

T.C.
BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLER, DÜRTÜSELLİK VE
KİŞİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SÜHEYLA VERİM AZYOKSUL

BOLU, HAZİRAN- 2023

T.C.
BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
GENEL PSİKOLOJİ BİLİM DALI



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA
BAĞIMLILIĞI, YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLER, DÜRTÜSELLİK VE
KİŞİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SÜHEYLA VERİM AZYOKSUL

TEZ DANIŞMANI
Doç. Dr. Hatice Kafadar

BOLU, HAZİRAN - 2023

KABUL VE ONAY SAYFASI

Süheyla VERİM AZYOKSUL tarafından hazırlanan “ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLER, DÜRTÜSELLİK VE KİŞİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ” adlı tez çalışması jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Genel Psikoloji Bilim Dalı’nda Yüksek Lisans Tezi olarak oy birliği ile kabul edilmiştir. 5/06/2023

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman
Doç. Dr. Hatice KAFADAR
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

.....

Üye
Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN
Ankara Üniversitesi

.....

Üye
Dr. Öğr. Üyesi Ceren HİDİROĞLU ONGUN
Dokuz Eylül Üniversitesi

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

Prof. Dr. İbrahim KÜRTÜL
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

ETİK BEYAN

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Teze ilişkin 29.06.2023 tarihinde Turnitin adlı intihal tespit programından enstitü müdürlüğünce belirlenen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan benzerlik raporuna göre, tezin benzerlik oranı %17 olarak tespit edilmiştir.

Bu çalışma için Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 2021/382 sayısı ile etik izin alınmıştır.

.....

SÜHEYLA VERİM AZYOKSUL

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLER, DÜRTÜSELLİK VE KİŞİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SÜHEYLA VERİM AZYOKSUL

BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

GENEL PSİKOLOJİ BİLİM DALI

(TEZ DANIŞMANI: DOÇ. DR. HATİCE KAFADAR)

BOLU, HAZİRAN – 2023

XI + 119 SAYFA

Bu çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile yürütücü işlevler, kişilik ve dürtüsellik arasındaki ilişkinin nöropsikolojik testler kullanılarak belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın örneklemini Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi öğrencilerinden 53 kadın, 27 erkek öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada katılımcıların sosyal medya bağımlılığını ölçmek için Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ) kullanılmıştır. Yürütücü işlevler; Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST), Stroop Testi TBAG Formu, Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi (HSD), Iowa Kumar Testi (IKT), Wechsler Yetişkinler Zekâ Testi-IV Mantık Yürütme Kareleri Testi (Matrix Reasoning), dürtüsellik; Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF), kişilik; Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu (EKA-KF), mental iyi hissetme; Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu (WEMİÖÖ), depresyon; Burns Depresyon Ölçeği (BDÖ), anksiyete; Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) ile ölçülmüştür.

Araştırmanın verilerine tek yönlü varyans analizi, Tukey testi, aracılık analizi ve yapısal eşitlik modeli (YEM) analizleri uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre yürütücü işlevlerin farklılaştığını ortaya koymuştur. Sosyal medya bağımlılığı yüksek olan katılımcıların kurulumu değiştirme, seçici dikkat, çalışma belleği, muhakeme ve karar verme performanslarının sosyal medya bağımlılığı düşük olan katılımcılara göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre kişiliğin nörotisizm ve yalan alt boyutunun, dürtüsellik plan yapamama ve motor dürtüsellik alt boyutlarının, depresyon, anksiyete ve mental iyi oluşun puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Aracılık analizi ve yapısal eşitlik modelinden (YEM) elde edilen bulgulara göre ise yürütücü işlev performansının, sosyal medya bağımlılığına akıcı zekânın aracılığıyla etki ettiği bulunmuştur. Ayrıca sosyal medya bağımlılığının BIS-11-KF gizil değişkeni tarafından anlamlı olarak yordandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular alan yazın çerçevesinde tartışılmış ve gelecekteki araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

ANAHTAR KELİMELER: Sosyal Medya Bağımlılığı, Davranışsal Bağımlılık, Yürütücü İşlevler, Kişilik, Dürtüsellik, Yapısal Eşitlik Modeli (YEM)

ABSTRACT

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA ADDICTION, EXECUTIVE FUNCTIONS, IMPULSIVITY, AND PERSONALITY IN UNIVERSITY

MSC THESIS

SÜHEYLA VERİM AZYOKSUL

BOLU ABANT İZZET BAYSAL UNIVERSITY

INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY

GENERAL PSYCHOLOGY SCIENCE

(SUPERVISOR: Assoc. Prof. Dr. Hatice KAFADAR)

BOLU, JUNE- 2023

XI + 119 PAGES

The aim of this study is to determine the relationship between social media addiction and executive functions, personality, and impulsivity using neuropsychological tests. The study sample consisted of 53 female and 27 male students from Bolu Abant İzzet Baysal University. The Social Media Addiction Scale (SMAS) was used to measure participants' social media addiction. Executive functions were measured by the Wisconsin Card Sorting Test (WCST), Stroop Test TBAG Form, Wechsler Memory Scale-III Letter-Number Sequencing Subtest (HSD), Iowa Gambling Task (IGT), Wechsler Adult Intelligence Scale-IV Matrix Reasoning Test, impulsivity by the Barratt Impulsiveness Scale Short Form (BIS-11-KF), personality by the Eysenck Personality Questionnaire Short Form (EPQ-KF), mental well-being by the Short Form of the Well-being Measure Scale (WEMIOÖ), depression by the Burns Depression Scale (BDS), and anxiety by the Beck Anxiety Inventory (BAI).

One-way ANOVA, Tukey test, mediation analysis and structural equation modeling (SEM) were applied to the research data. The results showed that executive functions differed according to the level of social media addiction. Participants with high social media addiction had lower performance in set-shifting, selective attention, working memory, reasoning, and decision-making than those with low social media addiction. Statistically significant differences were found between social media addiction levels and neuroticism and lie sub-dimensions of personality, inability to plan and motor impulsivity sub-dimensions of impulsivity, and scores of depression, anxiety, and mental well-being. According to the findings of the mediation analysis and SEM, the performance of executive functions was found to be influenced by fluid intelligence through social media addiction. It was also found that social media addiction was significantly predicted by the BIS-11-KF latent variable. The results were discussed within the framework of the literature, and recommendations were made for future research.

KEYWORDS: Social Media Addiction, Behavioral Addiction, Executive Functions, Personality, Impulsivity, Structural Equation Modeling (SEM)

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
KABUL VE ONAY SAYFASI	iii
ETİK BEYAN.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ŞEKİL LİSTESİ.....	ix
TABLO LİSTESİ	x
TEŞEKKÜR	xi
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	4
1. GENEL BİLGİLER.....	4
1.1 Bağımlılık	4
1.2 Davranışsal Bağımlılık	6
1.3 İnternet Bağımlılığı.....	8
1.4 Sosyal Medya Bağımlılığı	10
1.5 Sosyal Medya Kullanım Amaçları.....	13
1.6 Bağımlılığın Nörobiyolojisi ve Nörogörüntüleme Çalışmaları	14
1.7 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yürütücü İşlevler	18
1.7.1 Yürütücü İşlevlerin Bileşenleri.....	18
1.8 Sosyal Medya Bağımlılığının WCST İle İlişkisi.....	20
1.9 Sosyal Medya Bağımlılığının Çalışma Belleği İle İlişkisi	21
1.10 Sosyal Medya Bağımlılığının İKT İle İlişkisi	23
1.11 Sosyal Medya Bağımlılığının Mantık Yürütme Kareleri İle İlişkisi	24
1.12 Sosyal Medya Bağımlılığının Stroop Testi İle İlişkisi	26
1.13 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Kişilik.....	28
1.14 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Dürtüsellik	30
1.15 Sosyal Medya Bağımlılığında Anksiyete ve Depresyon	32
1.16 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Mental İyi Oluş	33
İKİNCİ BÖLÜM.....	36
2. YÖNTEM.....	36
2.1 Araştırmanın Örneklemi	36
2.2 Veri Toplama Araçları.....	38
2.2.1 Demografik Bilgi Formu	38
2.2.2 Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST).....	39
2.2.3 Stroop Testi TBAG Formu	40
2.2.4 Iowa Kumar Testi (IKT).....	41
2.2.5 Wechsler Yetişkinler Zekâ Testi - IV Mantık Yürütme Kareleri Alt Testi	42
2.2.6 Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi (HSD).....	43

2.2.7 Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ).....	44
2.2.8 Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF).....	45
2.2.9 Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu (EKA-KF).....	45
2.2.10 Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu (WEMİÖÖ-KF).....	46
2.2.11 Burns Depresyon Ölçeği (BDÖ).....	46
2.2.12 Beck Anksiyete Envanteri (BAE)	47
2.3 İşlem	47
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	49
3. BULGULAR.....	49
3.1 Verilerin Analiz Planı	49
3.2 Betimsel İstatistik Değerleri	51
3.3 Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	53
3.4 Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	65
3.5 Korelasyon Analizi Sonuçları.....	69
3.6 Aracılık Analizine İlişkin Sonuçlar	74
3.7 Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Açıklamalar	83
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	87
4. TARTIŞMA	87
4.1 Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Yürütücü İşlevler.....	87
4.1.1 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analizine Ait Bulguların Değerlendirilmesi.....	87
4.1.2 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre BIS-11-KF, EKA-KF, WEMİÖÖ-KF, BAÖ ve BDÖ'ye Ait Tek Yönlü Varyans Analizine Dair Bulguların Değerlendirilmesi.....	94
4.1.3 Sosyal Medya Bağımlılığı, Yürütücü İşlevler ve Akıcı Zekânın Aracı Rolünün Değerlendirilmesi.....	98
4.1.4 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli.....	100
4.1.5 Araştırmada Ele Alınan Tüm Değişkenlere Yönelik YEM Sonuçlarının Değerlendirilmesi	101
BEŞİNCİ BÖLÜM	102
5. SONUÇ.....	102
5.1 Klinik Doğurgular.....	103
5.2 Araştırmanın Sınırlılıkları.....	104
KAYNAKLAR	106
EKLER.....	115

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa

Şekil 3.1. Kurulumu Değiştirme ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model.....	75
Şekil 3.2. Kurulumu Değiştirmenin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü.....	76
Şekil 3.3. İnhibisyon ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model....	77
Şekil 3.4. İnhibisyonun Sosyal Medya Bağımlılığı üzerindeki etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü.....	78
Şekil 3.5. Karar Verme Ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model.	79
Şekil 3.6. Karar Vermenin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü.....	80
Şekil 3.7. Çalışma Belleği ve Sosyal Medya Bağımlılığına ilişkin Yapısal Model	81
Şekil 3.8. Çalışma Belleğinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü	82
Şekil 3.9. Sosyal Medya Bağımlılığında Yürütücü İşlevleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli	83
Şekil 3.10. Sosyal Medya Bağımlılığında Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli.....	84
Şekil 3.11. Sosyal Medya Bağımlılığında Yürütücü İşlevleri ve Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli	85

TABLO LİSTESİ

Sayfa

Tablo 1.1	DSM-IV Bağımlılık Tanı Kriterleri	5
Tablo 1.2	Davranışsal Bağımlılıklar için Tanı Kriterleri	7
Tablo 2.1	Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	36
Tablo 2.2	Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Dağılımları ..	36
Tablo 2.3	Katılımcıların Günlük Cep Telefonu ve Sosyal Medya Kullanım Süreleri	37
Tablo 2.4	Katılımcıların Sosyal Medya Uygulama Sayıları	37
Tablo 2.5	Katılımcıların Geçmişe Yönelik Sosyal Medya Kullanım Zamanları	38
Tablo 2.6	IKT Puanlama	41
Tablo 3.1	Ölçme araçlarına ilişkin Puan Türleri ve Kısaltmalar.....	49
Tablo 3.2	Araştırmada Kullanılan Nöropsikolojik Testler ve Ölçeklere Ait Betimsel İstatistik Değerleri.....	51
Tablo 3.3	Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	53
Tablo 3.4	Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları.....	65
Tablo 3.5	Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeğinin 4 Alt Boyutlu Puanlaması ile Nöropsikolojik Testlerin Korelasyonu	70
Tablo 3.6	Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeğinin 4 Alt Boyutlu Puanlaması ile Ölçeklerin Korelasyonu.....	72

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın her aşamasında bana yol gösteren ve sağlıklı bir şekilde ilerlememi mümkün kılan, bilgilerini ve deneyimlerini sabır ve titizlikle aktaran sevgili hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Hatice KAFADAR'a, anlayışı ve sabrı için sonsuz teşekkür ederim.

Tez süreci boyunca tezimi destekleyen YEŞİLAY'a katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Bu süreçte beni yalnız bırakmayan, her zaman motive eden, neşe kaynağım, yol arkadaşım Burak AZYOKSUL'a çok teşekkür ederim.

Tüm hayatım boyunca maddi manevi destekçim olan, bana her daim güven veren canım anneme ve babama, biricik kardeşlerime çok teşekkür ederim.

Üzüntümde sevincimde yanımda olan, her anımı paylaştığım ve bu süreçte manevi desteklerini esirgemeyen çok değerli dostlarım Cansu APAYDIN, Tayfun ÖZTÜRK, Gülçin GÜRDOĞAN ÖZTÜRK ve Aysun KÖKTÜRK BAYRAM'a teşekkür ederim.

Araştırmanın veri toplama aşamasında katkılarından dolayı tüm öğrencilere teşekkürlerimi sunarım.

GİRİŞ

Dünyada sosyal medyayı her yaş grubundan insan kullanmakta ve bu kullanım son yıllarda önemli bir artış göstermektedir. 2022 yılı internet ve sosyal medya kullanım raporları dünya genelinde 4.95 milyar, Türkiye’ de 69.95 milyon kişinin internet kullandığını ve dünya genelinde 4.62 milyar, Türkiye’de 68.9 milyon kişinin aktif olarak sosyal medya kullanıcısı olduğunu göstermiştir (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2022; We Are Social, 2022).

Sosyal medya, hızlı iletişim imkânı, konfor ve kolaylık gibi yenilikleri hayatımıza katmıştır. Ancak kontrolsüz, uzun süreli kullanımı, beraberinde problemli kullanımı da getirmektedir (Kuss ve Griffiths, 2017). Bu artış ve kontrolsüzlüğün, sosyal medya bağımlılığına neden olabileceği düşünülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı, diğer madde bağımlılıkları kadar riskli olup, sosyal problemlere yol açabilmekte ve gelecekte daha fazla çalışılması gereken bir tanı kategorisi haline geleceği öngörülmektedir (Odabaşıoğlu, Öztürk, Genç ve Pektaş, 2007). Günümüzde yapılan araştırmalar, sosyal medya kullanımında özellikle gençler arasında önemli bir artış olduğunu göstermektedir. Bu artışla birlikte, internet ve sosyal medyanın kötüye kullanımı konusu hem psikolojik hem de davranışsal sonuçlarıyla gençler arasında önemli bir endişe kaynağı haline gelmiştir (Seabrook, Kern ve Rickard, 2016). Bu durum da insanların kontrolsüz internet ve sosyal medya kullanımının toplumsal bir sorun haline gelme ihtimalini ortaya çıkarmaktadır. Hızla artan kontrolsüz kullanımın insanların gün içerisinde plan yapamama, dikkat, karar verme ve problem çözme kapasitesi gibi bazı bilişsel süreçleri etkilediği düşünülmektedir (Kuss ve Griffiths, 2012). Literatürde yürütücü işlevler ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların çok az olduğu görülmektedir. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığı olan kişilerde yürütücü işlevlerin etkisi belirlenerek, günlük yaşamdaki problemlerin azaltılması ve yaşam kalitesinin artırılması açısından önemli bir adım atılabileceği düşünülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığının kişilerin duygu durum, dürtüsellik ve kişilik gibi faktörlerden etkilendiğini gösteren çalışmalar literatürde mevcuttur. Levin ve Stokes (1986) tarafından ortaya konulduğu üzere, kişilik özellikleri insanların sosyal ihtiyaçları ve ilişki kurma arzuları tarafından şekillenerek sosyal medya ve internet kullanımlarını etkiler. Shapira ve diğer araştırmacıların 2000 yılında yaptığı bir çalışmada, interneti patolojik olarak kullanan insanlar üzerinde yapılan

bir incelemede, klinik ortamda uygulanan bir kişilik testinin değerlendirmesi sonucunda, katılımcıların tamamında "Başka Türü Adlandırılmayan Dürtü Kontrol Bozukluğu" teşhis edilmiştir.

Anksiyete, depresyon ve sosyal medya ile ilgili yapılan çalışmalar ise sosyal medya kullanıcılarının yüksek düzeyde depresyon ve çeşitli sosyal kaygılar yaşadıklarını göstermektedir (Seabrook, Kern ve Rickard, 2016). Sosyal medya kullanım düzeyi ve iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda ise çok fazla sosyal medya kullananların stres düzeylerinin yüksek olduğu, kendilerini yalnız hissettikleri, akademik başarı, sosyal ve ruhsal sağlık açısından kendilerini iyi hissetmedikleri bulunmuştur (Kawabe, Horiuchi, Ochi, Oka ve Uneo, 2016; O'Sullivan ve Hussain, 2017; Oluwale, Obadeji ve Dada, 2021).

Bu çalışmada amaç sosyal medya bağımlılığı olmayan, sosyal medya bağımlılığı düşük, orta ve yüksek olan katılımcıları muhakeme, dikkat, inhibisyon, zihinsel esneklik, karar verme, akıcı zekâ, çalışma belleği, kişilik, dürtüsellik, anksiyete ve depresyon ile mental iyi oluş açısından karşılaştırmaktır. Özetle mevcut araştırmada katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre yürütücü işlev performanslarının, kişilik özelliklerinin, dürtüsellik, anksiyete, depresyon ve mental iyi oluş düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesine çalışılmıştır.

İncelenen literatürde sosyal medya bağımlılık düzeyinin kişilik, dürtüsellik, anksiyete, depresyon, mental iyi oluş ve yürütücü işlev fonksiyonları üzerindeki etkisini araştıran, bütün bu değişkenleri bir arada ele alan bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu doğrultuda mevcut çalışmanın literatüre katkı sağlayacak özgün bir çalışma olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma kapsamında aşağıdaki sorular yanıtlanmaya çalışılmıştır:

1. Sosyal medya bağımlılık düzeyleri farklılık gösteren katılımcıların yürütücü işlev performanslarını ölçen WCST, Stroop Testi TBAG Formu, HSD, Mantık Yürütme Kareleri Testi ve IKT skorları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
2. Sosyal medya bağımlılık düzeyleri farklılık gösteren katılımcıların dürtüsellik, kişilik, anksiyete, depresyon ve mental iyi oluş puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
3. Kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde akıcı zekânın aracı rolü var mıdır?

4. İnhibisyonun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde akıcı zekânın aracı rolü var mıdır?
5. Karar vermenin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde akıcı zekânın aracı rolü var mıdır?
6. Çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde akıcı zekânın aracı rolü var mıdır?
7. Sosyal medya bağımlılığı ve yürütücü işlevler arasındaki ilişki; bir yapısal eşitlik modellemesi ile açıklanabilir mi?
8. Sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik, kişilik, anksiyete, depresyon ve mental iyi oluş arasındaki ilişki; bir yapısal eşitlik modellemesi ile açıklanabilir mi?
9. Sosyal medya bağımlılığı, yürütücü işlevler, dürtüsellik, kişilik, anksiyete, depresyon ve mental iyi oluş arasındaki ilişkinin tümü; bir yapısal eşitlik modellemesi ile açıklanabilir mi?

BİRİNCİ BÖLÜM

1.GENEL BİLGİLER

1.1 Bağımlılık

Angres ve Bettinardi-Angres'in (2008) ifadesine göre, bağımlılık; olumsuz sonuçlara rağmen artan miktarlarda kullanılan ve tekrarlanan maddelerin veya davranışların neden olduğu bir bozukluktur. Bu tür maddeler veya davranışlar, ruh halini değiştirebilir ve bir kişinin yaşam kalitesini ve fonksiyonel becerilerini etkileyebilir. Bağımlılık, fiziksel ve psikolojik semptomlarla birlikte kendini gösterebilir ve uzun vadede ciddi sağlık sorunlarına neden olabilir. Bir başka tanıma göre ise bağımlılık; kişinin kullandığı bir madde, alkol, herhangi bir nesne ya da bir davranış üzerinde kontrolünü kaybetmesi durumudur (Ögel, 2018; Yeşilay Yayınları, 2018). Türkiye Bağımlılıkla Mücadele (TBM) Eğitim Programı bağımlılığı şöyle tanımlar: Kişinin kullandığı bir nesnenin kullanım sıklığı azaldığında/kesildiğinde veya davranış sıklığı azaldığında/kesildiğinde huzursuzluk, uykusuzluk, öfke gibi yoksunluk belirtileri yaşamasıdır (TBM, 2015). Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders/ DSM-V, 2013) belirtilen tanıma göre, kontrolsüzce kullanılan herhangi bir madde veya gerçekleştirilen herhangi bir davranış bağımlılık oluşturma riski taşır. Bu bağlamda, bireyler hayatta birçok farklı şeye karşı bağımlılık geliştirebilirler. Madde bağımlılığı, alkol bağımlılığı, sigara bağımlılığı, kumar bağımlılığı, teknoloji bağımlılığı, herhangi bir eşya veya davranışa bağımlılık gibi farklı türde bağımlılık örnekleri bulunmaktadır (Ögel, 2018; Yeşilay Yayınları, 2018).

Bağımlılık terimi ile ilgili literatürde birçok tanımlama yapılmaktadır. Fakat bu tanımlamalarda bazı zorluklar ile karşılaşmaktadır. Bunun sebebi kimi zaman sağlıklı bir alışkanlık bağımlılık olarak görülebilirken bazı bağımlılıkların ise zararsız bir alışkanlık olarak görülmesidir (Dinç, 2017). Bu durum, bağımlılığın ne zaman ve hangi koşullarda olumsuz sonuçlar doğurabileceği konusunda farklı düşüncelerin oluşmasına neden olabilmektedir. Herhangi bir davranış bağımlılığına yol açabilir. Ancak bir bağımlılığın oluşabilmesi için davranışın tanı ölçütlerini karşılaması veya bağımlılık tanımında belirtilen şekilde olması gerekir (Goodman, 1993). Bu sebeple bağımlılığı incelemek için belirli tanımlara ve sınıflamalara ihtiyaç vardır. Bu bağlamda güncel sınıflamalara baktığımızda Amerikan Psikiyatri

Birliği tarafından hazırlanan DSM- IV'te bağımlılık tanısı koymak için belirli kriterler verilmiştir. Kişi bu kriterlerden üçünü taşıyorsa bağımlılık tanısı konulabilir.

Tablo 1.1 DSM- IV Bağımlılık Tanı Kriterleri

Tolerans gelişmesi	Bir uyuşturucunun veya maddenin sürekli olarak aynı miktarda kullanılmasının kişi üzerindeki etkilerinin azalmasına “tolerans” denir.
Yoksunluk belirtileri	Bağımlılık yapan bir maddeyi bir süre kullandıktan sonra azaltma veya bırakma aşamasında yoksunluk belirtileri adı verilen baş ağrısı, bulantı, terleme, öfke, kaygı gibi birtakım belirtilere neden olmasıdır.
Yineleyici çabalar	Kişinin kullandığı madde üzerinde kontrolünü kaybetmesi ve bırakma aşamasında başarısız yineleyici çabalar.
Maddeyi elde etmek, kullanmak ya da bırakmak için oldukça fazla zaman harcama	Bağımlı, zamanının çoğunu yaşamının tek amacı olan o maddeyi bulmakla geçirir. Sonuç olarak da bu durum hayatının büyük bir bölümünü işgal eder.
Sosyal, mesleki ve kişisel faaliyetlerin madde kullanımı sebebiyle kısıtlanması veya bitmesi	Kişinin kullanılan maddenin etkisi ve kullanma süresi sebebiyle faaliyetlerini sınırlandırma veya tamamen durdurmasıdır.
Maddeyi amaçlanandan daha uzun süre ve daha fazla miktarlarda almak	Kişinin kullandığı madde üzerindeki denetimi bitmiştir ve artık denetim mekanizması kullandığı madde olmuştur.
Fiziksel ve ruhsal problemlerin ortaya çıkması ya da artmasına rağmen madde kullanımına devam etmek	Kişi fiziksel ve ruhsal sorunların ortaya çıktığını ya da arttığını fark etmesine rağmen madde kullanımını sürdürür.

1.2 Davranışsal Bağımlılık

Bağımlılık kavramının yalnızca madde temelli olmadığı, davranışlar üzerinden de gerçekleşebileceği son yıllarda giderek artan bir şekilde vurgulanmaktadır. Özellikle teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte, internet, sosyal medya gibi araçların da bağımlılık yaratabileceği belirtilmektedir. Ancak bağımlılık kavramının sınırları belirli olmadığı için bazı durumlarda sağlıklı bir alışkanlık ile bağımlılık arasındaki ayrımın yapılması zor olabilmektedir (Griffiths, 1996). Bu nedenle bağımlılık konusunun farkındalığının artırılması ve doğru tanımlamaların yapılması önemlidir. Bu sayede bağımlılıkla mücadele edilmesi ve insanların yaşam kalitesinin artırılması hedeflenmektedir.

Davranışsal bağımlılıkların, bağımlılık yaratıp yaratmadığına dair tartışmalar günümüzde de sürmektedir. Bu tartışmaya, davranışsal bağımlılıklar ile alkol-madde bağımlılığı için belirlenmiş olan klinik ölçütlerin karşılaştırma yapılmasıyla cevap verilebilir. Yapılan bir çalışma, davranışsal bağımlılıkların da tıpkı madde bağımlılıkları gibi ruh hali değişikliği, davranışsal, bilişsel ve duygusal meşguliyet, tolerans geliştirme, yoksunluk semptomları, geri çekilme ve çatışma gibi hoş olmayan fiziksel ve duygusal belirtileri içinde barındırdığını göstermiştir (Kuss ve Griffiths, 2012).

Günümüzde araştırmacılar, davranışsal bağımlılık tanısı koymak için işte, sosyal ilişkilerde veya diğer sosyal durumlarda işlevsel bozuklukların olması gerektiğini vurgulamaktadır. Kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, yeme bağımlılığı, teknoloji bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklar, davranışa ya da davranışı gerçekleştirerek yaşadığı duyguya bağımlılık yaratması ve bu durum sonucunda ortaya çıkan bazı işlevsel bozukluklar sebebiyle madde bağımlılığına benzer (Alavi ve ark, 2012). Goodman (1990) ve Griffiths (1996)'ın davranışsal bağımlılık kriterleri aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1.2 Davranışsal bağımlılıklar için tanı kriterleri

<i>Goodman (1990)</i>	<i>Griffiths (1996)</i>
A. Bir eyleme girişme dürtüsüne karşı koymada yineleyici başarısızlık. B. Davranışı başlatmadan hemen önce artan gerginlik hissi. C. Davranış esnasındaki zevk veya rahatlama. D. Davranış sırasında kontrol eksikliği hissi. 1. Davranışla ya da davranışı hazırlayan etkinliklerle sık sık meşgul olma. 2. Davranışla hedeflenen süreden daha uzun bir süre meşgul olma. 3. Davranışı azaltmak, kontrol etmek veya durdurmak için yinelenen çabalar. 4. Davranışta bulunmak için gerekli eylemleri gerçekleştirmede çok fazla zaman harcama. 5. Kişinin sorumluluklarını yerine getirmesi beklendiğinde ilgisiz bir davranışla sık sık uğraşması. 6. Davranış nedeniyle azaltılan ya da bırakılan sosyal, mesleki veya boş zaman etkinlikleri. 7. Davranışın neden olduğu ve artan maddi, psikolojik ve fiziksel sorunların bilinmesine	1. Belirginlik: Belirli bir faaliyetin kişinin hayatındaki en önemli faaliyet haline gelmesi ve bu faaliyetin kişinin düşünceleri (endişeler ve bilişsel çarpıtmalar), hisleri (istekleri) ve davranışları üzerinde baskın olması. Örneğin kişi davranışla meşgul olmasa bile bir dahaki sefere yapacağı davranışı düşünecektir. 2. Ruh hali değişikliği: Kişinin bir eylemi gerçekleştirirken başa çıkma stratejisi olarak kaçış hissi 3. Tolerans: İstenilen etkinin elde edilebilmesi için aktivitenin miktarının artırılması. Örneğin bir kumar bağımlısının başlangıçta çok daha küçük bir bahisle elde ettiği o hazzı tekrar deneyimlemek için bahsin miktarını kademeli olarak artırmak zorunda kalması. 4. Yoksunluk Semptomları: Aktivite kesildiğinde hoş olmayan duygu durumları (karamsarlık veya sinirlilik) veya fiziksel etkiler (titreme) yaşanması. 5. Çatışma: Bağımlılar ve çevreleri arasındaki kişilerarası çatışmalar veya bireyin

rağmen davranışın devam etmesi.	kendi içinde yaşadığı ruhsal çatışmalardır.
8. Tolerans: İstenen etkiyi elde etmek için davranışın yoğunluğunu veya sıklığını artırma ihtiyacı.	6. Nüksetme: Bağımlılık yapan davranış üzerinde belirli bir yoksunluk veya kontrol döneminden sonra sorunlu davranışın kalıplarına geri dönme eğilimi.
9. Davranışla meşgul olunamadığında huzursuzluk veya sinirlilik. Rahatsızlığın bazı belirtilerinin en az bir aydır devam ediyor olması veya uzun bir süre tekrar ortaya çıkması.	

Bağımlılık kavramı artık davranışsal bağımlılıkları da kapsamına almıştır ve son yıllarda bu alanda yapılan araştırma ve yayınların sayısı önemli ölçüde artmıştır. Bilimsel çevre tarafından resmi olarak tanınmasa da internet, akıllı telefonlar, bilgisayar oyunları, tabletler, televizyon, sosyal medya ve oyun konsolları bağımlılıkları diğer davranışsal bağımlılık türleri olarak kabul edilmektedir (TBM, 2015). Resmiyette tanınmamaları, yalnızca tanısallık değerlendirmeyi, klinik seyri ve tedaviyi destekleyen bilimsel kanıtların eksikliğini yansıtmaktadır (Petry, 2015). Bu bilgiler ekseninde davranışsal bağımlılıklar, geleceğin araştırmacılarına ve klinisyenlerine yol gösterecek önemli bir yer tutmaktadır.

