mareşal Fevzi Çakmak Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: Ortaokul

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Ortaokul Çocuklarında Sosyal Medya Bağımlılığı, Saldırganlık ve Mental İyi oluş Durumları

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 12.11.2024

Araştırmacının Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 12.11.2025

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmelidir. Aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için '<https://arastirmaizinleri.meb.gov.tr/belge-dogrula>' bağlantısını kullanınız.

- Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Modülü -

ÖZ GEÇMİŞ

Hatice ÖZTÜRK, 2010-2014 yıllarında Çakmaklı Cumhuriyet Anadolu Lisesi'nde eğitim aldı. 2014-2019 yılları arasında Bezmiâlem Vakıf Üniversitesi Hemşirelik bölümünde lisans eğitimini tamamladı. 2023 yılında İstanbul Kent Üniversitesi'nde Halk Sağlığı Hemşireliği Tezli Yüksek Lisans programına başladı.

Lisans mezunu olduktan sonra 2019-2020 yılları arasında Bezmiâlem Vakıf Üniversitesi Hastanesi'nde hemşire olarak göreve başladı. 2020 yılında Mehmet Akif Ersoy Kalp ve Damar Hastanesi'nde hemşire olarak görevine devam etti. 2020 yılında Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi'nde çalışmaya devam etti. Görev aldığı süre zarfında çeşitli, eğitim, kongre, sempozyum ve kurs programlarına katıldı. 2021 yılından itibaren halen Başakşehir Çam ve Sakura Şehir Hastanesi'nde, Enfeksiyon Kontrol Hemşiresi olarak görevine devam etmektedir.