1.3 İnternet Bağımlılığı

İnternet, başlangıçta akademik ve askeri kurumlar arasında araştırmaların kolaylaştırılması amacıyla geliştirilmiş bir teknolojiyken, sonraki dönemlerde insanların interneti nasıl kullandığı konusu gündeme geldiğinde, internet bağımlılığı hakkında ruh sağlığı uzmanları arasında tartışmalar başlamıştır (Young, 2004). İnternetin bağımlılık yapıcı kullanımı yeni ve hızlı büyüyen bir olgudur (Greenfield, 1999). İnternet bir iletişim aracı olarak ele alınırsa, giderek yaygınlaştığı ve çağımızda insanların hayatının vazgeçilmez bir parçası haline geldiği söylenebilir (Tutgun-Ünal, 2015). İnternetin insanların hayatına getirdiği kolaylıkların yanında bazı kullanıcıların interneti günlük işlerini geciktiren ve

belirli alanlarda zarar veren kullanımları, internetin olumsuz etkilerine dikkat çekmiştir (Young, 2004). İnternetin temel amacı iletişimi artırmak ve bilgi paylaşımını kolaylaştırmak iken, internetin hızla yayılması problemlili kullanımlarına ve yeni bir bağımlılık türü olarak adlandırılabilir bir bağımlılığa neden olmaya başlamıştır (Arısoy, 2009).

We Are Social'ın 2022 Dijital Raporuna göre dünyada 4.95 milyar internet kullanıcısı olduğu ve bunun dünya nüfusunun %62.5'ini oluşturduğu rapor edilmiştir. Bir önceki yılın raporlarına göre internet kullananların sayısı %10 oranında artmıştır. Türkiye'de internet kullanıcılarının internette günlük 8 saat zaman harcadığı rapor edilmiştir. Telefonda geçirilen süre 4 saat 16 dakika iken, bilgisayarda geçirilen sürenin ise 3 saat 44 dakika olduğu bildirilmiştir. TÜİK'in 2022 verilerine göre erkeklerin internet kullanım oranı %89.1 iken kadınların internet kullanım oranlarının ise %80.9 olduğu görülmüştür.

Literatürde, problemlili internet kullanımı hakkında birçok farklı tanım mevcuttur. Bu tanımlardan bazıları şunlardır: "internet bağımlılığı", "internet bağıllığı", "problemlili internet kullanımı", "patolojik internet kullanımı", "internet davranış bağımlılığı" ve "siber bağımlılığı". Bu terimlerin tümü, internet kullanımının normal düzeyinin ötesinde, bireylerin günlük yaşamlarını etkileyebilecek bir seviyede olması durumunu ifade etmektedir. Ancak, bu terimler arasında bazı farklılıklar da vardır ve hangi terimin kullanıldığı, bağlamına, amaçlarına ve araştırmacıların incelediği konulara bağlı olarak değişebilir. (Tutgun-Ünal, 2015). Kandell (1998), psikolojik bir bağımlılık olarak nitelendirdiği problemlili internet kullanımını özellikle gençlerin yüksek risk altında olduğu bir konu olarak tanımlamıştır.

Araştırmacılar internet bağımlılığı kavramını tanımlamak için DSM kriterlerini kullanarak, DSM içinde bulunan seks bağımlılığı, patolojik kumar oynama gibi davranışsal bağımlılıkların tanımından faydalanmışlardır (Günüç ve Kayrı, 2010). DSM'nin 2013 yılında yayınlanan en son halinde (DSM- V) "İnternette oyun oynama bozukluğu" adı altında ayrı bir başlık olarak yer almıştır.

İnternet bağımlılığı terimi ilk kez 1996 yılında Goldberg tarafından kullanılmıştır ve bu terim hem klinisyenler hem de akademisyenler arasında tartışmalara neden olmuştur (Goldberg, 1996). Bazı araştırmacılar, internetin toplumda teknolojik bir ilerleme olarak kabul edildiğini ve bağımlılık yapıcı bir cihaz olarak eleştirilemeyeceğini savunmuşlardır. Ancak, birçok araştırmacı da

internet bağımlılığının, alkol bağımlılığı olan bir kişinin daha fazla alkol tüketmesine benzer şekilde, internet bağımlılarının da düzenli olarak çevrimiçi olmasıyla önemli bir miktarda zaman harcamasının ciddi bir problem olduğunu söylemektedirler (Young, 2004). Bu nedenle, internet bağımlılığı konusu hala tartışılan bir konu olarak kalmaktadır ve araştırmalar bu konuda devam etmektedir.

Goldberg (1996), DSM-IV'teki madde bağımlılığı ölçütlerine dayanarak, internet bağımlılığını "On iki ay içinde herhangi bir zamanda üç veya daha fazla semptomun ortaya çıkmasıyla kendini gösteren, klinik olarak belli bir bozulmaya veya sıkıntıya neden olan uygunsuz internet kullanımı" olarak tanımlamaktadır. Young (2009), internet bağımlılarının da kumar bağımlıları ile benzerlik gösteren özgüven, duygusal duyarlılık, tepkisellik, uyanıklık, kendini gösterememe ve uyumsuzluk gibi özelliklere sahip olduğunu belirtmiş ve bu doğrultuda tanı kriterleri geliştirmiştir. Geliştirilen tanı kriterleri aşağıda verilmiştir.

1. İnternet ile ilgili çok fazla zihinsel meşguliyet.
2. Aynı hazzı alabilmek için internetin daha fazla kullanılması ihtiyacı.
3. İnternet kullanımını azaltma veya bırakma girişimlerinin başarısız olması.
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da sonlandırılması durumunda yoksunluk belirtileri gösterme.
5. Planlanandan fazla internette kalma.
6. Aşırı internet kullanımı sebebiyle çevre ile yaşanan sorunlar (aile, okul, iş, arkadaşlar).
7. İnternette geçirilen zaman ile ilgili aile ya da arkadaşlara yalan söyleme.
8. İnternette zaman geçirildiği sürece duygudurumda bazı değişimlerin olması.

Bu 8 kriterden en az 5 tanesinin yaşanması durumunda kişi internet bağımlısı olarak değerlendirilebilmektedir (Young, 2004).

İnternetin kişinin yaşamını kolaylaştırırken bazı kullanıcıların interneti günlük işlerini erteleyecek ve belli durumlarda kendilerine zarar verecek şekilde kullanması bazı sorunları ve tehlikeleri beraberinde getirmesi, ruh sağlığı alanında internet bağımlılığının kabulünü artırmıştır. İnternetin artan popülaritesiyle birlikte, ruh sağlığı alanının, özellikle internet bağımlısı bireyler için tasarlanmış bir tedavi programı alt yapısı geliştirmesi gerekmektedir (Young, 2009).

1.4 Sosyal Medya Bağımlılığı

Günümüzde araştırmacılar, internet bağımlılığı belirtilerinin sosyal medya platformlarında da görülebildiğini bildirmektedir (Andreassen, 2012; Kuss ve

Griffiths, 2011). Sosyal medya bağımlılığı, kişinin sosyal medya kullanımına yönelik güçlü bir arzu duyması, sosyal medya kullanımından kaynaklanan aşırı kaygı düzeyi ve sosyal medyada geçirilen süre ve çabaya bağlı olarak iş, okul, kişilerarası ilişkiler ve ruh sağlığı gibi alanlarda sorunlar yaşaması olarak tanımlanmaktadır (Griffiths, 2005).

DSM-V'te sosyal medya bağımlılığı yer almamaktadır (Andiç ve Batıgün, 2019). Sosyal medya bağımlılığı henüz resmi olarak sınıflandırılmamış olsa da araştırmacılar bu bağımlılık benzeri davranışın diğer davranışsal bağımlılıklar veya madde kullanım bozuklukları ile karşılaştırılabileceğini düşünmektedir. Sosyal medya bağımlılığı literatürde, bahsedilen diğer bağımlılık türleri gibi (oyun bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, alkol bağımlılığı, madde bağımlılığı, internet bağımlılığı) yerini almaktadır. Bununla birlikte, DSM-V'te tanımlandığı şekliyle madde-alkol kullanımı ve davranışsal bağımlılık bozuklukları semptomları ile aşırı sosyal medya kullanımı semptomları arasında açık bir paralellik vardır (Meshi, Elizarova, Bender ve Verdejo-Garcia, 2019). Bazı bireyler için, sosyal medya uygulamalarının çok zaman alması, diğer bağımlılıkların sosyal medya uygulamaları aracılığıyla birlikte ortaya çıkması ihtimalini artırmaktadır. Örneğin madde bağımlılığı teşhisi konulan klinik örnekleme içeren bir çalışmada örneklemin %61'inin en az bir tane davranışsal bağımlılığının olduğu, %31'inin ise en az iki tane (yemek yeme bağımlılığı, oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı gibi) sorunlu davranışta bulunduğu tespit edilmiştir. Yapılan başka bir çalışmada ise 13-18 yaşları arasındaki 1.392 ergenden oluşan bir örnekleme potansiyel komorbidite açısından, madde-alkol kullanma davranışının, sosyal medya bağımlılığı testi kullanılarak sosyal medya bağımlılığı teşhisi konulması için bir risk faktörü olduğu bulunmuştur (Kuss ve Griffiths, 2011).

We Are Social'ın 2022 Dijital Raporuna göre, 2022 Temmuz ayının başında sosyal medya kullanımı 4.70 milyar olarak kaydedilmiştir. Bu rakam, geçen yıldan bu yana 227 milyon artmıştır. Veriler, sosyal medya kullanımının hızla arttığını ve her gün yaklaşık 1 milyon kişinin yeni hesap açtığını göstermektedir. Böylece, sosyal medya platformlarını ve mobil cihazlar üzerinden sosyal medya kullanmayan kişi sayısı da azalmaktadır (Çömlekçi ve Başol, 2019). Türkiye'de sosyal medya uygulaması kullananların toplam nüfusa oranının %80 civarında olduğu bilinmektedir. Dünyada en çok sosyal medya kullanıcısına sahip ülke, 2021 itibarıyla yaklaşık 1.2 milyar kullanıcısı olan Çin'dir. Ancak, Çin'de popüler olan

sosyal medya platformları yerel platformlar olduğu için dünya genelinde popüler olan sosyal medya platformlarındaki kullanıcı sayısında en önde gelen ülke ABD'dir. Türkiye'de ve Avrupa'da yapılan sosyal medya kullanımı araştırmalarına göre ise, Türkiye'nin günlük ortalama 2 saat 48 dakika ile Avrupa'da en fazla sosyal medya kullanan ülke olduğu belirtilmektedir. Genellikle gençlerde görülen ve ciddi düzeyde psikolojik problemlere yol açabilen sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalara göre kullanıcıların %57'sinin 18-34 yaş aralığındaki kullanıcılar olduğunu belirtmişlerdir. Sosyal medya kullanıcılarının %58.7'si erkek, %41.3'ü ise kadın kullanıcılardan oluşmaktadır (We Are Social, 2022). Tutgun-Ünal (2015) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise, üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının cinsiyete göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir

Dünyada en çok kullanılan sosyal medya uygulaması Facebook iken, Instagram ve Youtube'un son yıllardaki kullanımı ile arasındaki fark neredeyse kapanmıştır. Youtube'un şu an dünyada 2.56 milyar aktif kullanıcı olduğu bilinmektedir. Telefonlarda en çok zaman harcanılan uygulamanın Youtube olduğu ve kullanıcıların bu platformda ayda ortalama 23.7 saat geçirdiği rapor edilmektedir. Facebook uygulaması ise 19.6 saatle en çok zaman geçirilen ikinci platform olarak bilinmekte, Whatsapp uygulamasında da kullanıcıların aylık ortalama 18.6 saat zaman harcadıkları bilinmektedir. Türkiye'de ise en çok kullanılan uygulamalar sırasıyla Youtube, Instagram, Facebook, TikTok, Twitter, Messenger, Snapchat, LinkedIn ve Pinterest uygulamalarıdır (We Are Social, 2022). Sosyal medya kullanımının artması dünya genelinde ve Türkiye'de, sosyal medya bağımlılığı konusunu sıkça tartışılır hale getiren çeşitli olumsuz durumlar ve risklerle birlikte gelmektedir (Çömlekçi ve Başol, 2019).

Sosyal medya bağımlılığı, davranışsal bağımlılıkların da belirleyicisi olan altı bileşeni içermektedir. Bu bileşenler:

1. Sosyal medya uygulamalarını kullanma konusunda aşırı düzeyde zihinsel uğraş ve çok fazla vakit geçirme.
2. Hedeflenenden daha fazla sosyal medya uygulamalarında zaman harcama ve sosyal medyadan zevk almak için aktivite süresinde artışa gerek duyma.
3. Olumsuz duygu durumları azaltmak ve kişisel problemleri untabilmek için sosyal medya uygulamalarını kullanma.
4. Sosyal medya kullanamadığında, gergin ve huzursuz olma.

5. Sosyal medya kullanımını azaltmaya yönelik girişimlerde başarısız olma.
6. Sosyal medyanın aşırı kullanımının bireylerin kişilerarası ilişkilerinde, fiziksel ve ruhsal sağlıklarında bazı problemlere yol açacağı şeklinde ifade edilmiştir (Griffiths, 2005).

Kuss ve Griffiths (2011) sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğunu ancak, sosyal medya bağımlılığı internet bağımlılığının bir alt boyutu olarak görüldüğünden, literatürdeki sınırlı sosyal medya bağımlılığı çalışmalarının, internet bağımlılığı üzerine yapılan sayısız çalışmalarla desteklenebileceğini ifade etmektedir. Son zamanlarda, benzer çalışmalar sosyal medya bağımlılığı kapsamında yapılıyor olsa da asıl sorunun internet kaynaklı olduğu açıktır. Bu nedenle, bağımlılık kavramından yola çıkarak, sosyal medya bağımlılığı kavramının, internet bağımlılığı ve sorunlu internet kullanımından türetilmesinin makul olacağı düşünülmektedir (Tutgun-Ünal, 2015).

1.5 Sosyal Medya Kullanım Amaçları

İnternetin iletişim forumları oldukça geniş ve çeşitlidir. Anlık mesajlaşma, e posta gibi uygulamaların yanı sıra sosyal ağ siteleri, bloglar, Youtube gibi fotoğraf ve video paylaşım sitelerini içermektedir. Kullanımlar ve doyumlar teorisinde insanların sosyal medyadan kendi özel amaçları ve ihtiyaçları doğrultusunda doyum sağlamayı bekledikleri ve sosyal medya tüketimiyle motive oldukları ifade edilmektedir (Katz, Blumler ve Guravitch, 1974). Aynı zamanda bu da bağımlılık ile benzerlik göstermektedir (Tutgun-Ünal, 2015).

Yapılan pek çok çalışmada sosyal medya kullanımındaki sosyal nedenler en kritik etken olarak görülmektedir (Akyazı ve Tutgun-Ünal, 2013; Kuss ve Griffiths, 2011; Subrahmanyam, Reich, Waechter ve Espinoza, 2008). Anderson (2001), üniversite öğrencileri arasında aşırı internet kullanımının yeni ilişkiler kurma ve kimlik oluşumu gibi gelişimsel sorunlarla ilgili olabileceğini öne sürmüştür. Bir araştırmada üniversitelerdeki genç yetişkinlerin sosyal medya kullanımlarının yaygın olarak akranlarıyla iletişim kurmak için olduğunu göstermiştir. Sosyal medya uygulamalarıyla ilgili özellikle kız öğrenciler, arkadaşlarıyla iletişim halinde olmak, yakın arkadaşlarıyla plan yapmak, nadiren gördükleri arkadaşları ile de iletişimlerinin kopmaması için sosyal medya uygulamalarını kullandıklarını bildirmişlerdir. Erkek öğrenciler ise flört etmek ve yeni arkadaş edinmek için kullandıklarını ifade etmektedirler (Subrahmanyam ve ark., 2008).

Marmara ve Maltepe Üniversitesinde okuyan 160'ı kadın, 193'ü erkek toplamda 353 öğrenciyle yapılan araştırmada mevcut arkadaşlarla iletişim kurma ve devam ettirme (%77.6), arkadaşlarının hayatlarını inceleme (%60.4), eski arkadaşlarla haberleşmek için tekrar iletişime geçme (%86.3), düşüncelerini başka insanlarla paylaşma (%82), ilgisini çeken gruplara dahil olma (%75), sevdiği yazı, resim video vb. şeyleri paylaşma (%82.7) amaçlarıyla kullanım oranları oldukça yüksektir (Akyazı ve Tutgun-Ünal, 2013).

Sosyal medyanın eğitim amaçlı kullanımı da araştırmacıların ilgisini çeken bir diğer konu olmuştur. McCool (2011), Twitter kullanan öğretim elemanları ile yaptığı çalışmada, Twitter'ın farklı zamanlı olarak ders desteği veya bir öğrenme ortamı olarak kullanılabileceğini söylemektedir. Johnson (2011)'a göre Twitter'la birlikte öğretmen ve öğrenci arasındaki iletişim sınıf dışında da devam etmektedir ve böylelikle aralarındaki bağ güçlenmektedir. Tutgun-Ünal ve Katmer-Bayraklı (2014) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmaya göre, öğretmen adayları Twitter'ın birçok açıdan avantaj sağladığını belirtmişlerdir. Bu avantajlar arasında, derslerle ilgili güncel bilgilere kolaylıkla erişebilme, sınavlarla ilgili duyuruları takip edebilme ve iletişim kurabilme gibi konular yer almaktadır.

Görüldüğü gibi eğitim, sosyalleşme, eğlence gibi birçok sebeple sosyal medya kullanılabilmektedir. Fakat yapılan araştırmalarda da anlaşıldığı üzere günümüzde sosyal medyanın daha çok haberleşme ve etkileşim amaçlı kullanıldığı belirlenmiştir. Bu çevrimiçi iletişim şekli de iletişim biçimimizdeki dönüşümü gözler önüne sermektedir (Tutgun-Ünal, 2015).

1.6 Bağımlılığın Nörobiyolojisi ve Nörogörüntüleme Çalışmaları

Son yıllarda yapılan araştırmalar aşırı internet kullanımının davranışsal bağımlılıklara yol açabileceğini göstermektedir. Klinik kanıtlar, internet bağımlılarının çeşitli biyopsikososyal semptomlar ve sonuçlar yaşadıklarını göstermektedir (Kuss ve Griffiths, 2012). Son 10 yılda, psikiyatri bu semptomları tanımlamak ve anlamak için nörobiyolojik kanıtlardan artık daha fazla faydalanmaktadır. Bu kanıtlar, klinik tanıların geçerliğini ve güvenilirliğini artırmak ve bu durumda en uygun tedaviyi sağlamak için önemlidir (Kuss, 2013).

Aşırı sosyal medya kullanımı ile madde kullanım bozukluğu arasındaki paralelliğin sadece davranışta değil, son beyin görüntüleme çalışmalarında da benzerlikler gösterdiği görülmüştür. Çok sayıda kanıt davranışsal ve madde bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi desteklemektedir (Grant, Brewer ve Potenza,

2006). Örneğin, striatum ve amigdala gibi bölgelerden oluşan beynin ödül sistemi, uyuşturucu tüketimine (madde kullanım bozukluğuyla ilgili), parasal ödüllere (kumar bozukluğuyla ilgili) ve sosyal ödüllere (aşırı sosyal medya kullanımıyla ilgili) yanıt verir (Meshi ve ark., 2013).

Modern nörogörüntüleme teknikleri, beyin yapısını ve aktivitesini ölçerek ve resmederek bilişsel süreçleri gerçek davranışla ilişkilendirir. Bağımlılık ile ilgili yapılan araştırmalarda ödül, motivasyon, hafıza ve bilişsel kontrol ile ilişkili beyin bölgelerindeki değişmiş aktivite, bağımlılık ile ilişkilendirilmiştir (Volkow, Fowler ve Wang, 2003). Araştırmalarda bağımlılık davranışını başlatan belirli beyin bölgelerinin prefrontal korteks ve ventral striatumun olduğu bulunmuştur. Prefrontal korteks, beynin frontal lobunun ön bölgesini oluşturan bir yapıdır ve subkortikal bölgelerle ve limbik sistemle sıkı bir şekilde bağlantılıdır. (Lezak, Howieson, Bigler ve Tranel, 2012). Prefrontal korteks üç bölgeden oluşur. Bunlar dorsolateral korteks, orbitofrontal korteks (OFK), ventromedial kortekstir. Dorsolateral prefrontal korteks (DLPFK); planlama, problem çözme gibi yürütücü mekanizmalarla ilişkili bir alandır. Hasarında; amaca yönelik davranışı sürdürmede, planlamada bozulmalar, karar vermede güçlük yaşayan, apatik bir kişilik örüntüsü sergilenmektedir (Kolb ve Whishaw, 2015). Orbitofrontal korteks, duyguların organizasyonunda görev alır. Orbitofrontal lob hasarındaysa sosyal davranışlarda bozulma, sınır tanımaz davranışlar görülür (Üngüren, 2015). Ayrıca orbitofrontal korteksin hasar görmesinin, madde bağımlılığı ile karakterize olan uyumsuz karar verme davranışına sebep olduğu bilinmektedir (Schoenbaum, Roesch ve Stalnaker, 2006). Ventromedial prefrontal korteksin (VmPFK); planlama, karar verme, duygusal bir katılım gösterme gibi işlevleri vardır (Saraçlı, Atasoy ve Karaahmet, 2012). VmPFK hasarı olan kişilerin genellikle normal zekâya sahip olduğu ve problem çözme yetilerinde bir sıkıntı olmadığı görülürken, gündelik yaşamlarında çok kritik olmayan kararlar da dahi zorluk yaşadıkları görülmüştür (Dretsch ve Tipples, 2008).

Prefrontal korteks beyinde en geç gelişen bölümlerden biridir. Bu bölgenin işlevselliği oldukça fazladır. Duyguların düzenlenmesi, empati kurabilme, sosyal beceriler, plan yapabilme, kontrollü olma, problem çözebilme gibi yetilerin gerçekleştiği alandır (Carlson, 2014). Ayrıca bu bölgedeki hasarlar madde bağımlılığında merkezi bir rol oynamaktadır (Kolb ve Whishaw 2015). Ventral striatum, ödül süreçleri ve motivasyonun çeşitli yönlerini ele alan sinir ağlarının

kavşağındadır. Ventral striatumun ödül, motivasyon ve karar verme süreçlerine dahil olduğuna dair kanıtlar araştırmalarda mevcuttur (Grant, Schreiber ve Harvanko, 2012). Zamanla, bireyde kullanma alışkanlığı ve zorlama geliştikçe striatumun dorsal bölgelerinin dopamin salınımı yoluyla giderek daha fazla aktive olmasıyla beyin aktivitesi değişmektedir (Everitt ve Robins, 2005). Bağımlılığın merkezinde ventral tegmental alanı nükleus akumbens çekirdeği içindeki dopaminerjik aktivite, ergenlikte patolojik kumar oynama ve madde bağımlılığının altında yatan motivasyonel devrelerin odak noktası olmuştur (Grant ve ark., 2006). Doğası gereği ödüllendirici olan bağımlılık yapıcı maddeler dopamin sistemini güçlendirerek, genişlemiş amigdala, hipokampus, ventral tegmental alan ile beraber ödül nörodevrelerinin önemli bir parçası olan nükleus akumbenste dopamin salınımını artırmaktadır (Volkow, Wang, Fowler, Tomasi ve Telang, 2011). Dopamin bu ödül sisteminin en önemli nörotransmitteridir. Madde veya keyif verici bir nesne kullanımı sonucu, ödül merkezinde yüksek seviyelerde dopamin salınımı gerçekleşir. Bu durum, zamanla yapısal ve nörokimyasal değişikliklere neden olarak bağımlılık gelişimine yol açmaktadır. Ödül eksikliği hipotezine göre, doğal ödüllerle (su, yemek) yeterince doyum sağlamayan bireyler ödül yolunu hareket geçirecek madde ve davranışlara yönelmektedirler (İzci ve ark., 2022). Dopamin reseptör yetmezliği, dürtüsel ve zorlayıcı davranışlara, alkol ve madde bağımlılığına, patolojik kumar oynama ve bağımlılık davranışlarına belirgin bir yatkınlık yaratmaktadır. Ayrıca ödüllendirme ve ödül arama davranışlarına karşı artan bir duyarlılık ortaya çıkmaktadır (Blum ve ark., 1996).

Kumar oynama ve karar verme görevleri ile ilgili yapılan, örneklemi 18-65 yaş aralığında erkek katılımcıların oluşturduğu bir Stroop görevinde fMRI ile nöral bağıntıları belirleme amaçlı yapılan çalışmada kumar oynama bozukluğu olan katılımcıların frontal lob işlevinde bozulma bildirilmiştir. Katılımcılara uyarılar, 350 ms'nlik bir uyarılar arası aralık ile 1300 ms süreyle sunulmuştur. Kumar ipucu sunumu sırasında kumar oynama bozukluğu olan katılımcılarda VmPFK'te azalmış aktivite bulunmuştur. Ayrıca araştırmacılar bilateral VmPFK lezyonları olan hastalarda kumar oynama davranışının görülebileceğine dikkat çekmişlerdir (Potenza ve ark., 2003).

İnternet oyun bağımlılığı olan deneklerde aşermenin potansiyel beyin bağlantıları üzerine yapılan en eski çalışmalardan biri Ko ve arkadaşları (2009) tarafından rapor edilmiştir. fMRI taraması yapılırken oyun bağımlılığı olan

katılımcılara (tüm katılımcılar haftada en az 30 saat oynamaktadır) oyunla ilgili mozaik resimler sunulmuştur. Oyun bağımlıları oyun ile ilgili resimleri izlerken kontrol grubuna kıyasla, çekirdek akümülatörlerinde, orbitofrontal kortekste ve kaudatta daha güçlü aktivasyonlar görülmüştür. Sonuçlar, internet bağımlısı bireylerin beyninin, madde bağımlısı bireylerin beyninin madde ile ilgili uyaranlara tepki vermesi gibi, internetle ilgili ipuçlarıyla yüzleşmeye istekle tepki verdiği görüşünü vurgulamaktadır. Bu araştırmayla birlikte internet oyun bağımlılığı da dahil olmak üzere farklı bağımlılıkların benzer bir biyolojik temeli olduğu iddia edilmiştir (Brand, Young ve Laier, 2014).

İnternet bağımlılığı ve özellikle İnternet oyun bağımlılığı üzerine yapılan güncel araştırmalar, internette oyun oynama üzerinde kontrol kaybı yaşayan bireylerde işaret-reaktivite ve aşırma ile ilgili beyin devrelerini belirlemek için nörogörüntüleme yöntemlerini uygulamıştır (Brand ve ark., 2014). Kuss ve Griffiths sistematik bir literatür taraması ile internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı üzerine 18 çalışmayı nörogörüntüleme teknikleri kullanarak incelemiştir. Bu literatür incelemesinde, farklı bağımlılık türleri, özellikle madde bağımlılığı ve internet bağımlılığı arasında moleküler, sinir devreleri ve davranışsal düzeydeki benzerliklerin ikna edici kanıtlar sağladığı görülmüştür (Kuss ve Griffiths, 2012). İncelenen bu 18 çalışmada bazı bulgular şöyledir; oyun oynama sırasında striatal dopamin salınımı için kanıt sağladığı, sık oyun oynamanın ve internet kullanımının dopamin taşıyıcı mevcudiyetinin azalması nedeniyle dopamin düzeylerini düşürdüğü ve internet bağımlılarında dopaminerjik sistemde nörobiyolojik işlev bozukluklarına yol açtığı gösterilmiştir (Hou ve ark., 2012). Alıntılanan çalışmalar, internet ve oyun bağımlılığı patogenezinin net bir resmini sunmakta ve bağımlılığın göstergesi olan uyumsuz davranış kalıplarının nasıl sürdürüldüğünü vurgulamaktadır. Beyin, sık sık uyuşturucu kullanımına veya bağımlılık yapıcı davranışlarda bulunmaya uyum sağlar, böylece doğal pekiştiricilere karşı duyarsız hale gelir. Daha da önemlisi, orbitofrontal korteks ve singulat girusun işleyişi ve yapısı değişir, bu da artan uyuşturucu veya davranış belirginliğine ve davranışlar üzerinde kontrol kaybına yol açar. Öğrenme mekanizmaları ve tüketim için artan motivasyon, kompulsif davranışlarla sonuçlanır (Volkow, Fowler ve Wang, 2004).

Davranışsal bağımlılıklar ile ilgili nörobiyolojik çalışmalar henüz çok yeni olmakla birlikte, davranışsal bağımlılıkların biyokimyasal, radyolojik ve genetik

özellikleri üzerine yapılan çalışmalar alkol ve madde bağımlılıklarıyla güçlü nörobiyolojik ilişkilerin olduğunu göstermektedir (Filiz, Sağlam ve Ergelen, 2022). Bu sebeple davranışsal bağımlılıkları nörobiyolojik yönleriyle kavramak, bu bozukluklara yönelik farkındalığın artmasında, önleme ve tedavi sürecini yönetme ve bu süreçte etkili stratejiler geliştirme noktasında faydalı olacaktır.

1.7 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yürütücü İşlevler

Yürütücü işlevler, çalışma belleği, engelleyici kontrol, bilişsel esneklik, planlama, akıl yürütme ve problem çözme gibi üst düzey bilişsel becerileri içerir. Yürütücü işlevler, insanların amaçlarına erişebilmesini, yeni günlük yaşam koşullarına uyum sağlamasını ve sosyal etkileşimleri yönetmesine olanak tanır (Cristofori, Cohen-Zimmerman ve Grafman, 2019). Fuster'ın (2001) tanımına göre ise yürütücü işlevler bireyin kolaylıkla ulaşamayacağı, biraz beklemesi gereken, genellikle rutin olmayan durumlarda ortaya çıkan ve alışılmış tepki verme eğilimlerini bastırarak ulaşabilecekleri bir hedefe varmada ihtiyacı olan becerilerin tümüne denir. Yürütücü işlev becerilerinde problemler planlama stratejisindeki zayıflığa, problem çözme yöntemi geliştirmedeki güçlüklerle, perseverasyon (bilişsel katılık), kararsızlık, dikkatsizlik, tepkisellik ve esnek olamamaya işaret etmektedir (Lezak ve ark., 2012). Pek çok kez tanımlı yapılan ve işlevselliği açıklanan yürütücü işlevler; beynin prefrontal korteks bölümü ile bağlantılıdır (Fuster, 2001).

Son zamanlarda literatürde kısıtlı olmakla birlikte, sosyal medya bağımlılığı olan kişilerde yürütücü işlevler ile ilgili yapılmış bazı araştırmalar mevcuttur. Araştırmaların çok kısıtlı olması sebebiyle oyun bağımlılığı, teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığı gibi sosyal medya bağımlılığına benzer semptom gösteren davranışsal bağımlılıkların yürütücü işlevler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma bulgularının da incelenmesi önemli görülmüştür. Sonraki bölümde yürütücü işlevlerin bileşenleri ayrı ayrı açıklanacaktır.

1.7.1 Yürütücü İşlevlerin Bileşenleri

Çalışma belleği: Çalışma belleği kavramı, kısa süreli bellekten yola çıkarak gelişen öğrenme, muhakeme, dili anlama gibi karmaşık bilişsel görevler için gerekli bilgilerin geçici olarak depolanmasını ve depolanan bilginin organize edilmesi ve yönlendirilmesini sağlayan bir sistemdir (Baddeley ve Hitch, 1974).

Kurulumu değiştirme: Dikkat değiştirme ya da görev değiştirme de olarak anılan kurulumu değiştirme, çoklu görevler, işlemler veya zihinsel kümeler

arasında gidip gelmekle ilgilidir (Miyake ve ark., 2000). Kurulumu değiştirmeyi ölçmek için yaygın olarak kullanılan nöropsikolojik test WCST'dir. DLDPK'ye duyarlı olan bu testin perseverasyon puanı, kurulumu değiştirme veya bilişsel esnekliğin önemli bir bileşeni olarak kabul edilmektedir (Levin ve ark., 1991).

Inhibisyon: İnhibisyon, kişinin gerektiğinde baskın, otomatik ya da güçlü tepkileri bilinçli olarak engelleme becerisi olarak açıklanmaktadır (Miyake ve ark., 2000). OFK'nin frontal korteksle ilişkili olan bu inhibisyon becerisinde etkin bir rol oynadığı bilinmektedir (Smith ve Kosslyn, 2013). İnhibisyonu ölçmek için literatürde yaygın olarak kullanılan nöropsikolojik test Stroop testidir.

Karar verme: Olası bütün alternatiflerin değerlendirilmesi ve ulaşılması istenen hedefleri sağlaması en muhtemel olan olasılığın seçilmesidir (Smith ve Kosslyn, 2013). Kahneman ve Tversky'nin (1979) beklenti teorisinde, bireylerin yapmış oldukları tercihlerde kazanmaktan çok kaybetmeye anlam yükledikleri açıklanmaktadır. Çalışmalar, prefrontal kortekste yürütücü işlevle ilişkili, önemli bir bölge olan dorsolateral prefrontal korteksin karar verme sürecinde etkin bir rolü olduğunu göstermiştir (Smith ve Kosslyn, 2013). Karar verme davranışını ölçmek için sıklıkla kullanılan nöropsikolojik test İKT'dir.

Dikkat: Dikkat bireyin duyu organları sayesinde ulaşabildiği ve çevresinde meydana gelen uyarıcılara zihinsel alıcılarını yönlendirmesidir (Eysenck ve Keane, 2005). Dikkat süreçleri ile bağlantılı nöroanatomik bölgeler, prefrontal korteks ve parietal korteks bölgeleridir (Posner ve Petersen, 1990).

Güncelleme: Güncelleme (updating) görevi, yeni bilgilerin izlenmesi ve kodlanmasını sonrasında eski bilgilerin yeni bilgilerle değiştirilerek gözden geçirilmesi olarak açıklanan yürütücü işlev bileşenidir (Miyake ve Friedman, 2012).

Aşırı internet kullanımı önemli bir sosyal ve tıbbi sorundur. Günümüze kadar internet bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmaların birçoğu kişisel, duygusal veya sosyal faktörlere bakmıştır. İnternet bağımlılığı ve bilişsel işlevlere odaklanan çok az sayıda çalışma literatürde mevcuttur. Mevcut çalışmalar ise problemlili internet kullanımı olan kişilerin, problemlili olmayan kişilere göre bazı bilişsel süreçlerinde bozulmalar gösterdiğini ifade etmektedir. Özellikle inhibisyonadaki eksiklikler, karar verme, ortaya çıkan bilişsel çatışmalarla baş etme, çalışma belleği ve kurulumu değiştirmedeki eksiklikler, kısıtlı olmakla beraber bazı araştırmalarda mevcuttur (Cudo ve Zabielska-Mendyk, 2019). Araştırmacılar yüksek bilişsel

işlevlerin, özellikle yürütücü işlevlerin bağımlılık belirtilerini sürdürmede önemli bir rol oynayacağını ifade etmişlerdir. Bağımlılık yapan internet ve sosyal medya kullanımında bilişsel kontrol eksikliklerinin çok önemli olabileceğini savunmuşlardır. Bozulmuş bilişsel kontrol, bireyin durumu kısıtlı ve aşırı basitleştirilmiş şekilde algılamasına ve internet kullanımına yönelik tepki engellemede güçlük yaşamasına, günlük hayatta planlama ve kontrol etmede problemlere sebep olabilir (Brand ve ark., 2016). Şimdiye kadar sunulan sosyal medya bağımlılığı tanımları, bilişsel faktörlerin önemini göstermekte ve bağımlılık davranışıyla ilgili yürütücü işlevlerin araştırılmasının önemini vurgulamaktadır.

1.8 Sosyal Medya Bağımlılığının WCST ile İlişkisi

Muhakeme yeteneği, soyut düşünebilme becerisi ve kurulumu değiştirme davranışını değerlendirmek için geliştirilen WCST, bir frontal lob testidir (Berg, 1948). WCST, bağımlılık yapan davranışlarda yürütücü işlev işlevlerini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılmıştır (Aharonovich ve ark., 2006, Zhou ve ark., 2014). Karmaşık dikkat, esneklik, çalışma belleği, soyut düşünme, kavramsallaştırma, analiz, amaçlı davranış oluşturma, bunu sürdürme ve gerektiğinde yeniden yapılandırma yeteneklerini içeren bu testin, özellikle dorsolateral prefrontal korteks fonksiyonlarından olan yürütücü işlev performansını ortaya koyduğu düşünülmektedir (Karakaş ve Karakaş, 2000).

Yapılan bazı araştırmalar bağımlılık davranışı sergileyen bireylerin, farklı görevler arasında geçiş yapmakta zorlandıklarını, çeşitli durumlara hızlı ve verimli bir şekilde uyum sağlamada sorun yaşadıklarını ve hata düzeltme becerilerinde yetersiz olduklarını göstermektedir (Aydın, Obuća, Boz ve Ünal-Aydın, 2020). Bu durum ise ergenlerde daha erken ortaya çıkabilir. Çünkü yürütücü işlev fonksiyonları ergenlerde gelişmeye devam etmektedir. Ergenlerde oyun oynama, internet bağımlılığı gibi durumlarda yürütme işlevlerindeki bozulmalar, zayıf akademik başarı, sosyal zorluk ve diğer olumsuz sonuçlara yol açabilir (Zhou ve ark., 2016). Tayvanlı okul çağındaki 10-12 yaş arası 267 öğrenci ile yapılan yürütücü işlev ve öğrenme dikkatini değerlendirmeyi amaçlayan bir araştırmada internet bağımlılığı olan grubun, olmayan gruba kıyasla daha düşük bir WCST performansı sergilediği görülmüştür (Kuo ve ark., 2018). İnternet bağımlılığı olan grubun olmayan gruba kıyasla önemli ölçüde daha fazla toplam hata yaptığı ve kavramsal düzey yanıtlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığı uyku süresini azaltmaktadır. Problemlili uykunun ise yürütücü işlevleri etkilediği

bilinmektedir. Bu sebeple araştırmacılar bu çalışmada uykunun potansiyel karıştırıcı bir değişken olduğunu ve çalışmada uykudan kaynaklanan etkiyi engelleyemediklerini, bunun da araştırmanın sonuçlarını etkilemiş olabileceğini düşünmüşlerdir.

Aydın ve arkadaşlarının (2020) sorunlu ağ siteleri ve yürütücü işlevleri inceledikleri çalışmalarında kurulumu değiştirmenin zayıf düzeyde bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Fakat sosyal medya bağımlılık testindeki yineleme alt boyutunun, yürütücü işlevlerin bilişsel esneklik ve engelleyici kontrol yönleriyle daha fazla ilişkili olduğu bulunmuştur. Katılımcılara 3 aşamalı görevlerin verildiği bu deneysel çalışmada sosyal medyaya maruz kalmadan önce ve sonra nötr uyaranlar verilmiştir. Etkinin zayıf olmasının bu görevlerde tarafsız kelime kullanımlarıyla ilgili olabileceğini belirtmişlerdir. Olası bir karıştırıcı etkenin de (yaş, cinsiyet, eğitim, sosyo-ekonomik düzey gibi) etkinin zayıf olmasında etkili olabileceği düşünülmüştür. Zhou ve arkadaşlarının (2014) internet bağımlılığı, alkol bağımlılığı ve kontrol grubunu kıyasladıkları bir çalışmada internet bağımlılığı ve alkol bağımlılığı olan grubun, perseveratif hatalar ve seti sürdürmedeki başarısızlığın kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca internet ve alkol bağımlılığı olan grubun kavramsal düzey yanıtlarının yüzdesi ve tamamlanan kategori sayısı kontrol grubuna göre anlamlı derecede düşükken, alkol bağımlılığı olan grupla internet bağımlılığı olan grup arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar hem internet bağımlısı bireylerin hem de alkol bağımlısı hastaların stratejik planlama, organizasyon, bilişsel kümeleri değiştirmek için çevresel geri bildirimden yararlanma gibi aynı yürütücü işlev bozuklukları özelliğini gösterdiğini ortaya çıkarmıştır (Dong, Lin, Zhou ve Lu, 2014).

1.9 Sosyal Medya Bağımlılığının Çalışma Belleği ile İlişkisi

Çalışma belleği işlevlerindeki bozuklukların internet bağımlılığı ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Çalışma belleği, bireyin muhakeme, öğrenme ve dili kavraması için önemli olan üst düzey planları yürütmek için gerekli bilgilerin sürdürülmesine izin veren yürütücü bir işlevdir (Nie, Zhang, Chen ve Li, 2016). Çalışma belleği, dikkati öncelikli etkinliklere yönlendirir ve hedefle ilgili bilgilere odaklanma yeteneği ile ilişkilidir (Brown, Tenbrink ve LaMarre, 2019). Fakat internet bağımlılarında görülen dürtüsellik, azalan kontrol kaybı ve bozulmuş engelleme işlevinin çalışma belleği performansını etkilediği düşünülmektedir.

Yapılan birçok çalışma davranışsal ve madde bağımlılıklarında, çalışma belleğinde bozulmalar olduğunu göstermiştir. Çalışma belleğinin sisteminin kapasitesi sınırlıdır ve sosyal medya kullanımı dikkati, öğrenilen bilgilerden uzaklaştırarak ya da sosyal medya içeriği lehine edinilen bilgi üzerindeki konsantrasyonu azaltarak çalışma belleğinde bazı bozulmalara sebep olabilir. Fakat bazı çalışmalar, çalışma belleği ile, sosyal medyayı alışkanlık haline getirmiş olanlar ve kullanmayanlar arasında herhangi bir fark bulamamıştır (Zhou ve ark., 2014).

Dijital oyun bağımlılığı ve çalışma belleği ile ilişkisine dair yapılan çalışmalarda farklı sonuçlara rastlanmaktadır. Çalışmaların bazıları bu oyunların bilişsel becerilerin gelişimine katkıda bulunduğunu göstermiştir. Yapılan bir çalışmada çevrimiçi oyun ipuçlarının, orbitofrontal korteksi, anterior singulat korteksi ve dorsolaterali etkinleştirdiği bulunmuştur (Dong, Huang ve Du, 2011). Bir kısmı, bilişsel becerilerin gelişiminde herhangi bir katkısının olmadığına, bir kısım çalışmada da bilişsel beceriler üzerinde olumsuz etkisinin olduğuna dikkat çekmektedir (Yılmaz ve Üney, 2023). Örneğin, ergen çocuklarla yapılan Geriye Doğru Rakam Çağırma görevi kullanılarak çalışma belleği performansının kıyaslandığı bir çalışmada, Facebook'u ilk kez kullananlara kıyasla, Facebook'u bir yıldan fazla kullanan kişilerin çalışma belleği görevinden daha yüksek puan aldığını bulmuştur (Alloway ve Alloway, 2012). Bunun sebebinin Facebook'un haber özelliği taşıyan bir bilgiyi veya bir etkinliği okunmasıyla bilgiyi genişleten bir platform görevi görmesinden kaynaklanabileceği düşünülmüştür. Ancak aynı araştırmacılar, bir yıl önce yürüttükleri bir çalışmayla sosyal medya etkinliklerinin düşük çalışma belleği performansları gösterdiğini bulmuştur. Patolojik internet kullanımı olan bireylerle, kumar bağımlısı bireylerin ve kontrol grubunun kıyas yapıldığı ve sayı dizisi görevinin verildiği bir çalışmada, sayı dizisi görevinde bir sayı dizisi sunulur. İlk maddedeki basamakların uzunluğu ikidir ve sonraki her madde için bir basamak artar. Bu test hem ileriye hem de geriye doğru görevleri içerir. İleriye doğru testte deneğe artan uzunlukta sayı dizileri sunulur ve bunları hafızasından tekrar etmesi gerekir. Geriye dönük testte denek sayı dizilerini daha önce olduğu gibi alır ama bunları ters sırada tekrar etmesi beklenir. Yapılan bu çalışmada patolojik internet kullanımı ve kumar bağımlılığı olan bireylerin çalışma belleği görevinden aldıkları puanların farklılaşmadığı fakat kontrol grubundan daha düşük bir performans sergiledikleri bulunmuştur. Bu sonuç, internet bağımlısı

bireylerin çalışma belleği işlevi bozukluğunun kumar bağımlısı bireylerle aynı olduğunu göstermiştir (Zhou, Zhou ve Zhu, 2016).

Yapılan araştırmalardaki bulguların çelişkili olması mevcut konuyla alakalı kısıtlı sayıda araştırmanın olması ve farklı çalışma belleği görevlerinin verilmesinden kaynaklı olduğu düşünülebilir. Çalışma belleğini değerlendirmek için kullanılan testler arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada katılımcılar klinik ortamda kullanılan Wechsler Yetişkinler İçin Bellek Ölçeği-III (WAIS-III) ve Wechsler Bellek Ölçeği-III (WMS-III)'ten alınan çalışma belleği alt testlerini ve laboratuvar tabanlı ölçümler olan İşlem Aralığı, Dinlenme aralığı ve N-geri görevini tamamlamıştır. WAIS-III'te Rakam Aralığı, Aritmetik ve HSD, WMS-III'te ise Uzamsal Aralık Alt Testi uygulanmıştır. Faktör analizi sonuçları, üç laboratuvar tabanlı çalışma belleği ölçümünden ve klinikte değerlendirilen bir alt test olan HSD puanlarından oluşan bir faktörün çalışma belleğinin en iyi ölçümünü sağladığını bildirmiştir (Shelton, Elliott, Hill, Calamia ve Gouvier, 2009). Bu bağlamda sosyal medya bağımlılığı ve çalışma belleğinin ilişkisinin Harf Sayı Dizisi Testi ile açıklanmasının literatüre önemli bir katkı sağlayacağını düşündürmüştür.

1.10 Sosyal Medya Bağımlılığının İKT ile İlişkisi

Karar verme, birden fazla yanıt seçeneğinin değerlendirilmesini ve ardından optimal kabul edilen yanıtın seçilmesini gerektirir (Clark ve ark., 2004). Damasio (1994) etkili karar vermeyi, var olan seçenekler arasından en uygun tepkiyi seçme becerisi olarak tanımlamaktadır. Karar verme, üst düzey bir bilişsel süreçtir ve kişinin özellikle belirsiz durumlarda karar vermesi oldukça zordur çünkü belirsiz durumlarda, olası sonuçlar önceden bilinemez ve tahmin edilemez. Bu nedenle, kişinin belirsiz durumlarda karar vermesi, daha önce deneyimlenmemiş veya öngörülemeyen sonuçlarla karşılaşma riskiyle birlikte gelir ve bu da karar verme sürecini daha zorlu hale getirir (Smith ve Kosslyn, 2013). Araştırmacılar, belirgin olmayan koşullar altında karar vermeyi, riskli durumlar karşısında gösterilen tepkiyi ve bir sonraki tepkiyi planlayabilme performansını ölçmek için İKT'yi tasarladılar (Bechara, Damasio, Damasio ve Anderson, 1994). Bu testte bireylerden, avantajlı ve dezavantajlı destelerden yaptıkları seçimler ve bu seçimlerden sonra aldıkları geri bildirimler ile avantajlı desteleri seçmeleri beklenmektedir (Yılmaz ve Kafadar, 2019). Görevde iyi performans göstermek, özellikle geri bildirimden

öğrenmeyi gerektirir (Sun ve ark., 2009). Dolayısıyla test, orbitofrontal ve ventromedial hasarlara duyarlıdır (Smith ve Kosslyn, 2013).

Sosyal medya bağımlılığı gösteren kişilerde yürütücü işlevler ve karar verme süreçleri ile ilgili yapılmış bazı araştırmalar literatürde mevcuttur. Aşırı Facebook kullanımı ve karar verme ile ilgili 18-35 yaş arası 71 katılımcıyla yapılan bir çalışmada testin son bloğunda (5.blok) aşırı Facebook medya kullanımı olan katılımcıların daha düşük performans sergilediği görülmüştür (Meshi ve ark., 2019). İKT ile yapılan önceki araştırmalar, araştırmacıların görevin ilk 40 denemesini (blok 1-2) belirsizlik altında karar verme olarak ve son 60 denemeyi (blok 3-5) risk altında karar verme olarak sınıflandırmasına yol açmıştır (Bechara, Damasio , Tranel ve Damasio, 1997 ; He ve ark., 2010). Bu sebeple çalışmadaki bu sonuç aşırı Facebook kullanan bireylerin özellikle risk altında karar vermede zorluk yaşayabileceğini ima etmektedir. Fakat araştırmada yalnızca aşırı Facebook kullananların olması, Facebook bağımlılığı olmayan ama başka bir sosyal medya bağımlılığı olan bireyleri kapsamaması yönüyle kısıtlılığının olduğu düşünülmüştür. Üniversite öğrencilerinde aşırı sosyal medya kullanımının karar verme süreçlerine olan etkisinin araştırıldığı İKT ile yapılan bir çalışmada, aşırı sosyal medya kullanımı olan öğrencilerin karar vermede problem yaşadığı görülmüştür. Çalışmadan elde edilen bir diğer bulguya göre ise, aşırı sosyal medya kullanımı olan bireylerin kararlarının potansiyel olumlu sonuçlarını potansiyel olumsuz sonuçlarına daha fazla algıladıkları görülmüştür (Reed, 2023). Aşırı sosyal medya kullanımı ödül ve ketleme gibi beyin sistemleri arasında bir dengesizlik şeklinde kendine gösterebilir. Bu da kişinin kısa vadeli pekiştirici ödülleri daha çok vurgulamasına neden olacak şekilde karar vermede bozulma ile sonuçlanabilir (Brevers, Bechara, Cleeremans ve Noël, 2013). Ayrıca, ketleme yani sürekli olarak tekrarlanan uyarıcıların beyindeki ödül merkezlerinde bir tür doyum etkisi yaratabileceği için, kişi daha fazla uyarılmaya ihtiyaç duyabilir ve bu da aşırı sosyal medya kullanımına yol açabilir. Bu bulgudan yola çıkarak aşırı sosyal medya kullanımı olan bireylerin olumlu sonuçları daha fazla algılamalarının bu bireylerin ödüle duyarlı olabileceğine işaret etmektedir.

1.11 Sosyal Medya Bağımlılığının Mantık Yürütme Kareleri Testi ile İlişkisi

Cattell (1943) akıcı zekâ ve kristalize zekâ olmak üzere genel yeteneklerin 2 farklı türü olduğunu söylemektedir. Analitik (akıcı) zekâ, bireylerin birikmiş

bilgi, deneyim ve alana özgü becerilerinden bağımsız olarak yeni problemlerini anlama ve çözme, yeni durumlara uyum sağlama becerisi olarak tanımlanmaktadır (Ward ve ark., 2017). Kristalize zekâ ise, bireyin kendi sosyal ortamından daha önce tecrübe ettiği deneyimlerden elde ettiği bilgi olarak tanımlanmaktadır. Eskiden edinilmiş bilgilerin kullanılmasını gerektiren durumlar ortaya çıktığında kristalize zekâ kullanılmaktadır (Barbey, 2018). Akıcı zekâ, soyut düşünebilme ve mantık muhakemesi becerisi ile ilgilidir. Bu sebeple akıcı zekâ ve muhakeme testlerinde iyi performans gösteren bireyler birkaç işi aynı anda takip etmekte yetenekli olan ve oldukça büyük miktarda bilgiyi yönetebilen kişilerdir. Sosyal medya bağımlılığında, kişinin internet ve sosyal medya platformlarında geçirdiği uzun saatler nedeniyle dikkat dağınıklığı, bilişsel yorgunluk ve öğrenme zorlukları yaşamasına neden olabilir. Bu nedenle, akıcı zekâ becerileri ile sosyal medya bağımlılığı arasında ters yönde bir ilişki olabileceği düşünülmektedir.

Literatürde akıcı zekâyı ölçmek için genellikle RSPM (Raven's Standard Progressive Matrices Test) kullanılmıştır. RSPM, akıl yürütme, soyut düşünebilme becerisi, zihinsel esneklik, çalışma belleği ve muhakeme yeteneğinin yanında akıcı zekâ becerisini ölçmeye yarayan bir testtir. Ward ve arkadaşları (2017)'nın 548 lisans öğrencisi ile RSPM kullanarak yapmış oldukları bir çalışmada, akıllı telefonların sık kullanımının ve akıllı telefonun konumunun, akıcı zekânın merkezinde olan dikkat kaynaklarının ve zaten sınırlı olan bilişsel kapasitenin daha da kısıtlandığı bildirilmiştir. Akıllı telefonun, masa, çanta ve diğer odada bulunması durumlarının kıyaslandığı bu çalışmada, akıllı telefonu "diğer oda" koşulundaki katılımcıların, akıllı telefonu "masa" ve "çanta" koşulundaki katılımcılardan daha iyi performans gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkarak araştırmacılar akıllı telefonun belirginliği arttıkça kullanılabilir bilişsel kapasitenin azaldığını, akıllı telefonunun varlığının, kullanılmadığında bile mevcut bilişsel kapasiteyi azalttığını ifade etmektedirler. Stieger ve Wunderl'in (2022) aktif ve pasif sosyal medya kullanımı ile bilişsel yetenekler arasındaki ilişkileri araştırdığı ergenlerle yaptıkları çalışmalarında sosyal medya kullanımı ve akıcı zekâ arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Tümevarımsal Akıl Yürütme testini kullanmışlardır. Aktif düzeyde sosyal medya kullanımının akıcı zekâ üzerinde çok düşük düzeyde bir etkisinin olduğunu bulmuşlardır.

İlgili literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ile akıcı zekâ arasındaki ilişkiyi araştıran çok kısıtlı çalışmaların olduğu görülmüştür. Yapılan

Çalışmaların sonuçları ise birbirleri ile tutarlı değildir. Fakat son zamanlarda çalışma belleği ve akıcı zekânın ilişkini ortaya koyan araştırmalar literatürde mevcuttur (Kane, Hambrick ve Conway, 2005). Yapılan bir araştırmada çalışma belleğinin akıcı zekânın önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Shelton, Elliott, Matthews ve Gouvier, 2010). Sosyal medya bağımlılığının çalışma belleği performansını etkilediğini bildiren çalışmalardan yola çıkıldığında sosyal medya bağımlılığının çalışma belleğinin önemli bir yordayıcısı olan akıcı zekâ ile de ilişkisinin olabileceği düşünölmüştür. Bu sebeple bu ilişkinin incelenmesi önemli gözökmektedir.

1.12 Sosyal Medya Bağımlılığının Stroop Testi ile İlişkisi

Dikkat, bir canlının çevresindeki değişiklikleri fark etme ve bunlara yanıt verme yeteneği olarak tanımlanabilir. Aşırı düzeyde sosyal medya kullanımı olan bireylerin ilgili veya gerekli bilgilere uygun şekilde dikkat etme becerisi sınırlıdır ve bu sebeple etrafta dikkat dağıtıcı unsurlar varsa görev performansı düşebilir (Brown ve ark., 2019). Sosyal medya da dahil olmak üzere teknoloji, potansiyel olarak iş veya okul performansını olumsuz etkileyebilir. Dikkat ve sosyal medya ile ilgili araştırmaların çoğu, değiştirme yeteneğinde veya kişinin dikkatini bir görevden diğerine etkili bir şekilde değiştirme becerisinde bir düşüş bulmuştur (Uncapher, Thieu ve Wagner, 2016). Bu sebeple, sosyal medya kullanımının bilişsel becerilerimizi nasıl etkilediğini anlamak, günlük yaşamın tüm yönleri için son derece önemlidir (Lara ve Bokoch, 2021).

Dikkati odaklayabilmenin ve sürdürebilmenin internet bağımlılığı ile ilişkisini araştıran Dong ve arkadaşları (2011), problemlı internet kullanımı olan ve olmayan erkek üniversite öğrencileri, Stroop Testi performansı ve yanıt inhibisyonunun nöral bağlantılarını açıklamak için fMRI kullanarak karşılaştırdığı bir çalışmada, problemlı internet kullanımı olan genç erkeklerde bozulmuş engelleyici kontrol ve azalan bilişsel verimlilik olduğunu göstermiştir. İnternet bağımlılığı olan grup, sağlıklı kontrol grubuna göre anterior ve posterior singulat kortekslerde Stroop etkisi sırasında daha fazla aktivasyon gösterdi. Ön singulat korteksteki sinyal, bağımlılık ölçeğinde daha yavaş ve uyumsuz reaksiyon süresi ve daha şiddetli skorlarla ilişkilendirilmiştir. Bu bulgular sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin, düşük oto kontrol düzeylerine sahip olmaları nedeniyle, inhibisyon becerilerinde bazı bozulmalar olduğuna işaret etmektedir.

Lara ve Bokoch'un (2021) sosyal medya kullanımı ve bilişsel işlevler ile ilgili yaptıkları çalışmada sosyal medya kullanımı ve Stroop testi sonuçları arasında anlamlı bir ilişki çıkmamıştır. Çalışmanın örneklem büyüklüğünün bu ilişkiyi incelemek için yeterli olmaması ve bilişsel testlerin çevrimiçi ortamda yapılmasının ortamdaki kontrol eksikliğine ve katılımcının dikkatinin dağılmasına sebep olmasıyla araştırmanın sonuçlarını etkilemiş olabileceği düşünülmüştür. Ayrıca çalışmada kullanılan sosyal ağ zaman kullanım ölçeğinin kişisel bildirim ölçeği olmasının da araştırmanın sonucunu etkileyen sebeplerden biri olabileceği düşünülmüştür. Kişinin kendi sosyal medya kullanımını bildirmesi gerçek kullanımı tam olarak yansıtmayabilir. Özellikle bağımlılık gibi konulara odaklanan araştırmalarda, gerçek kullanım alışkanlıklarını tam olarak ölçmek çok önemlidir.

Zhao ve arkadaşları (2022) aşırı sosyal medya kullananların sosyal medya ile ilgili ipuçlarına karşı dikkat yanlılığı gösterip göstermediği ile ilgili yaptıkları çalışmada bağımlılık Stroop görevini ve bağımlılık Nokta görevini kullanmışlardır. Bağımlılık Stroop görevinden önce, bu deneye katılmayan 15 üniversite öğrencisinden sosyal medya ile ilgili kelimelerin ve nötr kelimelerin kapsamını 5'li Likert ölçeğinde derecelendirmeleri istenmiştir (1 = son derece tutarsız, 5 = son derece tutarlı). Son olarak, deneyde kullanılmak üzere sosyal medya ile ilgili 20 kelime (örneğin whatsapp) ve günlük ihtiyaçlara atıfta bulunan 20 nötr kelime (örneğin bardak) seçildi. Sosyal medya ile ilgili kelimeler ve tarafsız kelimeler benzerlik, sıklık ve uzunluk açısından eşleştirildi. Bağımlılık Nokta görevi için uyaranlar, Bağımlılık Stroop görevi için açıklandığı gibi seçildi. Görev sırasında, 500 ms süreyle ekranın ortasında önce bir “+” fiksasyon artışı gösterildi. Bunu, “+” işaretinin sol ve sağ taraflarında bulunan bir çift kelimenin (bir sosyal medya ile ilgili kelime ve bir nötr kelime) 1000 ms'lik bir sunumu izledi. Bağımlılık Stroop görevinde sosyal medya ile ilgili kelimelere özel bir dikkat yanlılığı gösterilmediği görülmüştür. Bağımlılık Nokta görevinde ise, sosyal medya bağımlılarının sosyal medya ile ilgili uyaranlara karşı daha büyük bir dikkat yanlılığına sahip olduğu gösterilmiştir. Bu tutarsızlık için olası bir açıklama, Stroop görevinin sorunlu sosyal medya kullanıcıları için çok kolay olabileceği olabilir. Bu nedenle, Nokta görevi paradigmasının dikkat yanlılığını değerlendirmek için mevcut çalışmada olduğu gibi bağımlılık Stroop görevinden daha güvenilir bir ölçüm olduğu sonucuna varılabilir. Araştırmacılar bu çalışmada, sosyal medya ile ilgili bilgilerin sorunlu sosyal medya kullanıcılarının dikkatini çekebileceğini buldu; bu nedenle, sorunlu

sosyal medya kullanımının bağımlılık yapan bir davranış olduğunu ve davranışsal bağımlılığa benzer bağımlılık mekanizmaları sergilediğini öne sürmüşlerdir.

Literatürde sosyal medya bağımlılığı ve yürütücü işlevlerle olan ilişkisini açıklayan çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda da birbirinden farklı bulgular elde edilmiştir. Sosyal medyanın aşırı kullanımının bilişsel süreçlerden etkilendiği görülmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile karar verme, kurulumu değiştirme, inhibisyon, çalışma belleği, problem çözme, planlama ve dikkat süreçleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Sosyal medya kullanımı olmayan ya da az olan kişilerin sosyal medya bağımlılığı çok olan kişilere kıyasla problem çözme, muhakeme yeteneği ve dikkat süreçlerinde daha iyi bir performans sergileyecekleri öngörülmüştür. Bu nedenle araştırmaya dahil edilen bilişsel süreçler ile sosyal medya bağımlılığı arasında bir ilişki olabileceği düşünülmektedir. Mevcut çalışma önceki çalışmalardan farklı olarak daha önce incelenmemiş farklı bilişsel süreçleri bir arada incelemeyi ve bu süreçlerin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

1.13 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Kişilik

Sosyal medya bağımlılığı bazı kişilik özellikleri ile birlikte görülmektedir. Çalışmalar, kişiliğin sosyal medya kullanımına yönelik kalıplar ve güdülerdeki farklılıkları ve sosyal medya bağımlılığı riskini açıklamada rol oynadığını öne sürmektedir (Marengo, Poletti ve Settanni, 2020). Gray'in (2000) biyopsikolojik kişilik teorisi, anksiyetenin ceza mekanizması ile ilişkilendirildiği ve dürtüsellik ile ödül mekanizması arasında bağlantı olduğunu öne sürmektedir. Bu durum kişiliğin bağımlılık davranışları üzerinde etkisi olabileceğini düşündürmektedir. Yapılan araştırmalar, kişilik özelliklerinin, sosyal ihtiyaçların ve ilişki kurma isteklerinin, sosyal medya ve internet kullanımını etkilediğini göstermiştir (Levin ve Stokes, 1986).

Literatür incelediğinde sosyal medya bağımlılığı ve kişilik arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda genellikle Eysenck Kişilik Envanteri ve Beş Faktörlü Kişilik Ölçeği kullanılmıştır. Beş faktörlü kişilik ölçeğinin boyutlarının davranışsal bağımlılıklarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kişilik özelliklerinin, sosyal medya kullanım amaçlarına yönelik kalıplar ve güdülerdeki farklılıkları açıklamada rol oynadığı, birçok araştırmada gösterilmiştir (Amichai-Hamburger ve Vinitzky, 2010). Bu model kişilik özelliklerinin geniş bir

sınıflandırmasıdır. Model, insan kişiliğini beş boyutta ele almaktadır. İlk boyut, nevrotiklik, bir kişinin psikolojik sıkıntı yaşama eğilimini yansıtır ve bu özelliğin yüksek seviyeleri tehlikeye karşı duyarlılıkla ilişkilidir. İkinci boyut dışa dönüklük, sosyal olma ve olumlu duygular yaşayabilme eğilimini yansıtır. Üçüncüsü, deneyime açıklık, bireyin alternatif yaklaşımları düşünme, entelektüel olarak meraklı olma ve sanatsal uğraşlardan zevk alma istekliliğini temsil eder. Dördüncü boyut olan kabul edilebilirlik, güvenen, sempatik ve işbirlikçi olma eğilimini yansıtan kişilerarası davranışın başka bir yönüdür. Beşinci boyut olan vicdanlılık, bireyin ne derece organize, çalışkan ve titiz olduğunu yansıtır. Sosyal medya ve kişilik üzerine yapılan araştırmalar dışadönüklük, nevrotizm ve deneyime açıklığın sosyal medya kullanımında etkin birer faktör olabileceğini göstermiştir (Ross ve ark., 2009). Fakat nevrotizm alt boyutuyla ilgili yapılan bazı araştırmalarda farklı bulgular elde edilmiştir. Nevrotizm düzeyi yüksek olan katılımcıların, Facebook'ta daha az kişisel bilgi paylaşımı yaptığına dair bulgular Ross ve diğerleri (2009) tarafından rapor edilmiştir. Ancak Amichai-Hamburger ve Vinitzky (2010), nevrotizm düzeyi yüksek katılımcıların, düşük nevrotizm düzeyindeki katılımcılara kıyasla daha çok fotoğraf paylaştıklarını bildirmişlerdir. Eysenck Kişilik Anketi kullanılan bir araştırmada sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin daha yüksek nevrotiklik puanları, daha yüksek psikotisizm puanları ve daha düşük yalan puanları olduğu görülmüştür (Dong, Wang, Yang ve Zhou, 2013). Nevrotik bireyler benlik saygısı düşük, motivasyonu düşük ve onaylanma ihtiyacı olan bireylerdir ve bu sebeple sosyal medya bu bireyler için uygun bir ortamdır. Yüksek nevrotik özelliklere sahip kişiler sosyal medya bağımlısı olma eğilimindedirler. Nevrotik bireyler internet ve sosyal medya sayesinde kaygı, utangaçlık ve güvensizlikten kaynaklanan yalnızlıklarından kurtulabilirler. Şenormancı ve arkadaşlarının (2014) yapmış olduğu bir çalışmada bağımlı grubun nevrotik puanları bağımlı olmayan grubun puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Kuss ve arkadaşları (2013) ise nevrotiklik düzeyinin internet bağımlılığını yordadığını ve duygusal tutarsızlığın internet bağımlılık düzeyini artırdığını bildirmiştir. Ancak Servidio (2014) tarafından yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı ve duygusal tutarsızlık arasında herhangi bir ilişki olmadığı ileri sürülmüştür.

Eysenck ve Eysenck'in teorisine göre dışa dönüklük, sosyal olmayı, girişkenliği ve risk almaktan keyif almayı temsil etmektedir. Dışa dönük bireyler, arkadaşlarıyla zaman geçirmeyi tercih etmekte ve yüz yüze iletişim kurmada

rahat olduklarını ifade etmektedirler. Bu sebeple ilişki kurmak için sosyal medyayı kullanmaları gerekmediği ifade edilir. Çınar ve Mutlu'nun (2019) internet bağımlılığı ve kişilik özelliklerini incelediği araştırmada dışa dönüklük ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Psikotizizm, saldırganlık, empati kuramama, duyarsızlık, güvensizlik, tuhaflik, soğuk olma gibi kişilik özelliklerini temsil etmektedir (Şenormancı ve ark., 2014). Amiel ve Sargent'in (2004) internet kullanımındaki bireysel farklılıkları araştırmak için Eysenck Kişilik Envanterini kullandıkları bir çalışmada, psikotizizmden yüksek puan alan öğrencilerin daha sapkın ve karmaşık sosyal medya uygulamalarına ilgi gösterdiklerini bulmuşlardır. Buldukları bu sonucun önceki çalışmalarla uyumlu olduğunu ifade etmişlerdir.

Eysenck Kişilik Anketi'nin bir alt boyutu olan yalan, testin genel geçerliliğini kontrol etmek için kullanılan bir kontrol skalasıdır. (Karancı, Dirik ve Yorulmaz, 2007). Şenormancı ve arkadaşlarının (2014) yapmış olduğu bir çalışmada bağımlı grubun yalan puanları bağımlı olmayan grubun yalan puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Dong ve arkadaşlarının (2013) yapmış olduğu bir çalışmada ise sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin yalan puanlarının düşük olduğu bulunmuştur. Literatürde yalan alt boyutu ile ilgili araştırmalarda çelişkili sonuçlar bulunmuştur.

İlgili literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı araştıran çalışmalarda kişilik ile olan ilişkiyi araştıran çalışmalara rastlanmıştır fakat nöropsikolojik testlerle birlikte ilişkisini açıklayan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple sosyal medya bağımlılığı, kişilik ve nöropsikolojik testler arasındaki ilişkinin belirlenmesinin literatüre katkı sağlayacak bulgular ortaya çıkaracağı düşünülmüştür.

1.14 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Dürtüsellik

Dürtüsellik terimi genellikle uyumsuz davranışlar için kullanılmaktadır. İyi tasarlanmamış, zamanından önce ifade edilmiş, duruma uygun olmayan veya gereğinden fazla riskli ve çoğunlukla da istenmeyen sonuçlara yol açan eylemleri kapsamaktadır (Evenden, 1999). Gray (1970) ise dürtüsellik risk alma, heyecan arama ve plan yapmada zorlanma olarak açıklamaktadır. Dürtüsellikte, mevcut koşullar altında durum değerlendirmesi yapmak ve esnek cevap vermekte bazı sorunlar yaşandığı düşünülmektedir (Torregrossa, Quinn ve Taylor, 2008).

Barratt Dürtüsellik Ölçeği başta dürtüsellığı kaygıdan ayırmak ve normal bireylerdeki dürtüsellığı tanımlamak için geliştirilmiştir. Güncel Barratt Dürtüsellik Ölçeği dürtüsellığın üç alt özelliği olduğunu öne sürmektedir (Evenden, 1999). Bunlar geleceğe yönelik kararlılık ile ilgili olan plan yapamama, düşünmeden hareket etmeyi içeren motor dürtüsellik ve ayrıntılara dikkat etmeyi içeren dikkat dürtüselliktir (Patton, Stanford ve Barratt, 1995).

Dürtüsellik, sosyal medyanın bilinçsiz ve aşırı kullanımı için ciddi bir risk faktörüdür (Wu, Cheung, Ku ve Hung, 2013). Shapira ve arkadaşlarının (2000) patolojik internet kullanımı olan bireylerle yapmış oldukları bir araştırmada klinik ortamda uygulanan bir kişilik envanteri ile yapılan bir değerlendirme sonucunda katılımcıların tamamında “Başka Türü Adlandırlamayan Dürtü Kontrol Bozukluğu” tespit edilmiştir. Dürtüsel davranışlar sergileyen bireylerin zamanlarını verimli kullanma ve plan yapma ve düşünmeden harekete geçme durumlarında problem yaşadıkları görülmektedir (Patton ve ark., 1995). Sosyal medyayı aşırı kullanan bireylerin genellikle etkin vakit geçirememeye, plan yapamama ve sosyal medya bağımlılığı geliştirme gibi dürtüsel özellikler taşıdıkları araştırmalar tarafından gösterilmiştir. Bu bireyler genellikle sosyal medyada geçirdikleri zamanın farkında olmamakta ve diğer aktiviteleri yapmak için zamanları kalmamaktadır. Ayrıca, sosyal medyayı kullanma ihtiyacı, bağımlılık benzeri bir davranış gösterme eğilimini artırabilir (Kuss ve Griffiths, 2012). Savcı ve Aysan’ın (2017) dürtüsellik, yalnızlık ve sosyal medya kullanımı ile ilgili yapmış oldukları bir çalışmada dürtüsellığın sosyal medya kullanımını artırdığı, sosyal medya kullanımının ise yalnızlığı olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

İnternet bağımlılığı olan bireylerin, kumar bağımlılığı olan bireylerin ve sağlıklı grubun çalışma belleği, yürütücü işlevler ve dürtüsellik düzeylerinin Barratt Dürtüsellik Ölçeği ile karşılaştırıldığı Zhou ve arkadaşlarının (2016) yaptığı bir çalışmada 23 internet bağımlısı birey, 23 patolojik kumar hastası ve 23 sağlıklı katılımcı çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı olan bireylerin dürtüsellik ölçeğinden aldıkları puan patolojik kumarbazların aldıkları puandan anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Yani internet bağımlılığı olan bireylerin, kumar bağımlılığı olanlara göre daha dürtüsel olma eğiliminde olduğu görülmüştür. Ancak her iki bağımlılık türünde de sağlıklı bireylere kıyasla daha düşük yürütücü işlevler performansı sergilenmiştir.

Yürütücü işlevler muhakeme, problem çözme, planlama, karar verme ve görev esnekliğinin yanı sıra dürtüsel tepkilerin engellenmesini de içeren bir terimdir. Problemlili internet kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı olan bireylere yapılan değerlendirmeler sonucunda birçoğunun bu kullanım dürtüsünü engelleyememesi dürtüsellik ve sosyal medya bağımlılığının incelenmesinin önemli olacağını düşündürmüştür.

1.15 Sosyal Medya Bağımlılığında Anksiyete ve Depresyon

Sosyal medya bağımlılığı veya problemlili sosyal medya kullanımı, yüksek düzeyde depresyon ve anksiyete ile ilişkilidir (Seabrook, Kern ve Rickard, 2016). Young ve Rodgers (1998) tarafından yapılan bir araştırmada, patolojik internet kullanıcılarının %54'ünde depresyon, %34'ünde anksiyete bozukluğu ve geri kalanında düşük benlik saygısı gibi psikolojik problemler görülmüştür. Bu sonuçlar, patolojik internet bağımlılığı ve problemlili sosyal medya kullanımının ile psikolojik sorunlar arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, katılımcıların çoğunun sosyal medya kullanımının kendilerini kaygılandırıldığını ifade ettikleri ve bu kaygı nedeniyle birçoğunun sosyal medya uygulamalarından gelen arkadaşlık isteklerini yanıtlamakta tereddüt ettikleri ortaya çıkmıştır (Campisi ve ark., 2012). Bununla beraber sosyal medya kullanıcılarının olumsuz türde bir mesaj aldıklarında veya olumsuz sosyal iletişime girdiklerinde sosyal kaygı yaşadıkları ifade edilmektedir. Bireylerin kaygılarından, sorunlarından, suçluluk hissi ve bunalım gibi duygularından kaçınmak amacıyla sosyal medya kullanımlarında artış olduğu görülmüştür (Nesi ve Prinstein, 2015). İnternet bağımlılığı olan bireylerde sıklıkla sosyal fobi, dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu ve depresyon gibi diğer psikiyatrik bozukluklar da ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca, bazı vakalarda ailede başka bağımlılık davranışları da görülebilmektedir. Örneğin, patolojik kumar ve madde bağımlılığı gibi diğer bağımlılık türleri internet bağımlılığı olan bireylerin ailelerinde de var olabilmektedir. Bu nedenle, internet bağımlılığı olan bireylerin sadece bu konuda değil, diğer psikiyatrik sorunlarının da tedavi edilmesi gerekebilir (Odabaşıoğlu ve ark., 2007).

Steers ve arkadaşlarının (2014) Facebook kullanımı ve depresyon ile ilgili yaptıkları bir araştırmada Facebook'ta daha çok zaman geçiren kişilerin kendilerinin daha depresif olarak tanımladıkları sonucuna ulaşmışlardır. Bunun nedeninin ise Facebook ortamında kendilerini diğer kullanıcılar ile kıyaslayıp, diğer

kullanıcıların kendilerinden daha iyi bir hayata sahip olduklarını düşünmeleri ve bu sebeple de daha mutsuz hissetmeleri olarak gösterilmiştir. Karaikos ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında, 24 yaşındaki bir kadının sosyal medya kullanımı nedeniyle iş ve özel hayatında sorunlar yaşadığı rapor edilmiştir. Kadın, sosyal medyada geçirdiği saatler nedeniyle iş yerindeki görevlerini yerine getiremez hale gelmiştir. Kişinin günde en az 5 saat Facebook'u kullandığı ve bu durumun da kişinin iş performansını olumsuz etkilediği ve işten çıkarılmasına sebep olduğu belirtilmiştir. Ayrıca kadının hayatında pek çok olumsuz durumun olduğu anksiyete ve uykusuzluk gibi durumların da geliştiği rapor edilmiştir. Bu durum ise sosyal medya bağımlılığının sadece iş ve özel yaşamda sorunlara neden olmakla kalmayıp, aynı zamanda kişinin psikolojik sağlığını da olumsuz etkilediğini göstermektedir. Sosyal medya kullanımının yoğunluğu arttıkça, anksiyete ve uykusuzluk gibi semptomlar gibi bağımlılıkla ilişkili belirtiler de artabilmektedir.

1.16 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Mental İyi Oluş

Mental iyi oluş, bireyin öz farkındalığı, stresle başa çıkabilme yeteneği, iş hayatında üretkenliği ve etkinliği, topluma fayda sağlayabilme yeteneği gibi özellikleri içeren bir kavramdır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından tanımlanan bu kavram, bireyin kendini ve yeteneklerini tanıması, zorlu durumlarla baş edebilme kabiliyeti, iş hayatında başarılı olabilme, topluma katkı sağlayabilme gibi konuları kapsamaktadır. İnternet ve sosyal medya kullanımının diğer günlük yaşam aktiviteleri üzerinde derin bir meşguliyet boyutu üstlenmesi, bireylerin psikolojik ve öznel iyi oluş ile akademik performansları açısından bazı sorunların olduğu görülmektedir (Oluwale ve ark., 2021). 219 üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklem ile Facebook kullanımı ile akademik performans arasındaki ilişkileri değerlendiren bir çalışmada aşırı düzeyde Facebook kullanımı olan öğrencilerin not ortalamalarının daha düşük olduğu ve bu öğrencilerin, sosyal medya uygulaması olmayan öğrencilere göre ders çalışmak için daha az zaman harcadıkları bulunmuştur (Kirschner ve Karpinski, 2010).

Araştırmalar sosyal medya kullanımı ve iyi oluş arasındaki ilişkinin bireyler arasında farklılaştığına vurgu yapmaktadır (Balcı ve Demir, 2018). Örneğin sosyal medyayı kullanan içedönük bireylerin, sosyal çevresi geniş olan bireylere göre daha mutlu oldukları görülmüştür. Facebook kullanıcılarının %37'si Facebook'u sevdikleriyle haberleşmek ve stres yaratan ortamlardan uzaklaşmak için

kullandıklarını ifade etmektedirler (Çiftçi, 2016). Yapılan çalışmalar Facebook kullanımının bireylerin iyi oluşları açısından zararlarının da olabileceğini ortaya koymuştur. Facebook'ta geçirilen zamanın çok fazla olmasının ve sosyal medya kullanıcılarının birçok sosyal medya üyeliğinin olmasının, kullanıcıların çok fazla strese girmesine sebep olduğu görülmüştür (O'Sullivan ve Hussain, 2017). Sosyalleşmek için kullanılan Facebook'ta hedeflenenden çok zaman geçirilmesi sonucu gençlerin gerçek hayattan kopması ve bu sebeple de kendilerini daha yalnız hissettikleri söylenebilir (Çapan ve Sarıçalı, 2016).

Ergenlerle yapılan bir çalışmada patolojik internet kullanımının, bozulmuş akıl sağlığı ve yetersiz uyku gibi ciddi sağlık sorunlar ile ilişkisi olduğu rapor edilmiştir. Çalışma, yoğun internet kullanıcılarının uyku bozuklukları ve uykusuzluk üzerindeki etkisini bulmuştur ve bu, bazı psikiyatrik bozuklukları beraberinde getirmekle birlikte ruh sağlığının kötüleşmesine doğrudan katkıda bulunmaktadır (Kawabe ve ark., 2016).

Alan yazında sosyal medya bağımlılığı ile öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş üzerine yapılmış bazı çalışmalar mevcuttur. Mental iyi oluş ölçeğinin ise her iki iyi oluşa dair maddeleri içermesi sebebiyle daha kapsamlı bir ölçek olduğu düşünülmektedir. Yapılan araştırmalardaki bulguların çelişkili olması sosyal medya bağımlılığı ve mental iyi oluşun ilişkisinin incelenmesi önemli görülmektedir.

Sosyal medyanın kullanım amaçları oldukça çeşitli olmakla birlikte sosyal medya uygulamalarının aşırı kullanımı her yaşta kullanıcı için problem teşkil etmekte ve kullanıcıların hayatlarını psikolojik, fiziksel ve sosyal olarak etkilemektedir. Yapılan araştırmalar özellikle üniversite öğrencilerin sosyal medya uygulamalarında çok fazla zaman geçirdiğini vurgulamaktadır. Sosyal medyada geçirilen zamanın planlanamaması gençlerde akademik performansın, uyku kalitesinin, sosyal aktiviteye katılımların ciddi oranda azalmasına sebebiyet vermektedir. Ayrıca araştırmalar yalnızlık hissi, anksiyete, depresyon, stres, özgüven eksikliği gibi birçok psikolojik sorunlara da yol açabileceğini belirtmektedir. Mevcut çalışma ile ortaya konulacak ilişkiler sosyal medya bağımlılığının işleyişi hakkında detaylı bilgiler verebilir ve sosyal medya bağımlılığına yönelik müdahale programlarının içeriklerinin belirlenmesinde yol gösterici olabilir.

Tüm bu bilgiler doğrultusunda akıcı zekâ, problem çözme, planlama, dikkat, karar verme, inhibisyon ve zihinsel esneklik gibi yürütücü işlevlerin ve kişilik,

dürtüsellik, anksiyete, depresyon ve mental iyi oluş puanlarının sosyal medya bağımlılığı düzeylerine göre farklılık gösterdikleri düşünülmektedir. Ancak literatürde bu değişkenlerin hep birlikte ele alınmadığı gözlemlenmiştir. Türkçe literatürde sosyal medya bağımlılığı ile kişilik, duygudurum, dürtüsellik, mental iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği fakat yürütücü işlevler arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmanın olmadığı belirlenmiştir. Bu bağlamda sosyal medya bağımlılığı ile yürütücü işlevler ilişkisinin incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Literatürdeki bu boşluktan yola çıkılarak söz konusu değişkenler bu çalışmada hep birlikte ele alınmıştır. Bu açıdan mevcut çalışmanın özgün bir değeri bulunmaktadır.



İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1 Araştırmanın Örneklemi

Araştırmaya, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde eğitim gören, yaşları 18 ile 30 arasında olan 128 öğrenci katılmıştır. Ancak, araştırmaya katılım kriterlerini sağlayamayan 48 öğrenci araştırma dahil edilmemiştir. Örneklemenin betimsel analiz sonuçlarına göre, yaş ortalaması $\bar{X}$ = 21.83 (SS= 2.5) olarak hesaplanmıştır. Tüm katılımcılar baskın olarak sağ elini kullanmaktadır. Katılımcılarda nörolojik ve psikiyatrik rahatsızlık bulunmamaktadır.

Tablo 2.1 Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	Yüzdelik
Kadın	53	66.3
Erkek	27	33.7
Toplam	80	100.0

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümler ise Mimarlık, Hemşirelik, İşletme, Gıda Mühendisliği, Elektrik ve Elektronik Mühendisliği, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, Psikoloji, Tıp Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Mütercim Tercümanlık, İngilizce Öğretmenliği, Okul Öncesi Öğretmenliği, Resim Öğretmenliği, Coğrafya Öğretmenliği, Matematik, Halkla İlişkiler ve Bitki Koruma şeklindedir (Tablo 2.2).

Tablo 2.2 Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Dağılımları

Bölüm	N	Yüzdelik
Mimarlık	8	10.0
Hemşirelik	6	7.5
İşletme	1	1.3
Gıda Mühendisliği	3	3.9
Elektrik ve Elektronik Mühendisliği	1	1.3

Tablo 2.2 (devamı): Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Dağılımları

Bölüm	N	Yüzdelik
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	1	1.3
Psikoloji	33	41.3
Tıp Fakültesi	1	1.3
Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon	5	6.3
Mütercim Tercümanlık	2	2.5
İngilizce Öğretmenliği	5	6.3
Okul Öncesi Öğretmenliği	2	2.5
Resim Öğretmenliği	2	2.5
Coğrafya Öğretmenliği	1	1.3
Matematik	2	2.5
Halkla İlişkiler	5	6.3
Bitki Koruma	2	2.5

Katılımcıların günlük cep telefonu ve sosyal medya kullanım sürelerine ilişkin bilgiler Tablo 2.3'te verilmiştir.

Tablo 2.3 Katılımcıların Günlük Cep Telefonu ve Sosyal Medya Kullanım Süreleri

Zaman	Cep Telefonu	Sosyal Medya
1 saatten az	1.3	6.3
1-3 saat	30.0	51.1
4-6 saat	47.5	31.3
7 saat ve üzeri	21.2	11.3

Katılımcıların sosyal medya uygulama sayılarına ilişkin bilgiler Tablo 2.4'te verilmiştir.

Tablo 2.4 Katılımcıların Sosyal Medya Uygulama Sayıları

Uygulama Sayısı	Yüzdelik
1	5.0
2	37.5
3-5	55.0
5'ten fazla	2.5

Katılımcıların sosyal medya kullanmaya ne zaman başladıklarına dair bilgiler Tablo 2.5’te verilmiştir.

Tablo 2.5 Katılımcıların Geçmişe Yönelik sosyal Medya Kullanım Zamanları

Zaman	Yüzdelik
1 yıldan az	1.3
1-2 yıl	3.8
3-4 yıl	15.0
5 yıldan fazla	80.0

Katılımcıların araştırmaya katılmalarının uygunluğunun belirlenmesi ve demografik bilgilerin alınması için katılımcılardan araştırmaya katılmadan önce yaş, cinsiyet, iletişim bilgileri, eğitim bilgileri, günde ne kadar süre sosyal medya hesabında zaman geçirdiği, herhangi bir kronik veya kalıtsal hastalığı olup olmadığı, düzenli olarak kullanmak zorunda olduğu ilaç kullanım durumu, psikiyatrik bir tanısının olup olmadığı ve daha önce nöropsikolojik testlerin uygulanıp uygulanmadığına dair bilgiler elde edilmiştir.

2.2 Veri Toplama Araçları

Araştırmada Demografik Bilgi Formu, Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST), Stroop Testi TBAG Formu, Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi (HSD), Iowa Kumar Testi (IKT), Wechsler Yetişkinler Zekâ Testi- IV Mantık Yürütme Kareleri Alt Testi (Matrix Reasoning), Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ), Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11- KF), Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu (EKA-KF), Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu (WEMİÖÖ), Burns Depresyon Ölçeği (BDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), kullanılmıştır. Kullanılan ölçme araçları hakkında ayrıntılı bilgiler aşağıda verilmiştir.

2.2.1 Demografik Bilgi Formu

Katılımcılardan araştırmaya katılmadan önce yaş, cinsiyet, iletişim bilgileri, eğitim bilgileri, günde ne kadar süre sosyal medya hesabında/hesaplarında zaman geçirdiği, herhangi bir kronik veya kalıtsal hastalığı olup olmadığı, düzenli olarak kullanmak zorunda olduğu ilaç kullanım durumu, psikiyatrik bir tanısının olup

olmadığı ve daha önce nöropsikolojik testlerin uygulanıp uygulanmadığına dair bilgileri içeren detaylı bir demografik bilgi formu doldurmaları istenmektedir.

2.2.2 Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST)

WCST, Berg (1948) tarafından geliştirilmiş, Heaton (1981) tarafından gözden geçirilmiş ve Karakaş (2006) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Testten 13 farklı puan elde edilmektedir. Bu test, dikkat, bozucu etkiye karşı koyabilme, akıl yürütme, zihinsel esneklik, soyut düşünme ve yürütme işlevleri gibi özellikleri ölçen frontal lob işlevlerine duyarlı bir testtir. WCST, dört adet uyarıcı kartı ile 64'er adet tepki kartını içeren iki kart destesinden oluşmaktadır. Kartların her birinde artı, daire, üçgen ve yıldızdan oluşan farklı renk ve miktarlarda şekiller bulunmaktadır. Testte katılımcıya tepki kartlarını uyarıcı kartlar ile eşlemeyi neye göre yapacağı söylenmeden her bir tepki kartını, doğru olduğunu düşündüğü uyarıcı kartı ile eşleştirmesi istenir. Uygulayıcı, katılımcının yaptığı eşlemeden sonra her seferinde doğru veya yanlış diyerek geri bildirim verir. Doğru eşleme ilkesi renk, şekil, miktar, renk, şekil, miktar olarak sıralanmaktadır. Katılımcının aynı kategoride üst üste 10 kez doğru eşleme yapmasından sonra doğru eşleme ilkesi bir sonraki kategori olmaktadır. Katılımcının 6 kategoriyi tamamlaması ile veya her iki destedeki kartların tamamını kullandığında test sona erer. Testin sonunda toplam 13 puan türü hesaplanmaktadır. Bunlar:

1. Toplam Tepki Sayısı (WCST 1): Tamamlanan testte doğru ve yanlış tepki sayılarının toplamıdır.
2. Toplam Yanlış Sayısı (WCST 2): Katılımcının test esnasında o an geçerli eşleştirme ilkesi dışında yaptığı yanlış eşleştirmelerinin toplamıdır.
3. Toplam Doğru Sayısı (WCST 3): Katılımcının test esnasında o an geçerli olan eşleştirme ilkesine uygun yaptığı doğru eşleştirmelerinin toplamıdır.
4. Tamamlanan Kategori Sayısı (WCST 4): Katılımcının 6 kategoriden kaç tanesini tamamladığıdır.
5. Perseveratif Tepki Sayısı (WCST 5): Ardışık 10 doğru tepki sonrasında bir önceki kategorinin doğru eşleştirme ilkesine göre tekrarlanan veya katılımcı tarafından bir perseverasyon ilkesinin oluşturulmasından sonra tekrarlanan tepkilerin toplamıdır. Bu koşullara uyan birinci, ikinci ve üçüncü tip perseveratif tepkilerin toplamı perseveratif tepki sayısı puanını vermektedir.
6. Perseveratif Hata Sayısı (WCST 6): Perseveratif olan tepkilerden aynı zamanda yanlış olan tepkilerin toplam sayısıdır.

7. Perseveratif Olmayan Hata Sayısı (WCST 7): Toplam hata sayısından perseveratif hata sayısının çıkarılmasıdır.

8. Perseveratif Hata Yüzdesi (WCST 8): Toplam perseveratif hata sayısının toplam tepki sayısına bölünüp 100’le çarpılmasıdır.

9. İlk Kategoriyi Tamamlamada Kullanılan Tepki Sayısı (WCST 9): İlk kategorinin tamamlanmasında kullanılan tepki sayısıdır.

10. Kavramsal Düzey Tepki Sayısı (WCST 10): En az üç tane ard arda gelen doğru tepkilerin toplamıdır.

11. Kavramsal Düzey Tepki Yüzdesi (WCST 11): Kavramsal düzey tepki sayısının toplam tepki sayısına bölünüp 100 ile çarpılmasıdır.

12. Kurulumu Sürdürmede Başarısızlık (WCST 12): Katılımcının ard arda 5-9 tepki verdiği ancak 10’a tamamlanamayan tepki bloklarının sayısıdır.

13. Öğrenmeyi Öğrenme (WCST 13): En az 3 kategoriyi tamamlayan katılımcılarda hesaplanır. Her bir kategorideki hata sayısı o kategorideki tepki sayısına bölünüp 100 ile çarpılır. Daha sonra bir önceki kategorinin hata yüzdesinden bir sonraki kategorinin hata yüzdesi çıkarılarak bulunur.

Testin Türkiye standardizasyon çalışması yapılmıştır (Karakaş, 2006).

2.2.3 Stroop Testi TBAG Formu

Stroop (1935) tarafından geliştirilen, Karakaş’ın (2006) Türk kültüründe standardizasyon çalışmasını yaptığı Stroop Testi, odaklanmış dikkati ölçen bir testtir. Stroop Testi TBAG Formu, bireylerin algısal kurulumlarını ve tepki süreçlerini ölçmek için kullanılan bir testtir. Stroop Testi TBAG Formu dört beyaz karttan oluşmaktadır. Her kartın üzerinde 4’er madde, 6 satırdan oluşan “uyarıcı” maddeler bulunmaktadır. Stroop Testi TBAG Formu’nda sarı, mavi, kırmızı ve yeşil renkleri ile bu renklerin isimleri kullanılmaktadır. 1. kartta yer alan sözcükler siyah renkte basılmıştır. 2. kartta ise, farklı renklerle basılmış sözcükler vardır. Sözcüklerin basımında kullanılan renkler, sözcüklerin anlamlarından farklıdır. Her kelimenin basımında kullanılan renk, kelimenin ifade ettiği renkten farklıdır. Bu kart testin ikinci ve beşinci aşamasında olmak üzere iki kez kullanılmaktadır. Beşinci aşama Stroop etkisinin görüldüğü kısımdır. Örneğin, “yeşil” kelimesi mavi renkte basılmıştır. 3. kartta, farklı renklerdeki daireler yer almaktadır. 4. kartta ise nötr anlamlı kelimeler (orta, ise, kadar, zayıf) farklı renklerde basılmıştır. Testin uygulanması yaklaşık 10 dakika sürmektedir. Testin her bölümü için üç farklı puanlama yapılır: hata sayısı, düzeltme sayısı, uygulayıcı başlayın dedikten hemen

sonrası ile son kelimenin uyarının okunması veya söylenmesine kadar geçen süre. Testin mümkün olduğu kadar kısa sürede minimum hata ve düzeltme sayısı ile tamamlanması testin başarılı bir şekilde tamamlandığına işaret eder. Testin uygulanması yaklaşık 10 dakika sürmektedir.

Testin güvenirlik çalışması için test-tekrar test tekniği kullanılmıştır. 65 denekle yapılan birinci uygulamadan 12 ay sonra 2. uygulama gerçekleştirilmiştir. Tekrar testleri sonucunda testin tamamlanma süreleri arasında bulunan korelasyon katsayıları 1, 2, 3, 4 ve 5. kartlar için sırasıyla .56, .26, .65, .88 ve .56 olarak rapor edilmiştir (Karakaş ve ark., 1999).

Testin yapı geçerliği için faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Stroop testinin tamamlama süresi puanlarının birinci ve ikinci bölümlerinin 1.faktöre, beşinci bölümün 2.faktöre, üçüncü ve dördüncü bölümlerinin ise 3.faktöre yüklendiği bulunmuştur. Birinci faktörün okuma hızı, ikinci faktörün bozucu etki ve üçüncü faktörün renk söyleme boyutlarından oluştuğu belirlenmiştir (Karakaş, 2006).

2.2.4 Iowa Kumar Testi (IKT)

Bechara ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen; Türkiye geçerlik ve güvenirlik çalışması Güleç, Güleç ve Küçükali (2007) tarafından yapılan, norm çalışması ise İçellioğlu (2015) tarafından tamamlanan Iowa Kumar Testi (IKT) belirsiz durumlarda karar verme becerisini değerlendiren Ventromedial Prefrontal Korteks fonksiyonlarına duyarlı bir testtir. Kumar Testinde, katılımcılara A, B, C, D etiketli dört deste kâğıt verilir ve test başlar. Katılımcıya testin başında 2000 TL değerinde oyun kâğıdı borç verilir. Testin amacı, mümkün olduğunca fazla para kazanmak veya verilen paradan mümkün olduğunca az kaybetmek üzerine kurulu olduğu, bazı destelerin diğerlerine göre daha dezavantajlı olduğu ve para kazanmak için bu destelerden kaçınılması gerektiği test katılımcılara söylenir. Oyun yüz kart çekiminde sonlandırılır.

Tablo 2.6 IKT Puanlama

Toplam Süre Puanı	Testin toplam tamamlanma süresi
Net Puan	$(C'+D')-(A'+B')$
Toplam Net Puan	Kazanılan toplam para
Blok	1'den 20'ye kadar olan kartlardan oluşur ve bu kartlar arasında kazanılan net puanı gösterir.

Tablo 2.6 (devamı): IKT Puanlama

Blok	21'den 40'a kadar olan kartlardan oluşur ve bu kartlar arasında kazanılan net puanı gösterir.
Blok	41'den 60'a kadar olan kartlardan oluşur ve bu kartlar arasında kazanılan net puanı gösterir.
Blok	61'den 80'e kadar olan kartlardan oluşur ve bu kartlar arasında kazanılan net puanı gösterir.
Blok	81'den 100'e kadar olan kartlardan oluşur ve bu kartlar arasında kazanılan net puanı gösterir.

Türkiye'deki norm çalışması İçellioğlu (2015) tarafından yapılmıştır. Geçerlik güvenirlik çalışması Güleç, Güleç ve Küçükali (2007) tarafından, yaşları 18-64 aralığında değişen Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu tanısı almış (DEHB) 47 erkek mahkûm ve 20-74 yaş aralığında DEHB tanısı olmayan 69 mahkûm ile yürütülen çalışmada incelenmiştir. Testin Cronbach Alfa katsayısı .76, uygulayıcılar arası güvenirlik katsayısı .99 bulunmuştur. Testin geçerlik çalışması için ise ayırt edici geçerlik ve uyum geçerliği yöntemleri kullanılmıştır. Testin ayırt edici geçerliğini test etmek için IKT toplam puan ve her bir blok puanına ileriye doğru aşamalı ayırt edici analiz uygulanmıştır. Gruplar arasında ayırt ediciliğin orta seviyede olduğu görülmüştür. Uyum geçerliğini incelemek için IKT ile Mizaç ve Karakter Envanteri (MKE) ve Dürtüsellik Testi arasındaki korelasyona bakılmıştır. Dürtüsellik Testi ile IKT arasındaki korelasyon katsayısı $r=-.58$ bulunurken, MKE'nin zarardan kaçınma alt boyutu ile IKT arasındaki korelasyon katsayısı $r=-.53$ olarak bulunmuştur ($p<.001$) (Güleç, Güleç ve Küçükali, 2007).

2.2.5 Wecshler Yetişkinler Zekâ Testi- IV Mantık Yürütme Kareleri

Alt Testi

Algısal organizasyonu ve muhakemeyi değerlendirmek için kullanılan Wecshler Yetişkinler Zekâ Testi-IV'ün Mantık Yürütme Kareleri Alt Testi Wecshler (2008) tarafından geliştirilmiştir. Mantık Yürütme Kareleri Alt Testinin her sayfasında renkli resimlerin olduğu bir test kitapçığı bulunmaktadır. Kitapçığın her sayfasının üst kısmında bir parçası eksik olan bir şekil bulunmaktadır. Katılımcılardan sayfanın altında bulunan beş seçenektan arasından şekli en doğru şekilde tamamlayan parçayı bulmaları istenir.

Testin puanlanması: Katılımcıya A, B ve C olmak üzere üç örnek uygulama yapıldıktan sonra 4. ve 5. maddelere geçilir. 4. ve 5. maddeler doğru cevaplandırılırsa 1, 2 ve 3. maddelere 1'er puan verilir. 4. ve 5. maddelere yanlış cevap verildiği durumda ise 1, 2 ve 3. maddelere geri dönülür ve katılımcı arka arkaya 2 doğru yanıt verene kadar uygulama yapılır. Art arda 4 test maddesinden sıfır puan alınması ya da 5 maddenin 4'ünden sıfır puan alınması durumunda teste son verilir. Testte toplam 26 soru yer almakta ve her doğru cevap için 1 puan verilmektedir. Testten alınabilecek en yüksek puan ise 26'dır.

2.2.6 Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi (HSD)

Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi'nin orijinal versiyonu Wechsler (1997) tarafından geliştirilmiş olup, testin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Ant, 2005; Özdemir, 2005) tarafından yapılmıştır.

Araştırmada Harf Sayı Dizisi Alt Testi çalışma belleği ölçümü için kullanılmıştır. Her maddesinde harf ve sayıların karışık bir şekilde sıralanmış olduğu bir testtir. Bu testte katılımcıdan karmaşık sırada sunulan sayı ve harflerin öncelikle sayıların küçükten büyüğe doğru sırayla sonrasında harflerin alfabetik sırayla söylenmesi beklenmektedir.

Testin puanlaması: Testte toplam 7 deneme seti ve her bir sette 3 madde bulunmaktadır. Maddelerdeki harf sayı uzunluğu 2'den başlayıp 8'e kadar kolaydan zora doğru olacak şekilde artmaktadır. Her doğru denemeye 1 puan verilmektedir. Eğer katılımcı her bir test maddesinde bulunan 3 denemede de başarısız olursa, testin uygulanmasına son verilir. Testten alınabilecek en yüksek puan 21'dir. Test yaklaşık olarak 5-10 dakika sürmektedir.

Testin güvenilirliği ve geçerliği: Ant (2005), 16-77 yaş arası 80 kadın ve 78 erkekten oluşan 158 kişi ile ölçeğin güvenilirlik çalışmasını yapmıştır. Harf- Sayı Dizisi alt testi çalışma belleğini değerlendirmek amacıyla kullanılan Wechsler Bellek Ölçeği- III' ün alt testlerinden biridir. Harf- Sayı Dizisi alt testinin iki yarım test güvenilirlik katsayıları 16-20 yaş arası için .65, 21-30 yaş arası için .61, 31-40 yaş arası için .63, 41-60 yaş arası için .76 ve 61 yaş ve üstü için .63 bulunmuş; tüm yaş grupları için HSD toplam iki yarım test güvenilirliği katsayısı .64 olarak belirlenmiştir ($p < .001$). Cronbach Alfa katsayılarına bakıldığında; 16-20 yaş arası için .86, 21-30 yaş arası için .86, 31-40 yaş arası için .92, 41-60 yaş arası için .93 ve 61 yaş ve üstü için .93 olarak görülmüş olup; alt testin toplam Cronbach Alfa katsayısı ise .90 olarak bulunmuştur (Ant, 2005). Harf- Sayı Dizisi Alt Testi ile

Sözel Çağırışım Çiftleri ve İşitsel Gecikmeli Tanıma alt testleri arasındaki korelasyon katsayıları sırasıyla .46 ve .61 olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda Wechsler Bellek Ölçeği- III' ün diğer bir alt testi olan Uzamsal Sıralama Alt testi ile arasında .61 düzeyinde bir korelasyon görülmüştür ($p < .001$), (Ant,2005). Ek olarak diğer bir alt test olan Mantıksal Bellek ile Harf- Sayı Dizisi Alt Testleri arasındaki korelasyon .64 olarak belirlenmiştir ($p < .001$), (Özdemir, 2005).

2.2.7 Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ)

Tutgun Ünal ve Deniz (2015) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıklarını ölçmek için kullanılmaktadır. 41 maddeye dayanan bu ölçek, "Her zaman", "Sık sık", "Bazen", "Nadiren" ve "Hiçbir zaman" olmak üzere beş seçenekli bir derecelendirme sistemine sahiptir. Meşguliyet, duygu durum düzenleme, tekrarlama ve çatışma alt boyutlarından oluşan bu ölçek, toplam 41-73 arası puan alanların "sosyal medya bağımlılığı yok", 74-106 arası puan alanların "az bağımlı", 107-139 arası puan alanların "orta bağımlı", 140-172 arası puan alanların "yüksek bağımlı", 173-205 arası puan alanların ise "çok yüksek bağımlı" olduğunu belirlemektedir. Mevcut çalışmada çok yüksek bağımlılığı olan katılımcı sayısına yeteri kadar ulaşamadığı için 140-205 arası puan alan katılımcılar "yüksek bağımlı" grubuna dahil edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığını ölçmek amacıyla geliştirilen ölçme aracı, 41 maddeden oluşmaktadır. 1-12 numaralı maddeler, "Meşguliyet" boyutu ile ilgilidir ve kişinin bilişsel olarak meşgul olma etkisini ölçmektedir. 13-17 numaralı maddeler, "Duygu Durum Düzenleme" boyutu ile ilgilidir ve sosyal medyanın duygusal olarak etkisini ölçmektedir. 18-22 numaralı maddeler, "Tekrarlama" boyutu ile ilgilidir ve kişinin sosyal medya kullanımını kontrol altına alamama veya aynı ölçüde kullanmaya devam etme durumunu ölçmektedir. 23-41 numaralı maddeler ise "Çatışma" boyutu ile ilgilidir ve sosyal medyanın kişinin hayatında problemlere yol açma etkisini ölçmektedir. Ölçme aracı dört faktörlü olarak tasarlanmıştır ve tüm faktörler toplam varyansın %59'unu açıklamaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur (Tutgun ve Deniz; 2015). Mevcut çalışmada ölçeğin toplamının Cronbach alfa değeri .98, meşguliyet alt boyutu .95, Duygudurum düzenleme alt boyutu .91, tekrarlama alt boyutu .94 ve çatışma alt boyutu .95 olarak bulunmuştur.

2.2.8 Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF)

Barratt tarafından dürtüsellik ölçmek amacıyla geliştirilen Barratt Dürtüsellik Ölçeği çok sayıda revizyon geçirmiş olup en son formu Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BIS-11) Patton (1995) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması Güleç ve arkadaşları tarafından (2008) gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılacak Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Tamam ve arkadaşları (2013) tarafından revize edilmiştir.

30 maddelik öz-bildirim ölçeği, dürtüsellik ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçek 1-4 arası puanlarla değerlendirilmekte olup, kişilerin plansızlığı, otokontrol eksikliği ve riskli davranışlarda bulunup bulunmadığı da alt ölçekler aracılığıyla değerlendirilmektedir. Kişilerin kendilerinden cevaplamaları için 'nadiren/hiçbir zaman', 'bazen', 'sıklıkla' ve 'hemen her zaman/her zaman' gibi seçenekler sunulmaktadır. Ölçek, Plan Yapamama (PY), Motor Dürtüsellik (MD) ve Dikkat Dürtüsellik (DD) olmak üzere 3 alt ölçek içermektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik çalışması kapsamında elde edilen 3 faktörlü yapıya göre; her bir faktörde en yüksek faktör yüküne sahip 5'er madde belirlendi. Bu çalışma sonunda elde edilen 15 maddelik ölçek tekrar açımlayıcı faktör analizine tabi tutuldu. BIS-11-KF ile BIS-11 arasında 0.94'lük ($p<0.001$) korelasyon ilişkisi bulunmuştur. Kısa formun iç tutarlılık analizlerine göre; Cronbach alfa değeri ölçeğin tamamı için 0.82 ($p<0.05$); alt ölçekler için ise 0.64-0.80 ($p<0.05$) değerleri arasında bulunmuştur (Tamam ve ark., 2013). Mevcut çalışmada ölçeğin tamamı için Cronbach alfa değeri .57, plan yapamama alt boyutu için .34, motor dürtüsellik alt boyutu için .22, dikkat dürtüsellik alt boyutu için ise .23 olarak bulunmuştur.

2.2.9 Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu (EKA-KF)

Francis ve diğer araştırmacılar, Eysenck Kişilik Anketi'ni (Eysenck ve Eysenck, 1975) ve bu anketin kısa formunu (48 madde) (Eysenck, Eysenck ve Barrett, 1985) inceleyerek Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu (EKA-KF)'nu oluşturmuştur. Bu ankette, 24 soru yer almakta ve kişiliği dışadönüklük, nörotisizm ve psikotisizm faktörlerinde değerlendirilmektedir. Anketin geçerliliği ve yanlılığı kontrol edilirken yalan söyleme alt ölçeği de kullanılmaktadır. Her faktör, 6 soruyla ölçülür ve katılımcılardan Evet (1)-Hayır (0) formatında cevap vermeleri istenmektedir. Her kişilik özelliği için alınabilecek puan 0 ile 6 arasında değişmektedir. Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu'nun (EKA-KF) Türkçe uyarlaması, Karancı, Dirik ve Yorulmaz (2007) tarafından yapılmıştır.

Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri; Dışa dönüklük 0.78, Nörotisizm .65, Psikotisizm .42, Yalan .64'tür (Karancı ve ark., 2007). Mevcut çalışmada ölçeğin tamamı için Cronbach alfa değeri .60, dışa dönüklük alt boyutu için .86, Nörotisizm alt boyutu için .74, Psikotisizm alt boyutu için .34 ve Yalan alt boyutu için .62 olarak bulunmuştur.

2.2.10 Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu (WEMİÖÖ-KF)

Tennant ve arkadaşları (2007), geniş bir iyi oluş tanımı sunmak ve mental iyi oluş düzeylerini daha iyi anlamak amacıyla, hedonik ve eudaimonik boyutları içeren Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'ni (WEMİÖÖ) geliştirdiler. WEMİÖÖ, pozitif mental iyi oluşun hem hedonik öğelerini (örneğin, "Neşeli hissediyorum" veya "Rahat hissediyorum"), hem de eudaimonik öğelerini (örneğin, "Buna zaman ayıracak enerjim var" veya "Sağlıklı düşünüyorum") kapsamaktadır (McKay ve Andretta, 2017).

Ölçeğin kısa formu, Stewart-Brown ve ekibi tarafından (2009) gerçekleştirilen bir çalışmada, yaşları 16 ile 79 arasında ($x = 41.9$) 779 katılımcı üzerinde test edilmiştir. Bu 7 maddelik ölçek, 5'li Likert tipinde pozitif ifadelerden oluşur ve son iki haftadaki yaşantılarını dikkate alarak yanıt verilmesi istenir. Yapılan çalışmada, 7 maddelik kısa form ile 14 maddelik uzun form arasında .95 düzeyinde bir korelasyon elde edilmiştir (Stewart-Brown ve ark., 2009). Ölçeğin Türkçe uyarlaması, Demirtaş ve Baytemir (2019) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik katsayısını belirlemek için iç tutarlılık güvenilirliği ve bileşik güvenilirlik yöntemleri kullanılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, ölçeğin Cronbach's Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Yapılan bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa değeri .85 olarak tespit edilmiştir.

2.2.11 Burns Depresyon Ölçeği (BDÖ)

David Burns (1996) tarafından geliştirilen ve dünya çapında kullanılan güvenilir bir duygu durum ölçme aracıdır. Ülkemizdeki geçerlik güvenilirliği Dikmen ve arkadaşları (2019) tarafından yapılmıştır. Bireylerin depresyon belirtilerini ve düzeylerini belirlemede kullanılan ve 25 maddeden oluşan bir değerlendirme ölçeğidir. Ölçek, kişinin duygu, düşünce, aktivite, kişisel ilişkiler, fiziksel belirtiler ve intihar isteği gibi semptomlarını değerlendiren beşli likert tipinde bir ölçektir. Maddelerin 1-10'u duygu ve düşünceleri, 11-17 arası aktiviteleri ve kişisel ilişkileri, 18-22 arası fiziksel belirtileri, 23-25 arası ise intihar isteğini ölçmektedir. Katılımcılardan son bir haftalarında belirtilen semptomların yaşanma

sıklığına göre cevap vermeleri istenir ve yanıtlar toplanarak bir puan elde edilir. Puanlama sonucunda kişinin depresyon düzeyi belirlenir: 0-5 arası puanlar depresyon yok, 6-10 arası puanlar normal ama mutsuz, 11-25 arası puanlar hafif depresyon, 26-50 arası puanlar orta depresyon, 51-75 arası puanlar ağır depresyon, 76-100 arası puanlar ise aşırı depresyonu gösterir. Duygusal Durum Değerlendirme Ölçeği, David Burns (1996) tarafından geliştirilmiş ve dünya genelinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Uyarlanan ölçeğin tamamı açısından Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .92 olduğu görülmüştür (Tuncer ve Dikmen, 2019). Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach alfa değeri .95 olarak bulunmuştur.

2.2.12 Beck Anksiyete Envanteri (BAE)

Beck ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin ülkemizdeki geçerlik-güvenirlik çalışmasında Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Öz-bildirim ölçeği 21 maddeden oluşmaktadır ve her bir madde 0 ile 3 arasında (0=hiç, 3=ciddi) puanlanır. Yüksek puanlar bireyin yaşadığı kaygının şiddetini gösterir. Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach alfa değeri ise .94 olarak bulunmuştur.

2.3 İşlem

Veri toplama aşamasına başlanmadan önce araştırmada kullanılacak olan nöropsikolojik testler olan Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST), Stroop Testi TBAG Formu, Wechsler Bellek Ölçeği-III Harf-Sayı Dizisi Alt Testi (HSD), Iowa Kumar Testi (IKT), Wechsler Yetişkinler Zekâ Testi- IV Mantık Yürütme Kareleri Alt Testi (Matrix Reasoning) uygulanması için araştırmacı, yüksek lisans dersi kapsamında detaylı uygulama eğitimi almıştır. Araştırma öncesinde testler yönergelerle bağlı kalınarak birçok kişiye uygulanmış ve tez danışmanına da testlerin uygulaması yapıldıktan sonra veri toplama sürecine geçilmiştir.

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izni alındıktan sonra katılımcı bulma aşamasına geçilmiştir. Yapılan başvuru (Protokol NO. 2021/382) kurul tarafından 04.10.2021 tarihli ve 2021/10 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Katılımcı bulma aşamasında, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde eğitimine devam eden öğrencilerin ders sorumlularıyla iletişime geçilerek ve çevrimiçi anket formlarının internet üzerinden paylaşılması ile duyuru yapılmıştır. Duyuru kapsamında araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı, uygulanacak nöropsikolojik testlerin yaklaşık 40-45 dk sürdüğü ve bireysel olarak

katılımlarının gerektiği ve elde edilen bilgilerin araştırmacılar dışında hiç kimse ile paylaşılmayacağı bilgisi verilmiştir. Bilgilendirme sonrasında araştırmaya katılacak kişilerin iletişim bilgileri alınmaktadır. E-posta yolu ile katılımcılarla iletişime geçilmekte ve test uygulaması için katılımcıyla randevu düzenlenmekte ve katılımcılar test uygulamalarına çağırılmaktadır. Nöropsikolojik test uygulamaları gürültüden uzak, dikkat dağıtıcı unsurların ortadan kaldırıldığı, yeterince havalandırılmış ve aydınlatılmış, gizliliğin korunduğu bir odada bireysel olarak gerçekleştirilmektedir. Uygulamalar, katılımcı ve uygulayıcının karşılıklı oturduğu ve üzerinde test materyalleri dışında başka bir şeyin bulunmadığı bir masada gerçekleştirilmiştir. Test malzemeleri kullanıma uygun olarak masanın üzerinde yerleştirilmiştir. Her katılımcı için testlerin uygulanma sırası değiştirilmiş; testlerin birbirlerinin performansını etkilemeyecek sırada uygulanmasına dikkat edilmiş ve testler arasında yeterli zaman aralıkları verilmiştir. Uygulamalarda katılımcıların testlere ilişkin verdikleri tepkiler ilgili testlerin standart kayıt formlarına kaydedilmektedir. Elde edilen sonuçların puanlaması uygulayıcı tarafından yapılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR

3.1 Verilerin Analiz Planı

Bu bölümde, araştırma kapsamında toplanan verilere ilişkin gerçekleştirilen istatistiksel analiz sonuçları sunulmuştur. Öncelikle ham verilerin normallik, homojenlik ve doğrusallığı test edilmiştir. Ardından istatistiksel analizlere ait bulgular başlıklar halinde sunulmuştur. Araştırmada kullanılan ölçekler arasında Varyans Analizi ve Yapısal Eşitlik Modeli analizleri yapılmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS 24 ve AMOS 24 programları kullanılmıştır. Aşağıda testlerden elde edilen puan türleri ve kısaltmalara ait tablo sunulmuştur.

Tablo 3.1 Ölçme Araçlarına İlişkin Puan Türleri ve Kısaltmalar

Puan Türleri	Kısaltmalar
Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği	SMBÖ
Meşguliyet	Meşguliyet
Duygudurum Düzenleme	Duygudurum Düzenleme
Tekrarlama	Tekrarlama
Çatışma	Çatışma
Wisconsin Kart Eşleme Testi	WCST
Toplam Tepki Sayısı	WCST 1
Toplam Yanlış Sayısı	WCST 2
Toplam Doğru Sayısı	WCST 3
Tamamlanan Kategori Sayısı	WCST 4
Toplam Perseveratif Tepki Sayısı	WCST 5
Toplam Perseveratif Hata Sayısı	WCST 6
Toplam Perseveratif Olmayan Hata Sayısı	WCST 7
Perseveratif Hata Yüzdesi	WCST 8
İlk Kategoriyi Tamamlamada Kullanılan Tepki Sayısı	WCST 9
Kavramsal Düzey Tepki Sayısı	WCST 10
Kavramsal Düzey Tepki Yüzdesi	WCST 11
Kurulumu Sürdürmede Başarısızlık	WCST 12

Tablo 3.1 (devamı): Ölçme Araçlarına İlişkin Puan Türleri ve Kısaltmalar

Puan Türleri	Kısaltmalar
Stroop Testi TBAG Formu	STRP
1.Bölüm Toplam Süre	STRP 1 Süre
2.Bölüm Toplam Süre	STRP 2 Süre
3.Bölüm Toplam Süre	STRP 3 Süre
4.Bölüm Toplam Süre	STRP 4 Süre
5.Bölüm Toplam Süre	STRP 5 Süre
1.Bölüm Toplam Hata Sayısı	STRP 1 Hata
2.Bölüm Toplam Hata Sayısı	STRP 2 Hata
3.Bölüm Toplam Hata Sayısı	STRP 3 Hata
4.Bölüm Toplam Hata Sayısı	STRP 4 Hata
5.Bölüm Toplam Hata Sayısı	STRP 5 Hata
1.Bölüm Toplam Düzeltme Sayısı	STRP 1 Düzeltme
2.Bölüm Toplam Düzeltme Sayısı	STRP 2 Düzeltme
3.Bölüm Toplam Düzeltme Sayısı	STRP 3 Düzeltme
4.Bölüm Toplam Düzeltme Sayısı	STRP 4 Düzeltme
5.Bölüm Toplam Düzeltme Sayısı	STRP 5 Düzeltme
Harf Sayı Dizisi Alt Testi	HSD
Toplam Puan	HSD Toplam
Iowa Kumar Testi	IKT
Tamamlama Süresi	IKT 1
Net Puan (C+D)-(A+B)	IKT 2
Toplam Net Puan	IKT 3
1.Blok Net Puan	IKT 4
2.Blok Net Puan	IKT 5
3.Blok Net Puan	IKT 6
4.Blok Net Puan	IKT 7
5.Blok Net Puan	IKT 8
Mantık Yürütme Kareleri (Matrix Reasoning)	MTRX
Matrix Reasoning Süre	MTRX Süre
Matrix Reasoning Puan	MTRX Puan
Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu	BIS-11-KF
Plan Yapamama	PY
Motor Dürtüsellik	MD

Tablo 3.1 (devamı): Ölçme Araçlarına İlişkin Puan Türleri ve Kısaltmalar

Puan Türleri	Kısaltmalar
Dikkat Dürüstlüğü	DD
Puan Türleri	Kısaltmalar
Eysenck Kişilik Anketi Kısa Formu	EKA-KF
Nörotisizm	
Dışadönüklük	
Psikotisizm	
Yalan	
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu	WEMIÖÖ-KF
Beck Anksiyete Ölçeği	BAÖ
Burns Depresyon Ölçeği	BDÖ

3.2 Betimsel İstatistik Değerleri

Bu bölümde araştırmada kullanılan SMBÖ, WCST, STRP, HSD, IKT, MTRX, BIS-11-KF, EKA-GGK, WEMIÖÜ-KF, BAÖ, BDÖ testlerinden elde edilen puanların ortalama ($\bar{x}$), standart sapma değerleri (SS) ile puanların homojenliğinin test edilmesi için incelenen skewness (çarpıklık) ve kurtosis (sivrilik) değerleri tablo halinde sunulmuştur.

Tablo 3.2 Araştırmada Kullanılan Nöropsikolojik Testler ve Ölçeklere Ait Betimsel İstatistik Değerler

Değişkenler	N	Ort.	SS	Skewness	Kurtosis
SMBÖ	80	99.02	37.70	.55	-.42
Meşguliyet	80	35.37	12.82	.10	-.80
Duygudurum	80	13.97	5.23	-.05	-1.15
Tekrarlama	80	11.47	5.66	.70	-.24
Çatışma	80	38.21	16.43	.93	.26
WCST1	80	100.78	22.00	.13	-1.63
WCST2	80	29.17	19.94	.83	-.39
WCST3	80	71.61	9.15	.10	.19

Tablo 3.2 (devamı): Araştırmada Kullanılan Nöropsikolojik Testler ve Ölçeklere Ait Betimsel İstatistik Değerler

Değişkenler	N	Ort.	SS	Skewness	Kurtosis
WCST4	80	5.10	1.43	-1.43	.87
WCST5	80	13.11	8.74	.91	.03
WCST6	80	12.23	7.99	.90	.01
WCST7	80	16.63	12.50	.93	-.14
WCST8	80	11.24	5.35	.90	.50
WCST9	80	12.98	6.37	4.76	24.84
WCST10	80	62.57	13.26	-1.35	2.50
WCST11	80	65.81	19.94	-.93	-.12
WCST12	80	.79	1.04	1.06	-.17
STRP 1 Süre	80	8.70	1.57	1.30	3.77
STRP 2 Süre	80	9.14	1.82	.76	.56
STRP 3 Süre	80	11.28	2.17	.73	.46
STRP 4 Süre	80	13.58	2.77	.93	1.64
STRP 5 Süre	80	20.87	5.39	1.04	1.09
STRP 2 Hata	80	.05	.27	5.95	37.64
STRP 5 Hata	80	.33	.90	3.12	10.57
STRP 2 Düzeltme	80	.21	.46	2.15	4.08
STRP 3 Düzeltme	80	.27	.55	1.91	2.77
STRP 4 Düzeltme	80	.36	.62	1.84	3.69
STRP 5 Düzeltme	80	1.00	1.06	.96	.22
HSD Toplam	80	9.27	2.12	.14	-.04
IKT 1	80	535.60	134.40	2.08	8.38
IKT 2	80	16.08	18.68	.19	.07
IKT 3	80	1937.43	589.04	.86	1.47
IKT 4	80	-1.72	4.44	.40	1.67
IKT 5	80	.95	5.95	.17	.85

Tablo 3.2 (devamı): Araştırmada Kullanılan Nöropsikolojik Testler ve Ölçeklere Ait Betimsel İstatistik Değerler

Değişkenler	N	Ort.	SS	Skewness	Kurtosis
IKT 6	80	4.05	6.58	-.28	-.33
IKT 7	80	5.90	6.25	-.01	.13
IKT 8	80	6.48	8.42	.09	-1.12
MTRX Süre	80	415.58	146.72	1.54	3.59
MTRX Puan	80	18.07	2.84	-.04	-.92
BIS-11-KF	80	33.80	3.16	.87	1.41
PY	80	12.47	2.22	.08	-.86
MD	80	9.87	1.95	.45	-.36
DD	80	11.50	1.99	1.00	3.14
EKA-GGK	80	12.95	3.98	1.92	10.77
Nörotisizm	80	3.91	1.87	-.47	-.89
Dışadönüklük	80	3.86	2.16	-.60	-1.08
Psikotisizm	80	1.75	1.26	.41	-.43
Yalan	80	3.22	1.67	-.20	-.94
WEMIÖÖ-KF	80	22.32	5.15	-.01	-.81
BAÖ	80	20.12	14.28	.48	-.59
BDÖ	80	34.58	21.87	.48	-.46

3.3 Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Katılımcıların SMBÖ'ye göre düzeylerinin nöropsikolojik testler ile anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 3.3'te sunulmuştur.

Tablo 3.3 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
WCST 1	Bağımlılık yok ^a	22	92.59	18.67	2.45	.07	.08	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	103.54	23.18				
	Orta bağımlılık ^c	17	97.88	20.53				

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
WCST 1	Yüksek bağımlılık ^d	17	110.41	22.95				
WCST 2	Bağımlılık yok ^a	22	21.27	14.12	2.74	.04	.09	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	30.91	20.16				
	Orta bağımlılık ^c	17	27.35	20.98				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	38.76	22.02				
WCST 3	Bağımlılık yok	22	71.31	7.88	.17	.91	.007	-
	Düşük bağımlılık	24	72.62	9.30				
	Orta bağımlılık	17	70.52	8.83				
	Yüksek bağımlılık	17	71.64	11.25				
WCST 4	Bağımlılık yok ^a	22	5.72	.88	5.01	.003	.16	d<a,c
	Düşük bağımlılık ^b	24	5.00	1.47				
	Orta bağımlılık ^c	17	5.41	1.50				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	4.11	1.45				
WCST 5	Bağımlılık yok ^a	22	9.68	1.50	3.50	.02	.12	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	12.95	1.63				
	Orta bağımlılık ^c	17	12.52	2.26				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	18.35	2.24				
WCST 6	Bağımlılık yok ^a	22	9.36	6.69	2.25	.08	.08	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	12.58	7.61				
	Orta bağımlılık ^c	17	11.82	8.80				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	15.88	8.36				

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
WCST 7	Bağımlılık yok ^a	22	11.90	8.90	2.64	.05	.09	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	17.45	12.25				
	Orta bağımlılık ^c	17	15.47	12.75				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	22.76	14.71				
WCST 8	Bağımlılık yok	22	9.55	4.69	1.72	.16	.06	-
	Düşük bağımlılık	24	11.30	5.08				
	Orta bağımlılık	17	11.14	6.07				
	Yüksek bağımlılık	17	13.43	5.43				
WCST 11	Bağımlılık yok ^a	22	74.25	13.47	3.12	.03	.11	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	63.72	20.38				
	Orta bağımlılık ^c	17	67.83	20.12				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	55.79	22.52				
WCST 12	Bağımlılık yok	22	.68	.83	.52	.66	.02	-
	Düşük bağımlılık	24	.91	1.21				
	Orta bağımlılık	17	.58	.87				
	Yüksek bağımlılık	17	.94	1.19				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde WCST 1 Puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 2.45$, $p = .07$, $\eta^2 = .08$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 1 puan ortalaması (Ort.=92.59, SS= 18.67), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 1 puan ortalamasından (Ort.=110.41, SS= 22.95) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

WCST 2 puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 2.74$, $p = .04$, $\eta^2 = .09$. Farkın hangi

gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 2 puan ortalaması (Ort.= 21.27; SS = 14.12), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 2 puan ortalamasından (Ort.= 38.76; SS = 22.02) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

WCST 4 puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 5.01$, $p=.003$ $\eta^2=.16$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 4 puan ortalaması (Ort.=5.72; SS = .88), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 4 puan ortalamasından (Ort.= 4.11; SS = 1.45) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların ise WCST 4 puan ortalaması (Ort.=5.41; SS = 1.50), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 4 puan ortalamasından (Ort.= 4.11; SS = 1.45) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

WCST 5 puanı da anlamlı farklılıklar göstermiştir, $F(3, 76) = 3.50$, $p=.02$ $\eta^2=.12$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 5 puan ortalaması (Ort.= 9.68; SS = 1.50), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 5 puan ortalamasından (Ort.= 18.35; SS = 2.24) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

WCST 6 puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $F(3, 76) = 2.25$, $p=.08$ $\eta^2=.08$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 6 puan ortalaması (Ort.= 9.36; SS = 6.69), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 6 puan ortalamasından (Ort.= 15.88; SS = 8.36) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

WCST 7 puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $F(3, 76) = 2.64$, $p=.05$ $\eta^2=.09$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 7 puan ortalaması (Ort.= 11.90; SS = 8.90), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 7 puan ortalamasından (Ort.= 22.76; SS = 14.71) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

WCST 11 puanı da anlamlı farklılıklar göstermiştir, $F(3, 76) = 3.12$, $p=.03$ $\eta^2=.11$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey

testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WCST 11 puan ortalaması (Ort.= 74.25; SS = 13.47), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WCST 11 puan ortalamasından (Ort.= 55.79; SS = 22.52) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre katılımcıların WCST 3, WCST 8, WCST 12 (toplam) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>.10$). WCST 9 ve WCST 10 puanı analize dahil edilmemiştir.

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
STRP 2 Süre	Bağımlılık yok ^a	22	8.79	2.17	5.96	.001	.19	d>a,b,c
	Düşük bağımlılık ^b	24	8.48	1.64				
	Orta bağımlılık ^c	17	9.05	1.40				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	10.61	1.11				
STRP 3 Süre	Bağımlılık yok	22	10.81	1.90	2.41	.07	.08	d>a
	Düşük bağımlılık	24	11.25	2.68				
	Orta bağımlılık	17	10.77	2.00				
	Yüksek bağımlılık	17	12.45	1.49				
STRP 4 Süre	Bağımlılık yok ^a	22	12.90	2.16	7.05	.00	.21	d>a,b,c
	Düşük bağımlılık ^b	24	12.61	2.13				
	Orta bağımlılık ^c	17	13.43	3.16				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	15.99	2.63				

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
STRP 5 Süre	Bağımlılık yok	22	20.17	5.43	1.33	.26	.05	-
	Düşük bağımlılık	24	19.94	6.04				
	Orta bağımlılık	17	20.88	5.34				
	Yüksek bağımlılık	17	23.09	4.06				
STRP 5 Düzeltme	Bağımlılık yok	22	1.00	.92	1.31	.27	.04	-
	Düşük bağımlılık	24	.75	.94				
	Orta bağımlılık	17	.94	1.29				
	Yüksek bağımlılık	17	1.41	1.12				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde STRP 2 Süre Puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 5.96$, $p=.001$ $\eta^2=.19$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 2 Süre puan ortalaması (Ort.=10.61, SS= 1.11), sosyal medya bağımlılığı olmayanların STRP 2 Süre puan ortalamasından (Ort.=8.79, SS= 2.17), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 2 Süre puan ortalamasından (Ort.=8.48, SS= 1.64) ve orta düzeyde anlamlı düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 2 Süre puan ortalamasından (Ort.=9.05, SS= 1.40) daha yüksek bulunmuştur.

STRP 3 Süre puanı da anlamlı farklılıklar göstermiştir, $F(3, 76) = 2.41$, $p=.07$ $\eta^2=.08$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların STRP 3 Süre puan ortalaması (Ort.=10.81; SS = 1.90), yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 3 Süre puan ortalamasından (Ort.= 12.45; SS = 1.49) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

STRP 4 Süre puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $F(3, 76) = 7.05$, $p=.00$ $\eta^2=.21$. Farkın hangi

gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların STRP 4 Süre puan ortalaması (Ort.= 9.36; SS = 6.69), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 4 Süre puan ortalaması (Ort.= 12.61; SS = 2.13), ve orta düzeyde bağımlılığı olanların STRP 4 Süre puan ortalaması (Ort.= 13.43; SS = 3.16) yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 4 Süre puan ortalamasından (Ort.= 15.99; SS = 2.63) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre katılımcıların STRP 5 Süre, STRP 5 Düzeltme (toplam) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>.10$). STRP 1 Süre puanı, STRP 2 Hata, STRP 5 Hata puanı analize dahil edilmemiştir. STRP 2 Düzeltme, STRP 3 Düzeltme ve STRP 4 Düzeltme puanlarını karşılaştırmak için Kruskal Wallis testi yapılmıştır.

Tablo 3.3 (devamı) Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Kruskal Wallis H Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	Kruskal Wallis H	P	η^2	Fark
STRP 2 Düzeltme	Bağımlılık yok ^a	22	.04	.21	9.87	.02	.13	d>a
	Düşük bağımlılık ^b	24	.12	.33				
	Orta bağımlılık ^c	17	.23	.43				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	.53	.71				
STRP 3 Düzeltme	Bağımlılık yok ^a	22	.13	.35	2.59	.45	.18	-
	Düşük bağımlılık ^b	24	.37	.57				
	Orta bağımlılık ^c	17	.29	.68				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	.29	.58				

Tablo 3.3 (devamı) Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Kruskal Wallis H Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	Kruskal Wallis H	P	η^2	Fark
STRP 4 Düzeltme	Bağımlılık yok ^a	22	.22	.52	12.66	.005	.12	d>a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	.12	.33				
	Orta bağımlılık ^c	17	.52	.79				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	.70	.68				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde STRP 2 Düzeltme puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $H(3) = 9.87$, $p = .02$, $\eta^2 = .13$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Games Howell testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların STRP 2 Düzeltme puan ortalaması (Ort.= .04; SS = .21) yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 2 Düzeltme puan ortalamasından (Ort.= .53; SS = .71) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

STRP 4 Düzeltme puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $H(3) = 12.66$, $p = .005$, $\eta^2 = .12$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Games Howell testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların STRP 4 Düzeltme puan ortalaması (Ort.= .22; SS = .52) ve düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 4 Düzeltme puan ortalaması (Ort.= .12; SS = .33) yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı olanların STRP 4 Süre puan ortalamasından (Ort.= .70; SS = .68) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre katılımcıların STRP 3 Düzeltme, puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p > .10$).

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
HSD Toplam	Bağımlılık yok ^a	22	10.09	1.94	5.56	.002	.18	a>c,d d<a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	9.95	2.25				
	Orta bağımlılık ^c	17	8.58	1.90				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	7.94	1.50				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde HSD Toplam puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 5.56$, $p=.002$, $\eta^2=.18$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların HSD Toplam puan ortalaması (Ort.=10.09, SS= 1.94), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların HSD Toplam puan ortalamasından (Ort.=8.58, SS= 1.90) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanlardan da HSD Toplam puan ortalamasından (Ort.=7.94, SS= 1.50) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların HSD Toplam puan ortalaması (Ort.=7.94, SS= 1.50), sosyal medya bağımlılığı olmayanların HSD Toplam puan ortalamasından (Ort.=10.09, SS= 1.94) ve düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların HSD Toplam puan ortalamasından (Ort.=9.95, SS= 2.25) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
IKT 2	Bağımlılık yok ^a	22	21.59	21.07	4.30	.007	.14	d<a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	22.66	14.57				
	Orta bağımlılık ^c	17	8.58	19.33				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	7.17	14.55				

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
IKT 3	Bağımlılık yok ^a	22	2164.54	776.83	2.95	.03	.10	a>c,d
	Düşük bağımlılık ^b	24	2029.16	468.98				
	Orta bağımlılık ^c	17	1732.94	460.87				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	1718.52	462.19				
IKT 4	Bağımlılık yok ^a	22	-.90	5.51	.76	.51	.02	-
	Düşük bağımlılık ^b	24	-1.66	5.06				
	Orta bağımlılık ^c	17	-3.05	4.00				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	-1.52	1.32				
IKT 5	Bağımlılık yok	22	1.81	7.19	.68	.56	.02	-
	Düşük bağımlılık	24	1.33	4.95				
	Orta bağımlılık	17	1.05	5.96				
	Yüksek bağımlılık	17	-.82	5.61				
IKT 6	Bağımlılık yok	22	6.36	6.63	1.68	.17	.06	-
	Düşük bağımlılık	24	4.25	5.69				
	Orta bağımlılık	17	2.70	6.43				
	Yüksek bağımlılık	17	2.11	7.39				
IKT 7	Bağımlılık yok	22	6.36	7.26	1.99	.12	.07	-
	Düşük bağımlılık	24	8.00	5.83				
	Orta bağımlılık	17	4.58	6.62				
	Yüksek bağımlılık	17	3.64	4.13				

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
IKT 8	Bağımlılık yok ^a	22	7.95	9.19	5.73	.001	.18	d<a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	10.75	6.89				
	Orta bağımlılık ^c	17	3.29	7.38				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	1.76	7.20				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde IKT 2 (Net Puan) Puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 4.30$, $p=.007$, $\eta^2=.14$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların IKT 2 puan ortalaması (Ort.=7.17, SS= 14.55), sosyal medya bağımlılığı olmayanların IKT 2 puan ortalamasından (Ort.=21.59, SS= 21.07) ve düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların IKT 2 puan ortalamasından (Ort.=22.66, SS= 14.55) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

IKT 3 (Toplam Net Puan) puanı da anlamlı farklılıklar göstermiştir, $F(3, 76) = 2.95$, $p=.03$, $\eta^2=.10$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların IKT 3 SÜRE puan ortalaması (Ort.= 2164.54; SS = 776.83), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların IKT 3 puan ortalamasından (Ort.= 1732.94; SS = 460.87) ve yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların IKT 3 puan ortalamasından (Ort.=1718.52, SS= 462.19) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

IKT 8 (5. Blok Net Puan) puanına bakıldığında Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $F(3, 76) = 5.73$, $p=.001$, $\eta^2=.18$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların IKT 8 puan ortalaması (Ort.=1.76, SS= 7.20), sosyal medya bağımlılığı olmayanların IKT 8 puan ortalamasından (Ort.=7.95, SS= 9.19) ve düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı

olanların IKT 8 puan ortalamasından (Ort.=10.75, SS= 6.89) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre katılımcıların IKT 4, IKT 5, IKT 6, IKT 7 (toplam) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>.10$). IKT 1 puanı analize dahil edilmemiştir.

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
MTRX Puan	Bağımlılık yok ^a	22	19.40	2.70	8.71	.00	.25	d<a,b,c
	Düşük bağımlılık ^b	24	18.83	2.69				
	Orta bağımlılık ^c	17	17.82	2.18				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	15.52	2.23				

$p<.10$ anlamlı

Tablo 3.3 incelendiğinde MTRX Puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 8.71$, $p=.00$, $\eta^2=.25$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların MTRX Puan ortalaması (Ort.=15.52, SS= 2.23), sosyal medya bağımlılığı olmayanların MTRX Puan ortalamasından, (Ort.=19.40, SS= 2.70) düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların MTRX Puan ortalamasından (Ort.=18.83, SS= 2.69) ve orta düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların MTRX Puan ortalamasından (Ort.=17.82, SS= 2.18) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

MTRX Süre puanını karşılaştırmak için Kruskal Wallis testi yapılmıştır.

Tablo 3.3 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Kruskal Wallis H Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	Kruskal Wallis H	P	η^2	Fark
MTRX Süre	Bağımlılık yok ^a	22	19.40	2.70	1.31	.72	.03	-
	Düşük bağımlılık ^b	24	18.83	2.69				
	Orta bağımlılık ^c	17	17.82	2.18				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	15.52	2.23				

Tablo 3.3 incelendiğinde MTRX Süre puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır $H(3) = 1.31, p = .72$.

3.4 Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Katılımcıların SMBÖ'ye göre düzeylerinin ölçekler ile anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 3.4'te sunulmuştur.

Tablo 3.4 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

BIS-11-KF alt boyutları	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
PY	Bağımlılık yok ^a	22	13.68	2.00	7.58	.00	.23	a>c,d d<a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	13.00	1.97				
	Orta bağımlılık ^c	17	11.76	2.25				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	10.88	1.69				
MD	Bağımlılık yok ^a	22	8.77	1.54	7.59	.00	.23	a<c,d d>a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	9.62	1.63				
	Orta bağımlılık ^c	17	10.11	1.99				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	11.41	1.87				

Tablo 3.4 incelendiğinde BIS-11-KF PY alt boyutu toplam puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 7.58, p = .00, \eta^2 = .23$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların PY alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=13.68, SS= 2.00), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların PY alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=11.76, SS= 2.25) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanlardan da PY alt boyutu puan ortalamasından (Ort.=10.88, SS=1.69) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların PY alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=10.88, SS=1.69), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların PY alt boyutu toplam puan ortalamasından (Ort.=13.00, SS= 1.97) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

BIS-11-KF MD alt boyut toplam puanı da Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 7.59$, $p=.00$, $\eta^2=.23$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların MD alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=8.77, SS= 1.54), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların MD alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=10.11, SS= 1.99) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanlardan da MD alt boyutu puan ortalamasından (Ort.=11.41, SS=1.87) anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların MD alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=11.41, SS=1.87), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların MD alt boyutu toplam puan ortalamasından (Ort.=9.62, SS= 1.63) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

BIS-11-KF DD alt puanını karşılaştırmak için Kruskal Wallis testi yapılmıştır.

Tablo 3.4 (devamı) Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Kruskal Wallis H Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	Kruskal Wallis H	P	η^2	Fark
DD	Bağımlılık yok ^a	22	11.63	2.30	.15	.98	.003	-
	Düşük bağımlılık ^b	24	11.41	1.74				
	Orta bağımlılık ^c	17	11.58	2.62				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	11.35	1.16				

Tablo 3.3 incelendiğinde MTRX Süre puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır $H(3) = 1.31$, $p=.72$.

Tablo 3.4 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

EKA-KF alt boyutları	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
Nörotisizm	Bağımlılık yok ^a	22	2.59	1.68	12.04	.00	.32	a<c,d d>a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	3.50	1.56				
	Orta bağımlılık ^c	17	4.82	1.59				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	5.29	1.40				

Tablo 3.4 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

EKA-KF alt boyutları	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
Dışadönüklük	Bağımlılık yok	22	3.77	2.36	1.96	.12	.07	-
	Düşük bağımlılık	24	3.41	2.32				
	Orta bağımlılık	17	3.52	2.18				
	Yüksek bağımlılık	17	4.94	1.24				
Psikotisizm	Bağımlılık yok	22	1.77	1.37	1.47	.22	.05	-
	Düşük bağımlılık	24	1.83	1.16				
	Orta bağımlılık	17	1.23	.83				
	Yüksek bağımlılık	17	2.11	1.53				
Yalan	Bağımlılık yok ^a	22	3.63	1.78	3.99	.01	.18	d<a,b,c
	Düşük bağımlılık ^b	24	3.58	1.63				
	Orta bağımlılık ^c	17	3.35	1.45				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	2.05	1.34				

p<.10 anlamlı

Tablo 3.4'e bakıldığında EKA-KF Nörotisizm alt boyutu toplam puanı Sosyal Medya Bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 12.04$, $p=.00$, $\eta^2=.32$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların Nörotisizm alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=2.59, SS= 1.68), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların Nörotisizm alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=4.82, SS=1.59) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanların Nörotisizm alt boyutu puan ortalamasından (Ort.=5.29, SS=1.40) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların Nörotisizm alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=5.29, SS=1.40), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların Nörotisizm alt boyutu toplam puan ortalamasından (Ort.=3.50, SS= 1.56) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

EKA-KF Yalan alt boyutu toplam puanı da sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 3.99$, $p=.01$, $\eta^2=.18$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların Yalan alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=2.05, SS= 1.34), orta düzey sosyal medya bağımlılığı

olanların Yalan alt boyutu toplam puan ortalaması (Ort.=3.35, SS=1.45), düşük düzeyde bağımlılığı olanların Yalan alt boyutu puan ortalaması (Ort.=3.58, SS=1.63) ve sosyal medya bağımlılığı olmayanların Yalan alt boyutu toplam puan ortalamasından (Ort.=3.63, SS=1.78) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre katılımcıların EKA-KF Dışadönüklük ve Psikotizm alt boyut (toplam) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p<.10$).

Tablo 3.4 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
WEMİÖÖ-KF	Bağımlılık yok ^a	22	24.77	5.61	7.29	.00	.22	a,b>c,d
	Düşük bağımlılık ^b	24	24.04	4.53				
	Orta bağımlılık ^c	17	19.70	4.39				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	19.35	3.40				

$p<.10$ anlamlı

Tablo 3.4 incelendiğinde WEMİÖÖ-KF toplam puanı sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 7.29$, $p=.00$, $\eta^2=.22$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların WEMİÖÖ-KF toplam puan ortalaması (Ort.=24.77, SS= 5.61) ve düşük düzey sosyal medya bağımlılığı olanların WEMİÖÖ-KF toplam puan ortalaması (Ort.=24.04, SS= 4.53), orta düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların WEMİÖÖ-KF puan ortalamasından (Ort.=19.70, SS=4.39) ve yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların WEMİÖÖ-KF toplam puan ortalamasından (Ort.=19.35, SS=3.40) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<.10$).

Tablo 3.4 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
BAÖ	Bağımlılık yok ^a	22	9.81	8.17	12.18	.00	.32	a<c,d d>a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	17.58	12.81				
	Orta bağımlılık ^c	17	25.58	13.11				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	31.58	13.58				

$p<.10$ anlamlı

Tablo 3.4'e bakıldığında BAÖ toplam puanı sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 12.18$, $p=.00$,

$\eta^2=.32$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların BAÖ toplam puan ortalaması (Ort.=9.81, SS= 8.17), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların BAÖ toplam puan ortalaması (Ort.=25.58, SS=13.11) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanların BAÖ puan ortalamasından (Ort.=31.58, SS=13.58) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların BAÖ toplam puan ortalaması (Ort.=5.29, SS=1.40), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların BAÖ toplam puan ortalamasından (Ort.=17.58, SS= 12.81) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<.10$).

Tablo 3.4 (devamı): Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Ölçeklerin Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

	SMBÖ düzeyleri	N	Ort.	SS	F	P	η^2	Fark
BDÖ	Bağımlılık yok ^a	22	22.63	20.54	10.22	.00	.23	a<c,d d>a,b
	Düşük bağımlılık ^b	24	26.87	13.81				
	Orta bağımlılık ^c	17	44.35	18.55				
	Yüksek bağımlılık ^d	17	51.17	22.59				

$p<.10$ anlamlı

Tablo 3.4 incelendiğinde BDÖ toplam puanı sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir, $F(3, 76) = 10.22$, $p=.00$, $\eta^2=.23$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Tukey testine göre sosyal medya bağımlılığı olmayanların BDÖ toplam puan ortalaması (Ort.=22.63, SS= 20.54), orta düzey sosyal medya bağımlılığı olanların BDÖ toplam puan ortalaması (Ort.=44.35, SS=18.55) ve yüksek düzeyde bağımlılığı olanların BDÖ puan ortalamasından (Ort.=51.17, SS=22.59) anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların BDÖ toplam puan ortalaması (Ort.=51.17, SS=22.59), düşük düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların BDÖ toplam puan ortalamasından (Ort.=26.87, SS= 13.81) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<.10$).

3.5 Korelasyon Analizi Sonuçları

Çalışmanın bu bölümünde araştırmada kullanılan SMBÖ'nin 4 alt boyutlu puanlamasının alt boyutları olan Meşguliyet, Duygudurum Düzenleme,

Tekrarlama, Çatışma puanları korelasyon analizinde kullanılmıştır. WCST'den elde edilen 12 puan (WCST 1, WCST 2, WCST 3, WCST 4, WCST 5, WCST 6, WCST 7, WCST 8, WCST 9, WCST 10, WCST 11, WCST 12) korelasyon analizine eklenmiştir. STRP'nin 1., 2., 3., 4., 5.Bölüm Süre puanları, 2., 5. Bölüm Hata puanları 2., 3., 4., 5.Bölüm Düzeltme puanları korelasyon analizine dahil edilmiştir. IKT'den elde edilen 8 puan (IKT 1, IKT 2, IKT 3, IKT 4, IKT 5, IKT 6, IKT 7, IKT 8) korelasyon analizinde kullanılmıştır. HSD Toplam puanı analize dahil edilmiştir. BIS 11-KF'nin PY, MD, DD alt boyutları, Eysenck Kişilik Envanterinin Nörotisizm, Dışadönüklük, Psikotisizm, Yalan alt boyutları, Beck Anksiyete, Burns Depresyon ve Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş ölçeklerinin puanları korelasyon analizinde kullanılmıştır.

Tablo 3.5 SMBÖ'nün 4 alt boyutlu puanlaması ile nöropsikolojik testlerin korelasyonu

	Meşguliyet	Duygudurum D	Tekrarlama	Çatışma
Meşguliyet	1			
Duygudurum Düzenleme	.85**	1		
Tekrarlama		.81**	1	
Çatışma			.86**	1
WCST 1	.22*	.15	.21	.16
WCST 2	.28*	.18	.25*	.21
WCST 3	-.07	-.03	-.04	-.07
WCST 4	-.34**	-.20	-.31**	-.31**
WCST 5	.30**	.18	.27*	.27*
WCST 6	.25*	.13	.23*	.22*
WCST 7	.30**	.23*	.24*	.21
WCST 8	.22*	.10	.20	.20
WCST 9	.16	.13	.10	.02
WCST 10	-.28*	-.16	-.22*	-.22*
WCST 11	-.30**	-.19	-.26*	-.22*
WCST 12	.00	-.04	-.01	.02

Tablo 3.5 (devamı) SMBÖ'nün 4 alt boyutlu puanlaması ile nöropsikolojik testlerin korelasyonu

	Meşguliyet	Duygudurum D	Tekrarlama	Çatışma
Meşguliyet	1			
Duygudurum D	.85**	1		
Tekrarlama		.81**	1	
Çatışma			.86**	1
STRP 1 Süre	.05	.03	.07	.13
STRP 2 Süre	.35**	.23*	.34**	.42**
STRP 3 Süre	.20	.15	.17	.20
STRP 4 Süre	.34**	.38**	.23*	.33**
STRP 5 Süre	.16	.21	.09	.14
STRP 2 Hata	.00	-.00	-.00	-.00
STRP 5 Hata	.17	.10	.23*	.25*
STRP 2 Düzeltme	.33**	.26*	.28*	.35**
STRP 3 Düzeltme	.03	.03	.03	-.03
STRP 4 Düzeltme	.26*	.26*	.18	.33**
STRP 5 Düzeltme	.08	.04	.03	.08
HSD	-.40**	-.46**	-.30**	-.38**
IKT 1	-.00	.03	.05	-.03
IKT 2	-.30**	-.23*	-.27*	-.27*
IKT 3	-.28**	-.24*	-.30**	-.26*
IKT 4	-.08	.00	.04	-.05
IKT 5	-.19	-.12	-.23*	-.21
IKT 6	-.16	-.15	-.07	-.11
IKT 7	-.22*	-.11	-.26*	-.24*

Tablo 3.5 (devamı) SMBÖ'nün 4 alt boyutlu puanlaması ile nöropsikolojik testlerin korelasyonu

	Meşguliyet	Duygudurum D	Tekrarlama	Çatışma
Meşguliyet	1			
Duygudurum D	.85**	1		
Tekrarlama		.81**	1	
IKT 8	-.29**	-.28*	-.28*	-.29**
MTRX Süre	-.19	-.16	-.10	-.15
MTRX Puan	-.53**	-.44**	-.39**	-.39**

Tablo 3.6 SMBÖ'nün 4 alt boyutlu puanlaması ile ölçeklerin korelasyonu

	Meşguliyet	Duygudurum D	Tekrarlama	Çatışma
Meşguliyet	1			
Duygudurum Düzenleme	.85**	1		
Tekrarlama		.81**	1	
Çatışma			.86**	1
PY	-.45**	-.40**	-.34**	-.48**
MD	.49**	.41**	.35**	.46**
DD	-.07	-.08	.05	-.00
Nörotisizm	.53**	.64**	.44**	.58**
Dışadönüklük	.24*	.15	.16	.18
Psikotisizm	.05	.05	.13	.16
Yalan	-.31**	-.36**	-.31**	-.38**
WEMIOÖ	-.38**	-.51**	-.27*	-.47**
BAÖ	.46**	.58**	.37**	.46**
BDÖ	.42**	.58**	.33**	.43**

Tablo 3.5'te SMBÖ'nin 4 alt boyutlu puanlamasına ilişkin Pearson Korelasyon analizi sonuçları sunulmuştur. Meşguliyet alt boyutunun SMBÖ'nin Duygudurum Düzenleme alt boyutu ($r = .85, p < .01$), Tekrarlama alt boyutu ($r = .81, p < .01$), Çatışma alt boyutu ($r = .86, p < .01$) arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Meşguliyet alt boyutunun WCST 1 ($r = .22, p < .05$), WCST 2 ($r = .28, p < .05$), WCST 4 ($r = -.34, p < .01$), WCST 5 ($r = .30, p < .05$), WCST 6 ($r = .25, p < .05$), WCST 7 ($r = .30, p < .01$), WCST 8 ($r = .22, p < .05$), WCST 10 ($r = -.28, p < .01$), WCST 11 ($r = -.30, p < .01$), HSD ($r = -.40, p < .01$), STRP 2 Süre ($r = .35, p < .01$), STRP 4 Süre ($r = .34, p < .01$), STRP 2 Düzeltme ($r = .33, p < .01$), STRP 4 Düzeltme ($r = .26, p < .05$), MTRX Puan ($r = -.53, p < .01$), IKT 2 ($r = -.30, p < .01$), IKT 3 ($r = -.28, p < .01$), IKT 7 ($r = -.22, p < .05$), IKT 8 ($r = -.29, p < .01$), ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Meşguliyet alt boyutunun BAÖ ($r = .46, p < .01$), BDÖ ($r = .42, p < .01$), PY ($r = -.45, p < .01$), MD ($r = .49, p < .01$), Nörotisizm ($r = .53, p < .01$), Dışadönüklük ($r = .24, p < .01$), Yalan ($r = -.31, p < .01$), WEMİÖÖ ($r = -.38, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Duygudurum d alt boyutunun WCST 7 ($r = .23, p < .05$), HSD ($r = -.46, p < .01$), STRP 2 Süre ($r = .23, p < .01$), STRP 4 Süre ($r = .38, p < .01$), STRP 2 Düzeltme ($r = .26, p < .01$), STRP 4 Düzeltme ($r = .26, p < .05$), MTRX Puan ($r = -.44, p < .01$), IKT 2 ($r = -.23, p < .01$), IKT 3 ($r = -.24, p < .01$), IKT 8 ($r = -.28, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Duygudurum d alt boyutunun BAÖ ($r = .58, p < .01$), BDÖ ($r = .58, p < .01$), PY ($r = -.40, p < .01$), MD ($r = .41, p < .01$), Nörotisizm ($r = .64, p < .01$), Yalan ($r = -.36, p < .01$), WEMİÖÖ ($r = -.51, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Tekrarlama alt boyutunun WCST 2 ($r = .25, p < .05$), WCST 4 ($r = -.31, p < .01$), WCST 5 ($r = .27, p < .05$), WCST 6 ($r = .23, p < .05$), WCST 7 ($r = .24, p < .05$), WCST 10 ($r = -.22, p < .05$), WCST 11 ($r = -.26, p < .05$), HSD ($r = -.30, p < .01$), STRP 2 Süre ($r = .34, p < .01$), STRP 4 Süre ($r = .23, p < .01$), STRP 5 Hata ($r = .23, p < .05$), STRP 2 Düzeltme ($r = .28, p < .05$), MTRX Puan ($r = -.39, p < .01$), IKT 2 ($r = -.27, p < .05$), IKT 3 ($r = -.30, p < .01$), IKT 5 ($r = -.23, p < .05$), IKT 7 ($r = -.26, p < .01$), IKT 8 ($r = -.28, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Tablo 3.6’da Tekrarlama alt boyutunun BAÖ ($r = .37, p < .01$), BDÖ ($r = .33, p < .01$), PY ($r = -.34, p < .01$), MD ($r = .35, p < .01$), Nörotisizm ($r = .44, p < .01$), Yalan ($r = -.31, p < .01$), WEMİÖÖ ($r = -.27, p < .05$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

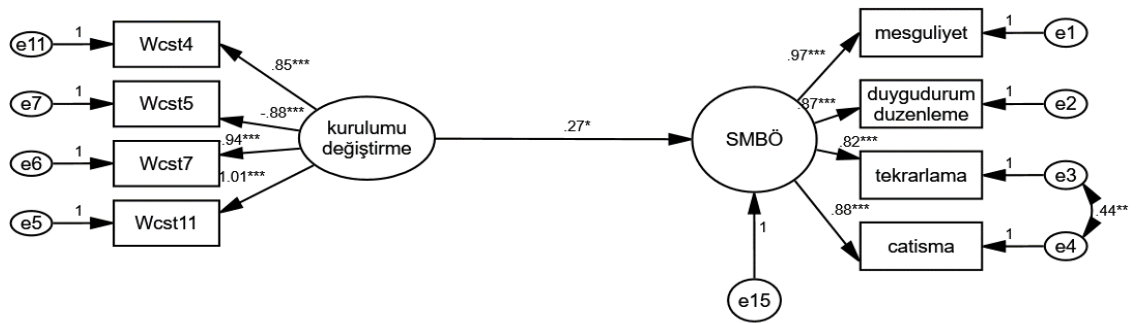
Çatışma alt boyutunun WCST 4 ($r = -.31, p < .01$), WCST 5 ($r = .27, p < .05$), WCST 6 ($r = .22, p < .05$), WCST 10 ($r = -.22, p < .05$), WCST 11 ($r = -.22, p < .05$), HSD ($r = -.38, p < .01$), STRP 2 Süre ($r = .42, p < .01$), STRP 4 Süre ($r = .33, p < .01$), STRP 5 Hata ($r = .25, p < .05$), STRP 2 Düzeltme ($r = .35, p < .01$), STRP 4 Düzeltme ($r = .33, p < .05$), MTRX Puan ($r = -.39, p < .01$), İKT 2 ($r = -.27, p < .05$), İKT 3 ($r = -.26, p < .05$), İKT 7 ($r = -.24, p < .05$), İKT 8 ($r = -.29, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Çatışma alt boyutunun BAÖ ($r = .46, p < .01$), BDÖ ($r = .43, p < .01$), PY ($r = -.48, p < .01$), MD ($r = .46, p < .01$), Nörotisizm ($r = .58, p < .01$), Yalan ($r = -.38, p < .01$), WEMİÖÖ ($r = -.47, p < .01$) ile arasında anlamlı korelasyon ilişkileri bulunmuştur.

Belirtilen değişkenler dışında kalan değişkenler ile SMBÖ’nin 4 alt boyutlu puanlaması arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır.

3.6 Aracılık Analizine İlişkin Sonuçlar

Bu bölümde sosyal medya bağımlılığı ve araştırmada kullanılan diğer testlere ilişkin puan türleri arasındaki ilişkide akıcı zekânın (MTRX Puanı/ Mantık Yürütme Kareleri) aracılık rolüne ilişkin analiz sonuçları sunulmaktadır. Yapılan aracılık analizinde anlamlı sonuçlar veren bulgular raporlanmaktadır. Ayrıca aracılık analizi modellerinde, sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin tekrarlama ve çatışma alt boyutlarına doğru yollar oluşturulmuştur. Oluşturulan modellerin uyumluluğu artırmak için aynı ölçeğin alt boyutuna ait iki maddenin birlikte ele alınması gerektiği belirlenmiştir. Bu amaçla, hata terimleri arasında kovaryans bağlantısı oluşturularak modifikasyon yapılmıştır.



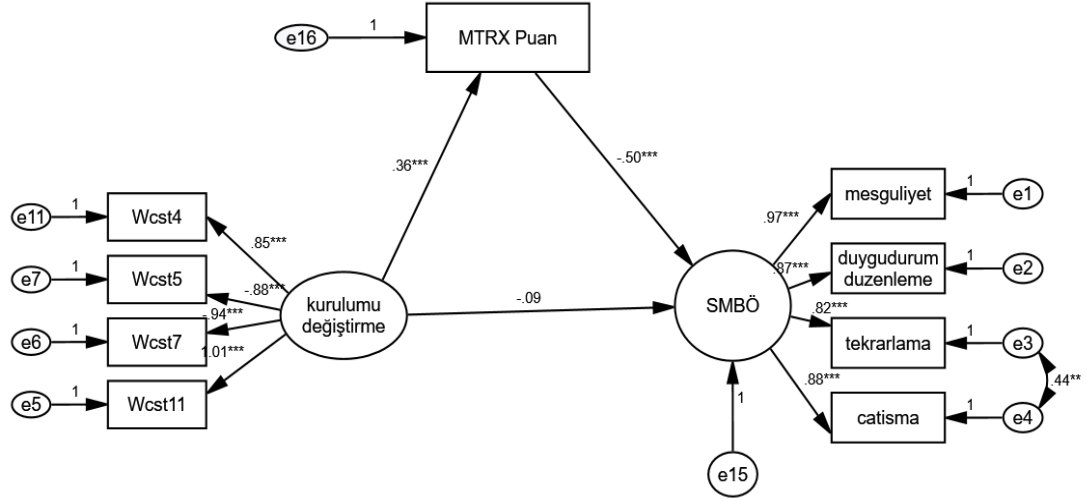
*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

şekil 3.1 Kurulumu Değiştirme ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model

Kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordama gúcünde akıcı zekânın aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır. Bunun için öncelikle kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordayıp yordamadığına ilişkin YEM analizi test edilmiştir. şekil 3.4.1’de de görüldüğü gibi kurulumu değiştirme ($\beta = -.27$, $p < .05$) sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamaktadır. Yapılan analiz sonucunda kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir $p > .05$; $X^2 / df = 1.46$; CFI = .99; NFI = .96, RMSEA = .07).

İkinci olarak yukarıdaki modele aracı değişken olan MTRX Puanı eklenmiştir. Analiz sonucuna göre kurulumu değiştirme ($\beta = .36$, $p < .001$) akıcı zekâyı doğrudan anlamlı yordamaktadır. Bununla birlikte akıcı zekâ aracı değişkeni ($\beta = -.49$, $p < .001$) sosyal medya bağımlılığı bağımlı değişkenini anlamlı olarak yordamıştır. Aracı rolün test edildiği bu modelde, kurulumu değiştirme ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide ($\beta = -.27$, $p < .05$) akıcı zekâ aracı değişkeninin modele eklenmesiyle standardize yol katsayısında düşüş olduğu görülmüştür ($\beta = -.09$, $p > .05$). Böylece kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığını etkilediği

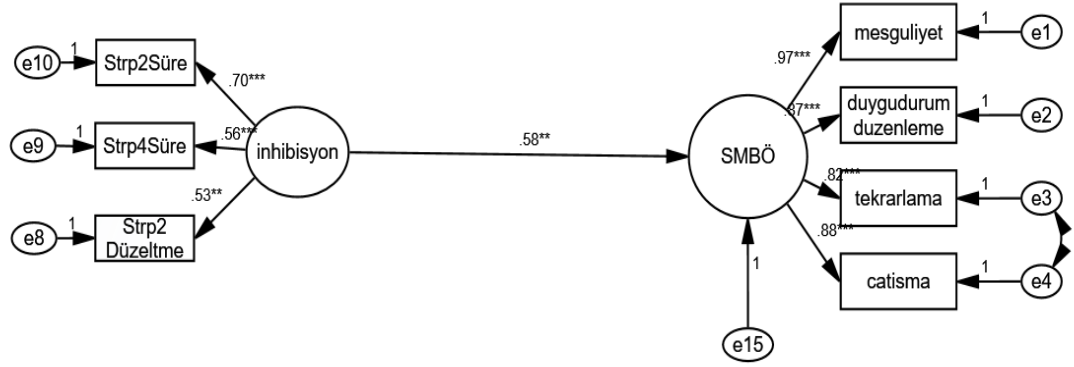
ve akıcı zekânın bu etkide tam aracı modele sahip olduğu söylenebilir (Şekil 3.2). Yapılan analiz sonucunda kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir ($p=.01$; $X^2/df= 1.74$; $CFI = .97$; $NFI = .95$, $RMSEA = .09$).



* $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

Şekil 3.2 Kurulumu Değiştirmenin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü

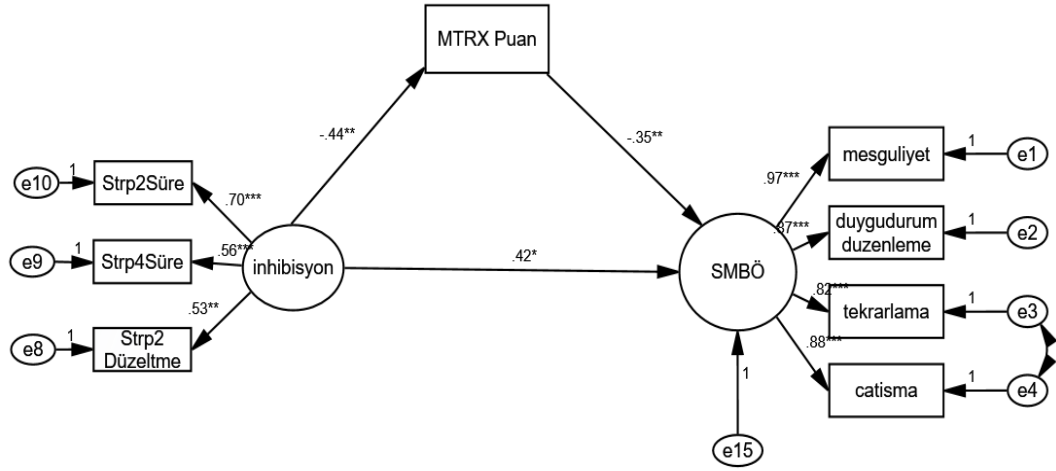
Sonraki aşamada, elde edilen aracı modelde doğrudan ve dolaylı etkilerin anlamlılığının test edilmesi için Bootstrapp analizi uygulanmıştır. Yeniden örnekleme yöntemi olarak bootstrapp analizinde 5000 örneklem tercih edilmiştir. Bootstrapp tekniğiyle yapılan aracılık analizlerinde, araştırma hipotezinin doğrulanabilmesi için analiz sonucunda elde edilen %95 güven aralığı (GA) değerlerinin sıfır (0) değerini içermemesi gerekmektedir (Gürbüz, 2019b). Bootstrapp sonuçlarına göre kurulumu değiştirmenin, akıcı zekânın aracı rolüyle sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = -.047$, $SE = .063$, %95 GA $[-.191, -.036]$).



*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.3 İnhibisyon ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model

İnhibisyonun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordama gücünde akıcı zekânın aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır. Bunun için öncelikle İnhibisyonun sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordayıp yordamadığına ilişkin YEM analizi test edilmiştir. Şekil 3.3'te de görüldüğü İnhibisyonun ($\beta = -.58$, $p < .01$) sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamaktadır. Analiz sonucunda kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir ($p = .001$; $X^2 / df = 1.51$; $CFI = .98$; $NFI = .95$, $RMSEA = .08$).

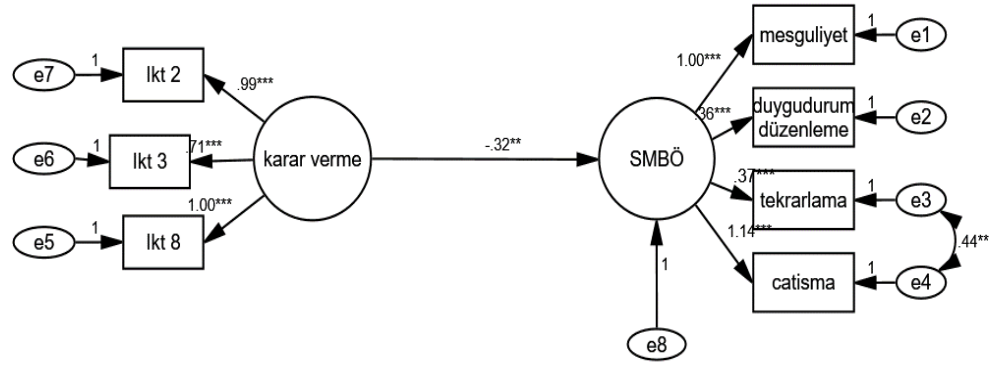


*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.4 İnhibisyonun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü

Sonrasında modele aracı değişken olan akıcı zekâ eklenmiştir. Analiz sonucuna göre İnhibisyon ($\beta = .44$, $p < .01$) akıcı zekâyı doğrudan anlamlı yordamaktadır. Bununla birlikte akıcı zekâ aracı değişkeni ($\beta = -.35$, $p < .001$) sosyal medya bağımlı değişkenini anlamlı olarak yordamıştır. Aracı rolün test edildiği bu modelde, İnhibisyon ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide ($\beta = .59$, $p < .001$) akıcı zekâ aracı değişkeninin modele eklenmesiyle standardize yol katsayısında düşüş olduğu görülmüştür ($\beta = .42$, $p < .05$). Böylece inhibisyonun sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın bu etkide kısmi aracı modele sahip olduğu söylenebilir (Şekil 3.4). Yapılan analiz sonucunda kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir $p = .13$; $X^2 / df = 1.38$; CFI = .98; NFI = .94, RMSEA = .07).

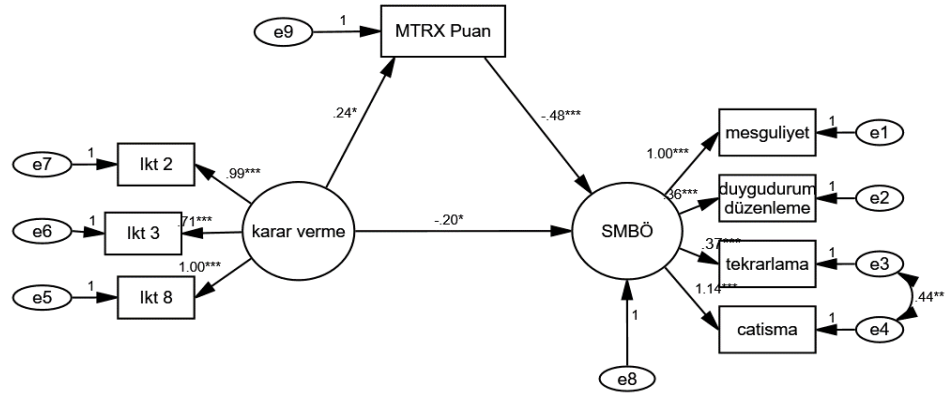
Bootstrapp sonuçlarına göre inhibisyonun akıcı zekâ aracı rolüyle sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta = 3.25$, SE = 1.24, %95 GA [.303, 2.272]).



*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.5 Karar Verme ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model

Karar vermenin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordama gücünde akıcı zekânın aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır. Bunun için öncelikle karar vermenin sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordayıp yordamadığına ilişkin YEM analizi test edilmiştir. Şekil 3.5'te de görüldüğü gibi karar verme ($\beta = -.32$, $p < .01$) sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamaktadır. Yapılan analiz sonucunda model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür $p > .05$; $X^2 / df = .70$; CFI = 1.00; NFI = .98, RMSEA = .00).

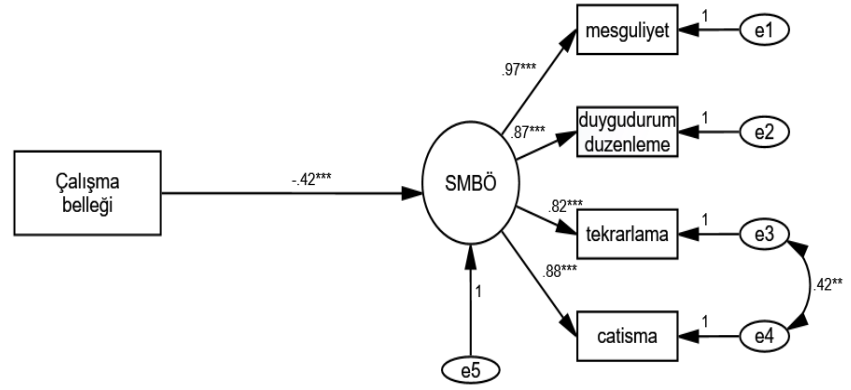


*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.6 Karar Vermenin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü

2. aşamada modele aracı değişken olan akıcı zekâ eklenmiştir. Analiz sonucuna göre karar verme ($\beta=.24$, $p<.05$) akıcı zekâyı doğrudan anlamlı yordamaktadır. Bununla birlikte akıcı zekâ aracı değişkeni ($\beta=-.48$, $p<.001$) sosyal medya bağımlı değişkenini anlamlı olarak yordamıştır. Aracı rolün test edildiği bu modelde, karar verme ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide ($\beta=-.32$, $p<.01$) akıcı zekâ aracı değişkeninin modele eklenmesiyle standardize yol katsayısında düşüş olduğu görülmüştür ($\beta=-.20$, $p<.05$). Böylece karar vermenin sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın bu etkide kısmi aracı modele sahip olduğu söylenebilir (Şekil 3.6). Yapılan analiz sonucunda model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür $p>.05$; $X^2/df=.70$; CFI = 1.00; NFI = .97, RMSEA = .00).

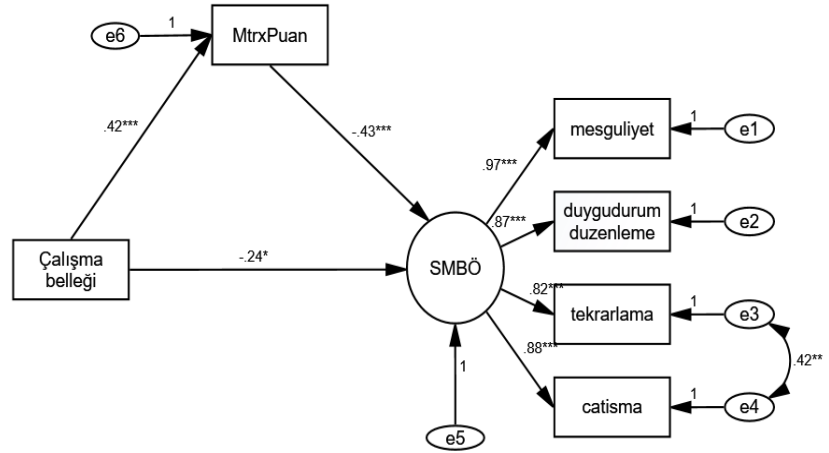
Bootstrapp sonuçlarına bakıldığında karar vermenin akıcı zekâ aracı rolüyle sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta=-.387$, $SE=.191$, %95 GA [-.530,-.012]).



*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.7 Çalışma Belleği ve Sosyal Medya Bağımlılığına İlişkin Yapısal Model

Çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordama gücünde akıcı zekânın aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır. Bunun için öncelikle çalışma belleğinin, sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordayıp yordamadığına ilişkin YEM analizi test edilmiştir. Şekil 3.7’de de görüldüğü gibi çalışma belleği ($\beta = -.42$, $p < .001$) sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamaktadır. Yapılan analiz sonucunda model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür $p > .05$; $X^2/df = 1.53$; CFI = .99; NFI = .98, RMSEA = .08).



*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

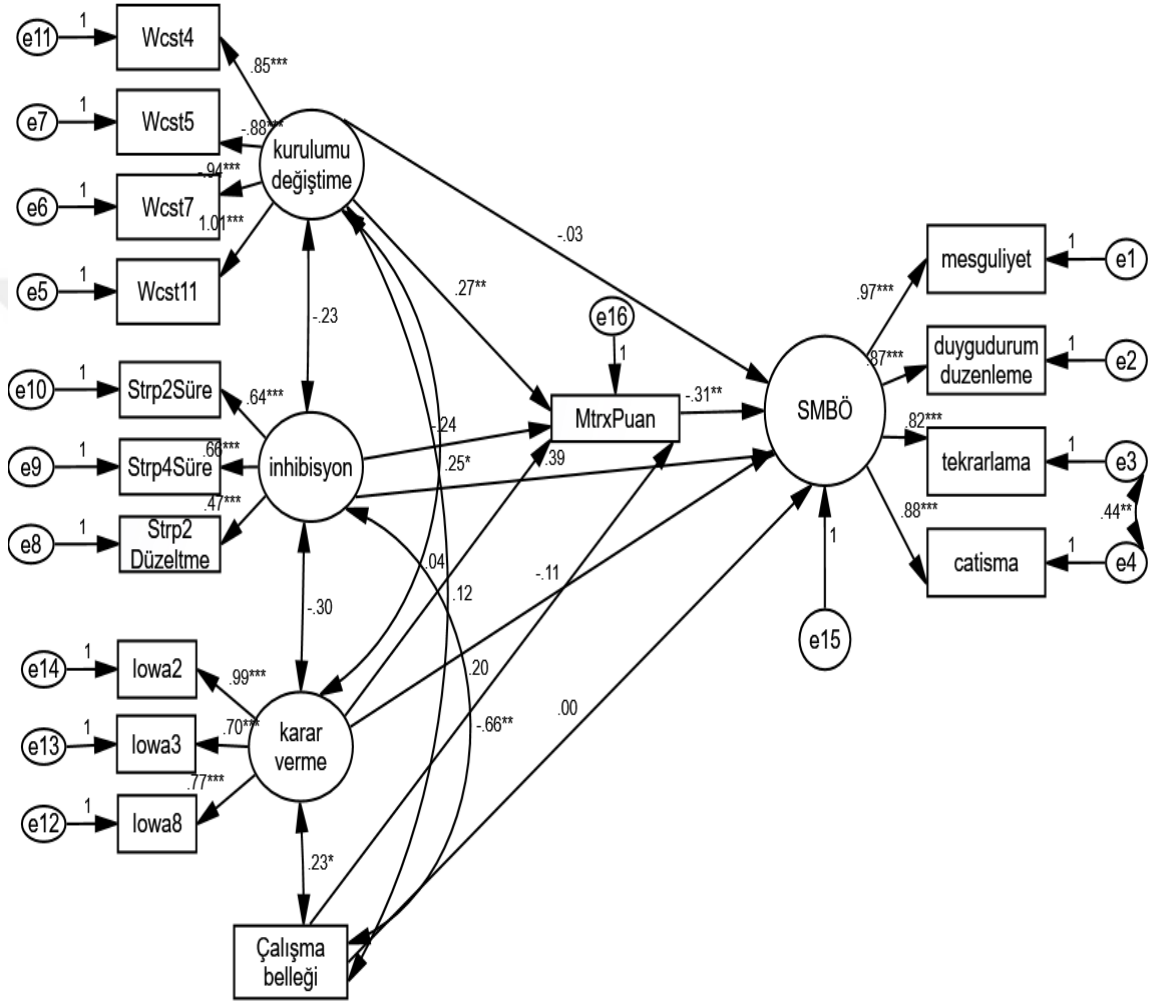
Şekil 3.8 Çalışma Belleğinin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Akıcı Zekânın Aracı Rolü

Daha sonra modele aracı değişken olan akıcı zekâ eklenmiştir. Analiz sonucuna göre çalışma belleği ($\beta=.42$, $p<.001$) akıcı zekâyı doğrudan anlamlı yordamaktadır. Bununla birlikte akıcı zekâ aracı değişkeni ($\beta=-.43$, $p<.001$) sosyal medya bağımlı değişkenini anlamlı olarak yordamıştır. Aracı rolün test edildiği bu modelde, çalışma belleği ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide ($\beta=-.42$, $p<.001$) akıcı zekâ aracı değişkeninin modele eklenmesiyle standardize yol katsayısında düşüş olduğu görülmüştür ($\beta=-.24$, $p<.05$). Böylece çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın bu etkide kısmi aracı modele sahip olduğu söylenebilir (Şekil 3.8). Yapılan analiz sonucunda model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ($p>.05$; $X^2/df= 1.45$; CFI = .99; NFI = .97, RMSEA = .07).

Elde edilen aracı modelde doğrudan ve dolaylı etkilerin anlamlılığının test edilmesi için uygulanan Bootstrapp sonuçlarına göre çalışma belleğinin akıcı zekâ aracı rolüyle sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta=-.387$, SE=.191, %95 GA [-1,726-.529]).

3.7 Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Açıklamalar

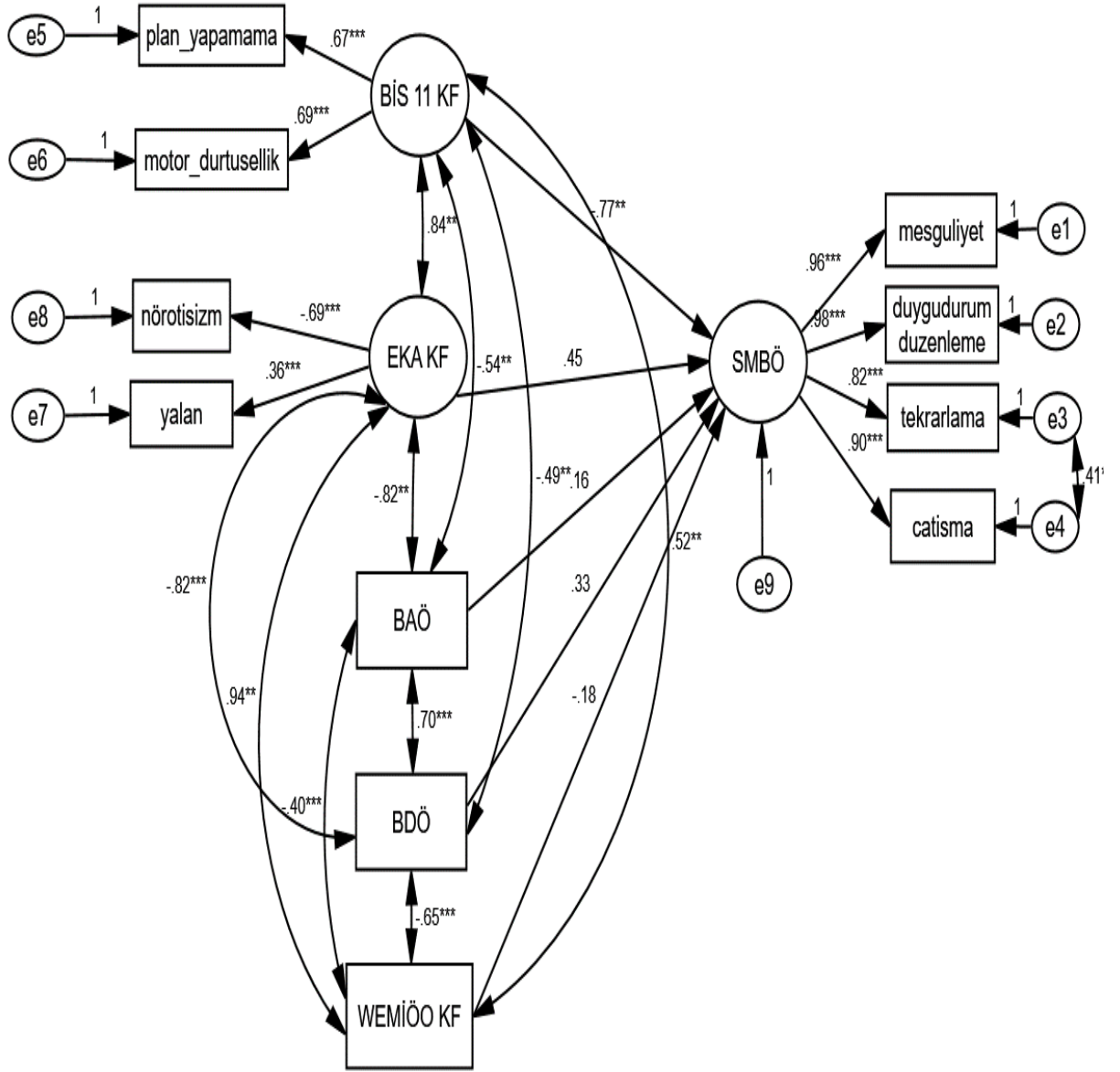
Araştırmada elde edilen verilerin değerlendirilmesi için Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) kullanılmıştır. Elde edilen veriler ile gizil değişkenler ile YEM analizi yapılmadan önce doğrulayıcı faktör analizi yapılarak en iyi uyum değerini gösteren gösterge değişkenler arasından seçilmiştir.



*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.9 Sosyal Medya Bağımlılığında Yürütücü İşlevleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli

Şekilde görülen model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür ($p > .05$; $X^2/df = 1.06$; CFI = .99; NFI = .91, RMSEA = .02). Yani kurulumu değiştirmenin; inhibisyon, karar verme ve çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığına etkisinde akıcı zekânın aracılık rolünün olduğu model anlamlıdır.

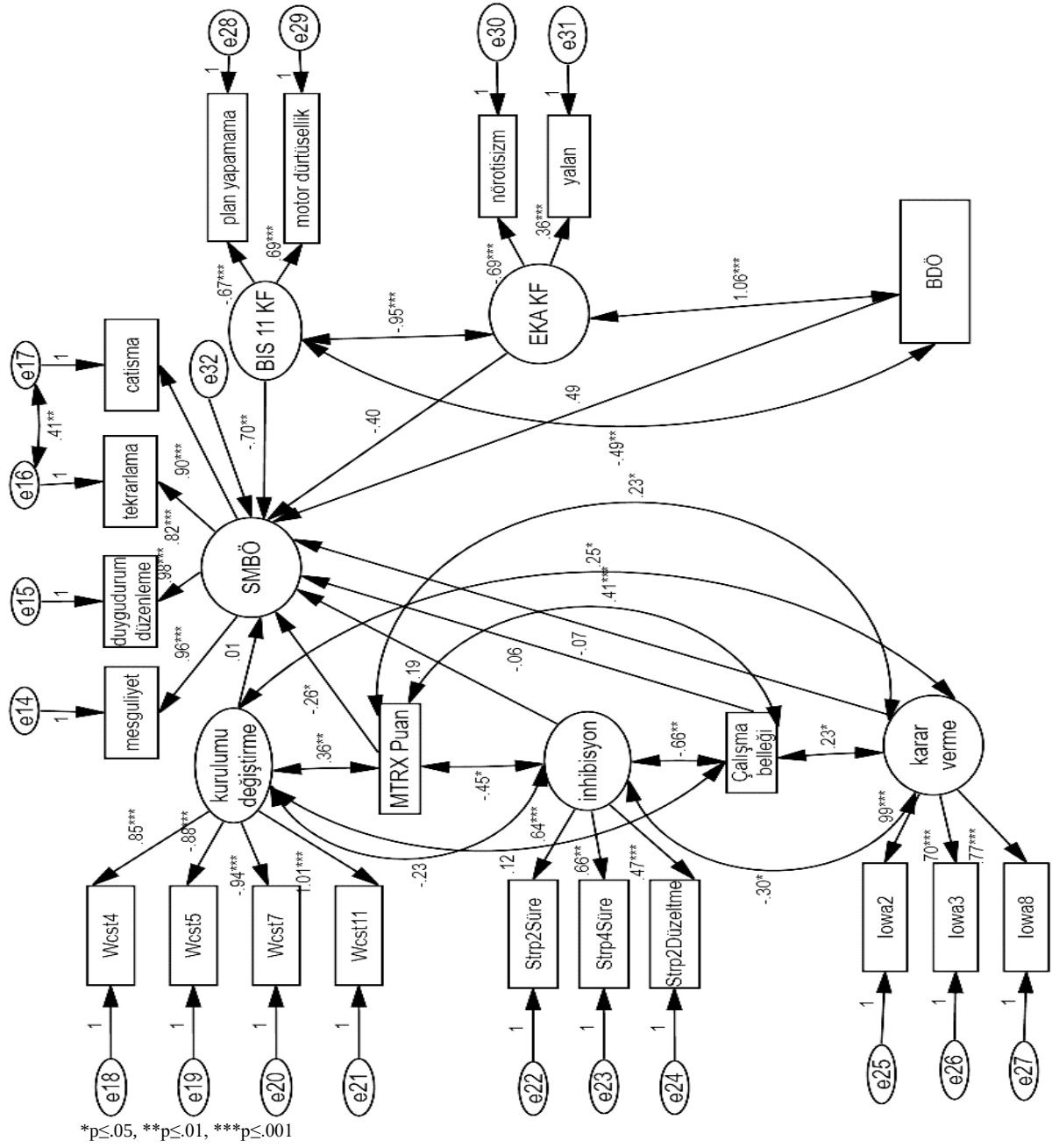


*p≤.05, **p≤.01, ***p≤.001

Şekil 3.10 Sosyal Medya Bağımlılığında Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli

Analizde 2 gizil bağımsız değişken ve 3 gözlenen bağımsız değişkenle oluşturulan modelde BIS-11-KF sosyal medya bağımlılığını anlamlı olarak yordarken, EKA-KF, BAÖ, BDÖ ve WEİMÖÖ-KF sosyal medya bağımlılığını anlamlı olarak yordamamaktadır. Şekilde görülen model verilerinin uyum iyiliği

indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ($p < .002$; $X^2 / df = 1.87$; CFI = .95; NFI = .91, RMSEA = .10).



Şekil 3.11 Sosyal Medya Bağımlılığında Yürütücü İşlevleri ve Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli

En uygun uyum değerlerini sağlayan gösterge değişkenleri, YEM modelinin oluşturulmasında kullanılmıştır. 5 gizil bağımsız değişkenden ve 4 gözlenen bağımsız değişkenden oluşan modelde gözlenen bağımlı değişkene ait katsayılar şu şekilde bulunmuştur: Kurulumu Değiştirme .01, MTRX Puan-.26*, İnhibisyon .19, Çalışma Belleği-.06, Karar Verme -.07, BIS 11 KF-.70**, EKA KF-.40, BDÖ .49. Bu bulgulara göre BIS-11-KF, MTRX Puan sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordarken, Kurulumu Değiştirme, İnhibisyon, Çalışma Belleği,

Karar Verme, EKA-KF ve BDÖ sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamamaktadır. Şekilde görülen model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ($p > .05$; $X^2/df = 1.47$; CFI = .93; NFI = .90, RMSEA = .07 BAÖ ve WEİMÖÖ-KF toplam puanları iyi uyum değerleri vermediğinden modele dahil edilmemiştir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.TARTIŞMA

Bu bölümde, elde edilen araştırma verilerinin ilgili literatür bağlamında tartışılması amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda sosyal medya bağımlılığını değerlendirmek için SMBÖ ile araştırmada kullanılan diğer testler arasındaki ilişkiler literatür ile birlikte değerlendirilmektedir. SMBÖ’nden alınan puan ortalamalarındaki farklılıklar için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları, sosyal medya bağımlılığı ile yürütücü işlevler arasındaki ilişkide akıcı zekânın aracı rolü, sosyal medya bağımlılığı ile ölçekler arasındaki ilişki ve YEM’den elde edilen bulgular da tartışılmaktadır. Yapılan analizler sonucunda, bazı verilerin literatürdeki bulgularla uyumlu olduğu görülmüştür. Ancak bazı verilerde, literatürdeki sonuçlardan farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Ayrıca, bu çalışma Türkçe ve İngilizce literatürde bilişsel süreçler ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi nöropsikolojik testler kullanarak inceleyen ilk çalışmadır. Bu çalışmada, daha önce incelenmemiş testlerin sonuçları da dahil olmak üzere sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yeni veriler sunulmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular literatürdeki tartışmalarla birlikte ele alınarak, gelecekte yapılacak çalışmalar için de öneriler sunulmuştur. Son olarak, araştırmanın kısıtlı yönlerine yer verilmiştir.

4.1 Sosyal Medya Bağımlılığı, Yürütücü İşlevler ve Ölçekler

4.1.1 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre Nöropsikolojik Testlerin Tek Yönlü Varyans Analizine Ait Bulguların Değerlendirilmesi

Araştırmada sosyal medya bağımlılığı SMBÖ ile ölçülmüş ve bu testten alınan puanlara göre katılımcılar bağımlılık yok, düşük bağımlılık, orta ve yüksek bağımlılık olmak üzere dört gruba ayrılmıştır. Sosyal medya bağımlılık düzeylerine (yok, düşük, orta, yüksek) göre katılımcıların nöropsikolojik test puanlarında farklılaşma olup olmadığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve Kurulumu Değiştirme

Araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların WCST performansları ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir istatistiksel fark tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı yok, düşük, orta ve yüksek grubun WCST 1, WCST 2, WCST 4, WCST 5, WCST 6, WCST 7, WCST 11 puanları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Alanyazın incelendiğinde farklı bulgularla karşılaşılmaktadır. Sosyal medya ve yürütücü işlevlerin ilişkisinin araştırıldığı ve toplam 160 katılımcının olduğu bir çalışmada sosyal medya bağımlılığı olan grup ile sosyal medya bağımlılığı olmayan grup arasında WCST performansı açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Araştırmacılar, dürtüsel davranışlarla ilgili görevlerin, sosyal medya bağımlılığı ile daha güçlü bir ilişkisi olduğunu savunmuştur (Reed, 2023). Mevcut araştırmayı destekleyen literatürdeki çalışmaları incelediğimizde, Zhou ve diğer araştırmacılar (2014), bir çalışmada internet bağımlılığı, alkol bağımlılığı ve kontrol grubunu karşılaştırmışlardır. Çalışmanın sonuçlarına göre, internet bağımlılığı ve alkol bağımlılığı olan grubun perseveratif hatalar ve seti sürdürmedeki başarısızlık açısından kontrol grubuna göre anlamlı derecede daha düşük bir performans sergiledikleri tespit edildi. Ayrıca, internet ve alkol bağımlılığı olan grubun kavramsal düzey yanıtlarının yüzdesi ve tamamlanan kategori sayısının kontrol grubuna göre anlamlı derecede daha düşük olduğu belirlendi. Bununla birlikte, alkol bağımlılığı olan grubun yanıtları ile internet bağımlılığı olan grubun yanıtları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Çalışmamızın bulgularını destekler nitelikte olan başka bir çalışmada ise, Kuo ve meslektaşlarının (2018) yaptığı bir araştırma, Tayvan'da okul çağındaki 10-12 yaş arasındaki 267 öğrencinin yürütücü işlev ve öğrenme dikkatini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Araştırma sonuçlarına göre, internet bağımlılığı olan öğrencilerin WCST performansı, internet bağımlılığı olmayan öğrencilere göre daha düşük çıkmıştır. İnternet bağımlılığı olan öğrenciler arasında kavramsal düzey yanıtlarının daha az olduğu ve önemli ölçüde daha fazla toplam hata yapıldığı belirlenmiştir.

Bu araştırmada, sağlıklı genç yetişkinlerde WCST'nin farklı puan türleri ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmanın sonuçları, sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre bireylerin WCST'deki farklı puan türlerinden farklı performanslar sergilediğini göstermiştir. WCST'nin puanları olan Toplam Tepki Sayısı (WCST 1), Toplam Hata Sayısı (WCST 2), Tamamlanan Kategori Sayısı (WCST 4), Toplam Perseveratif Tepki Sayısı (WCST 5), Toplam Perseveratif Hata Sayısı (WCST 6), Toplam Perseveratif Olmayan Hata Sayısı (WCST 7) ve Perseveratif Hata Yüzdesi (WCST 8) puanlarının sosyal medya bağımlılığı yüksek olan bireylerde yüksek olduğu; Kavramsal Düzey Tepki Yüzdesi (WCST 11) puanının ise düşük olduğu bulunmuştur. Çalışmanın bu

sonuçları, yüksek sosyal medya bağımlılığı olan kişilerin WCST'deki performanslarının düşük olduğunu ortaya koymaktadır.

WCST, yürütücü işlevleri kavram oluşturma, planlama, bilişsel esneklik, çalışma belleği, tümdengelim, problem çözme ve küme değiştirme yeteneği açısından ölçmektedir. Bu test, bağımlılık davranışlarına yönelik çalışmalarda da kullanılmaktadır. Ayrıca bir bireyin yanlış davranıştaki ısrarını ölçerken klinik alanlarda da yararlı olmuştur. Perseveratif hataların sayısı, WCST'nin ölçtüğü bilişsel esneklik ve set değiştirme yetenekleriyle yakından ilişkilidir (Hartman, Bolton ve Fehnel, 2001). Sosyal medya kullananlar kişilerin gün içerisinde uzun süreli sosyal medya kullanımlarının, kişilerin hayatlarına pek çok olumsuzluğa (mesleki/akademik başarısızlık, ilişkisel problemler vb.) sebebiyet vermesine rağmen sosyal medyadan kopamadıkları görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığındaki bu tekrarlama eğilimi, WCST görevinde değişen talepleri güncellemeleri gerektiği halde aynı hataları tekrarlamalarına neden olabilir. Dolayısıyla, mevcut araştırma sonuçlarına göre sosyal medya bağımlılığı düzeyleri bilişsel esneklik ve kurulumu değiştirme becerilerinde belirgin bir rol oynamaktadır.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve İnhibisyon

Stroop Testi TBAG Formu'na ilişkin elde edilen sonuçlar, sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile STRP 2, STRP 3 ve STRP 4 süre puanları arasında ve STRP 2 ve STRP 4 düzeltme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yüksek sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların, bağımlılığı yok, düşük ve orta düzeyde bağımlılığı olan katılımcılara göre STRP 2, STRP 3, STRP 4 süre puanları daha yüksektir. Yine yüksek sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların, bağımlılığı yok ve düşük düzeyde bağımlılığı olan katılımcılara göre STRP 2 ve STRP 4 düzeltme puanları daha yüksektir. Bu sonuçlar, yüksek sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların, Stroop Testi TBAG Formu görevinde tepki verme sürelerinin daha yavaş olduğunu ve daha fazla düzeltme yaptıklarını göstermektedir. Stroop Testi'nden alınan düzeltme puanı, uygun olmayan yanıt eğilimlerinin kontrol altına alınması, seçici dikkatin istikrarlı bir şekilde sürdürülmesi ve çelişkili cevap eğilimleriyle başa çıkma becerileriyle bağlantılıdır (Karakaş, 2006). Kişinin düzeltme puanlarının yüksek olması sosyal medyaya girme isteğiyle başa çıkamama ile ilişkili olabilir. Elde ettiğimiz sonuçlar, sosyal medya bağımlılığı ve bilişsel işleyiş arasındaki ilişkiyi araştırmak için

yapılan çalışmaların çoğuna uyumlu olarak, Stroop Testi TBAG Formunun 2 ve 4. düzeltme puanlarının anlamlı çıktığını göstermektedir.

Literatür taramaları, sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı ve çevrimiçi oyun bağımlılığı ile Stroop görevi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda tutarlı sonuçlar elde edilemediğini göstermektedir. Lara ve Bokoch'un (2021) bilişsel işlevler ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmasında, Stroop görevi sonuçları ile sosyal medya kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu görevde, katılımcılara her seferinde bir kelime gösterilmiştir; kırmızı, mavi, sarı veya yeşil. Kelimenin rengi, zaman zaman uyumlu (yani sarı mürekkeple yazılmış "sarı" kelimesi) veya uyumsuz (yani yeşil mürekkeple yazılmış "sarı" kelimesi) olabilmektedir. Uyumlu kelimeler ile uyumsuz kelimeler arasındaki tepki süresi, bireyin bir tepkiyi inhibe etme yeteneğini belirlemektedir. Her katılımcı, 100 adet rastgele uyumlu ve uyumsuz uyaran sunumunu tamamlamıştır. Sonuçlar, sosyal medya kullanımı ile Stroop görevi puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermiştir.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve Çalışma Belleği

Araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre HSD toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı yüksek olan katılımcıların HSD toplam puanı, orta ve yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olan katılımcılara göre daha yüksektir. Sosyal medya bağımlılığı yüksek olan katılımcılar, bağımlılığı olmayan ve düşük düzeyde olan katılımcılara göre HSD testinde daha düşük bir performans sergilemiştir.

Literatürü incelediğimizde çalışma belleği ve sosyal medya bağımlılığı, patolojik internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilgili çelişkili bulguların olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalar, internet üzerinden oynanan oyunların bilişsel becerilerin gelişimine katkı sağladığını göstermektedir.

Bu konuda yapılan araştırmaların sonuçları arasındaki tutarsızlıklar, sınırlı sayıda araştırma yapılmasından ve farklı bilişsel işlev görevlerinin kullanılmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmüştür. Çevrimiçi oyun ipuçlarının, orbitofrontal korteks, anterior singulat korteks ve dorsolateral korteksi aktive ettiği bulunmuştur (Kuo ve ark., 2018). Yapılan bir çalışmada Facebook'u ilk defa kullananlarla karşılaştırıldığında, bir yıldan fazla süredir kullanan kişilerin çalışma belleği görevinden daha yüksek puan aldığı görülmüştür (Alloway ve

Alloway, 2012). Mevcut bulguları destekler nitelikteki çalışmalarda ise; öğrenerek tanıma deneysel modelinin kullanıldığı 12 normal, 10 internet bağımlısı öğrenciyle yapılan bir çalışmada Çince kelime tanıma görevi verilmiştir ve eş zamanlı olarak EEG sinyalleri kaydedilmiştir. Normal katılımcıların doğru oranı %77.4 iken bağımlı katılımcıların doğru oranı %73.3 bulunmuştur. Normal grubun yeni kelimelere tepki süresi 644.8 ms iken eski kelimelere tepki süresi 619.3 ms'dir. Bağımlı grubun yeni kelimelere tepki süresi 663.8 ms iken eski kelimelere tepki süresi 628.3 ms'dir. Araştırmanın sonuçları, internet bağımlılığının çalışma belleği üzerinde belli bir etkisinin olabileceği yönündedir.

Çalışma belleği, stratejik planlama ve bilişsel esneklik yoluyla hedeflere ulaşmayı amaçlayan davranışı mümkün kılmaktadır. Yapılan araştırmalar özellikle gençlerin günümüzde ders çalışırken aynı anda sosyal medya uygulamasına girdiğini ya da kısa mesaj yazdığını göstermektedir. Bu durum gençlerin farklı görevleri aynı anda yapabildiklerini düşünmelerine sebep olsa da yapılan araştırmalar dikkatin azaldığını, birkaç görevi paralel olarak gerçekleştirmede zorluk çektiklerini göstermektedir. Ahşap ve arkadaşları (2012) sosyal medya kullanımının bellekten geri çağırma yeteneğinde azalmaya yol açtığını öne sürmüşlerdir. Özetle, mevcut araştırma sonuçlarına göre sosyal medya bağımlılık düzeyleri çalışma belleği kapasitesinde belirgin bir rol oynamaktadır.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve Karar Verme

Elde edilen araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre İKT'den aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yüksek ve orta düzeyde sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların, bağımlılığı yok ve düşük düzeyde bağımlılığı olan katılımcılara göre İKT 2 (Net Puan (C+D) -(A+B)), İKT 3 (Toplam Puan) ve İKT 8 (5. Blok Net Puan) puanları daha düşüktür. Sonuçlar, sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların, karar verme sürecinde olası olumsuz sonuçlara daha fazla odaklanmalarına ve bu nedenle riskli kararlar almalarına yol açabileceğini düşündürmüştür. Bu durum, düşük düzeyde sosyal medya kullanan katılımcıların İKT'de gözlemlenen yüksek puanlarıyla da doğrulanmıştır. Yani, aşırı sosyal medya kullanımı, bireylerin karar verme sürecinde olası olumsuz sonuçlara daha fazla odaklanmalarına ve bu nedenle riskli kararlar almalarına yol açabilmektedir şeklinde yorumlanmıştır. Daha önce yapılan araştırmalar, İKT'de kullanılan görevin ilk 40 denemesinin (blok 1-2) belirsizlik altında karar verme sürecini, son 60 denemesinin ise (blok 3-5) risk

altında karar verme sürecini yansıttığını göstermiştir (Bechara ve ark., 1997; He ve ark., 2010). Bu çalışma kapsamında elde edilen bulgular, İKT'nin son bloğu olan 5. bloktaki test puanlarının, yani son 20 denemenin, sosyal medya bağımlılığı düşük katılımcılara kıyasla sosyal medya bağımlılığı yüksek olan katılımcılarda düşük olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, özellikle risk altında karar verme süreçlerinde, yüksek sosyal medya bağımlılığı olan katılımcıların karar verme yeteneklerinde bozulmalar olabileceğini düşündürmektedir. Risk altında karar verme süreçlerindeki bozulmaların ise, bireylerin gelecekteki sonuçları dikkate almadan yeni deneyimler arama potansiyelini artırarak, daha yüksek düzeyde ödüllendirici uyarıları takip etmelerine ve riskli davranışlara sürekli olarak katılımlarını göstermelerine neden olabileceği düşünülmektedir.

İKT ile sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı veya oyun oynama bağımlılığı gibi diğer davranışsal bağımlılık türleri arasındaki ilişkiye dair yapılan çalışmaların sonuçları birbirleriyle tutarlı değildir. Literatürde, problemli sosyal medya kullanıcılarının çoğunlukla daha az avantajlı ancak daha büyük ödülleri tercih ettiğini belirten çalışmalar mevcuttur. Ancak, bazı çalışmalar problemli sosyal medya kullanımının karar verme süreçlerinde herhangi bir etkisinin olmadığını vurgulamaktadır (Lin, Wang, Sun, Ko ve Chiu, 2019). Ko ve arkadaşları (2010) internet bağımlılığı olan üniversite öğrencilerinin karar verme özelliklerini araştırdıkları çalışmalarında bağımlı öğrencilerin İKT'nin son 40 denemesinde daha avantajlı kartları seçme eğiliminde olduklarını ifade etmişlerdir. İnternet bağımlıları için daha yüksek ödül bağımlılığı değil fakat daha yüksek yenilik arayışı olduğunu söylemektedirler. Meshi ve arkadaşları (2019) Facebook bağımlılığı ve İKT ile ilgili yaptıkları çalışmalarında özellikle son 20 denemeden oluşan blokta, İKT performansı ile Facebook bağımlılık ölçeği puanı arasında olumsuz bir ilişki tespit etmişlerdir. Yani aşırı Facebook kullanımının daha düşük İKT performansı ile ilişkili olduğunu gözlemlediklerini ifade etmişlerdir.

Bu farklı sonuçların nedeni, araştırmalarda İKT'nin farklı sürümlerinin kullanılması, örneklem sayısının yetersiz olması, yalnızca üniversite öğrencilerinin dahil edilmesi gibi bir dizi faktöre bağlı olabilir. Ayrıca sosyal medya bağımlılığı ve yürütücü işlevler ile ilgili bu zamana kadar yapılan çalışmaların hepsi kesitseldir. Gelecekte yapılacak boylamsal araştırmalar, bu yapılar arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılmasına ve bu bağımlılığın doğası ve işlevi hakkında daha kapsamlı bir bilgi sahibi olmamıza yardımcı olabilir.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve Akıcı Zekâ

Araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre akıcı zekâ puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olanların, bağımlılığı olmayan, düşük ve orta düzeyde bağımlılığı olan katılımcılara göre akıcı zekâ puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar aşırı sosyal medya kullanımının akıcı zekâ üzerinde olumsuz bir etkisi olabileceğini göstermiştir.

Sosyal medya bağımlılığı ve akıcı zekâ arasındaki ilişki konusunda yapılmış bazı araştırmalar olsa da henüz kesin bir ilişki tespit edilememiştir. Ward ve diğer araştırmacıların (2017) yaptığı bir çalışmada, 548 lisans öğrencisi üzerinde yürütülen araştırmada, akıllı telefonların sık kullanımının ve telefonun konumunun, dikkat kaynaklarının merkezinde yer alan akıcı zekâ ve sınırlı olan bilişsel kapasitenin daha da kısıtlandığını gösterdiği bildirilmiştir. Stieger ve Wunderl (2022), ergenlerle yaptıkları çalışmada, aktif ve pasif sosyal medya kullanımı ile bilişsel yetenekler arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Bu araştırmada, akıcı zekâ ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Tümevarımsal Akıl Yürütme testini kullanmışlardır. Sonuçlar, aktif düzeyde sosyal medya kullanımının akıcı zekâ üzerinde çok düşük bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir.

Akıcı zekâ, bireylerin hızlı ve esnek bir şekilde düşünerek çözüm üretme yeteneğidir ve bireylerin problemleri çözmelerine, yeni fikirler üretmelerine ve yenilikçi çözümler bulmalarına yardımcı olmaktadır (Ward ve ark., 2017). Sosyal medya bağımlılığı ise literatürdeki tanımlamalardan yola çıkarak kişinin sosyal medya platformlarına aşırı bir şekilde zaman ayırması, bu platformlara düzenli olarak giriş yapması ve platformlardan ayrılmakta zorluk yaşaması şeklinde tanımlanabilir. Sosyal medya bağımlılığı, kişinin sosyal becerilerini azaltabilir, dikkat dağınıklığına yol açabilir ve kişinin kendini gerçek dünyadan soyutlamasına neden olabilir. Bu nedenle, aşırı sosyal medya kullanımının akıcı zekâ üzerinde olumsuz bir etkisi olabileceği düşünülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı ve akıcı zekâ arasındaki ilişkinin literatürde hala çelişkili sonuçlarının olmasının birkaç nedeni olabilir. İlk olarak, sosyal medya bağımlılığı ve akıcı zekâ arasındaki ilişkiyi belirlemek için kullanılan farklı ölçüm araçları ve yöntemler, farklı sonuçlara neden olabilir. İkinci olarak, sosyal medya kullanımının türü, sıklığı, süresi ve amaçları gibi faktörler de sonuçları etkileyebilir.

Ayrıca, sosyal medya kullanımı ile diğer faktörler arasındaki karışıklık da sonuçları etkileyebilir. Örneğin, depresyon veya anksiyete gibi duygusal durumlar sosyal medya kullanımını artırabilir ve bu da akıcı zekâ performansını olumsuz etkileyebilir. Bu nedenlerden dolayı, sosyal medya bağımlılığı ve akıcı zekâ arasındaki ilişkiyi belirlemek için daha kapsamlı ve kontrollü çalışmalara ihtiyaç vardır.

4.1.2 Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Göre BIS-11-KF, EKA-KF, WEMİÖÖ-KF, BAÖ ve BDÖ'ye Ait Tek Yönlü Varyans Analizine Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Sosyal Medya Bağımlılığı ve BIS-11-KF

Elde edilen araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre BIS-11-KF'nin PY ve MD alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yüksek düzeyde bağımlılık gösteren grubun PY alt boyutundan diğer gruplara kıyasla daha düşük puan aldığı bulunmuştur. Bu sonuç, sosyal medya kullanımının planlama ve organize etme becerilerini olumsuz yönde etkileyebileceğini ve dürtüsel davranışlara yol açabileceğini göstermektedir. Ayrıca yüksek düzeyde bağımlılık gösteren grubun MD alt boyutundan diğer gruplara kıyasla daha yüksek puan aldığı bulunmuştur. Sosyal medya kullanımı sırasında kullanıcıların dikkati, yoğun içerik akışı, reklamlar ve bildirimler gibi çeşitli faktörler nedeniyle kolayca dağılabilmektedir. Bu durum ise sosyal medya bağımlılığının motor dikkat becerilerinin zayıflamasına ve işlevselliğinin bozulmasına neden olabileceğini göstermektedir.

Sosyal medya bağımlılığı ve dürtüsellik, beyindeki ödül sistemleri ve kontrol mekanizmalarıyla ilgilidir. Beyindeki ödül sistemleri, keyif veren etkinlikler sırasında salgılanan dopamin gibi kimyasal maddelerle tetiklenir. Sosyal medya kullanımı da özellikle beğeniler, paylaşımlar ve takipçi sayıları gibi ödüllendirme sistemleriyle ilişkilidir (Grant ve ark., 2006). Bazı araştırmalar, sosyal medya bağımlılığının prefrontal korteks aktivitesinde azalma ve ödül sistemlerinde artışa neden olduğunu öne sürmektedir. Bu da sosyal medya kullanımı sırasında dürtüsellik ve kontrol kaybı gibi davranışsal belirtilere yol açabilir.

Mevcut çalışmaya paralel olarak, Cao ve arkadaşları (2007), yaptıkları çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ve kullanımı ile dürtüsellik arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Problemlerli internet kullanımıyla motor inhibisyon arasındaki

ilişkiyi araştıran Dong ve arkadaşlarının (2011) deneysel çalışmasında, problemleri internet kullanımına sahip öğrencilerin akranlarına göre dürtü kontrolünde daha az başarılı oldukları belirtilmiştir. Bu açıdan bakıldığında, elde edilen sonuçların literatürdeki bulguları desteklediği söylenebilir. Özetle, elde edilen bulgular, sosyal medya kullanımının artmasıyla dürtüsellik düzeyinin de arttığını göstermiştir.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve EKA-KF

Çalışma kapsamında elde edilen sonuçlara göre, EKA-KF Nörotisizm ve Yalan alt boyut puanlarında sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Yüksek düzeyde bağımlılığı olan grubun Nörotisizm puanlarının arttığı görülmüştür. Nörotisizm, kişilerin duygusal dengesizlikleri, kaygı, endişe ve depresif duygularını ifade eden bir kişilik özelliğidir (Ross ve ark., 2009). Bu bağlamda, nörotisizm düzeyi yüksek bireylerin, sosyal medya gibi uyarıcı ortamların sunabileceği anlık olumlu duygusal tepkilere daha fazla ihtiyaç duyabileceği ve bu nedenle sosyal medya bağımlılığı riskinin artabileceği düşünülebilir. Ayrıca yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olan grubun Yalan puanlarının düştüğü görülmüştür. Literatürde yalan söylemenin yüksek bilişsel işlevler gerektirdiğine dair açıklamalar mevcuttur. Bir araştırmada, 31 kadın ve 30 erkek katılımcı üzerinde yalan söyleme ve söyledikleri yalanı tersine kronolojik sırayla anlatma becerileri test edilmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre, kadın katılımcıların yalan söyleme konusunda erkek katılımcılardan daha başarılı olduğu tespit edilmiştir. Bu başarının arkasında ise daha iyi bir hafıza ve bilişsel yük yönetimi becerilerinin olabileceği düşünülmektedir (Akçay, 2012). Sosyal medya bağımlılığı arttıkça bu bilişsel becerilerin azalmasının yalan puanının düşmesinde etkili olduğu düşünülmüştür.

Literatürde sosyal medya bağımlılığı ve kişilik ile ilgili yapılmış araştırmalar mevcuttur. Ganyajeva ve Çetin (2019) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, sosyal medya kullanımındaki kontrol güclüğü ve yoksunluk düzeyleri ile Nörotisizm düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ancak Dışa Dönüklük, Yalan ve Psikotisizm puanlarının bu konuda herhangi bir etkisinin olmadığı rapor edilmiştir. Yalan puanı arttıkça sosyal izolasyonun azaldığını bulmuşlardır. Ancak Amiel ve Sargent'ın (2004) yaptığı bir çalışmada, psikotisizm skoru yüksek olan öğrencilerin daha sapkın ve karmaşık sosyal medya uygulamalarına daha fazla ilgi gösterdikleri gözlemlenmiştir. Dong ve diğer

çalışmacıların (2013) gerçekleştirdiği bir çalışmada, sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin yalan söyleme eğilimlerinin düşük olduğu tespit edilmiştir.

Bu farklı sonuçların; yetersiz örneklem sayısı, örneklem seçimi sırasında sadece üniversite öğrenimi gören sağlıklı genç yetişkinleri içermesi, farklı kişilik testlerinin ve farklı sosyal medya bağımlılık ölçeklerinin kullanımı gibi faktörlerden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığı ve kişilik arasındaki ilişkiyi anlamak için geniş bir katılımcı grubu ile yapılacak araştırmalar önemlidir. Farklı yaş grupları ve eğitim düzeylerine sahip ve kişilik bozukluğu olan katılımcıların da dahil edildiği araştırmalar, daha kapsamlı sonuçlar sağlayabilir.

Sosyal Medya Bağımlılığı ve WEMİÖO-KF

Çalışma kapsamında elde edilen sonuçlara göre, WEMİÖO-KF toplam puanında sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bağımlılığı olmayan ve düşük düzeyde bağımlılığı olan grubun, orta düzeyde ve yüksek düzeyde bağımlılığı olan gruba kıyasla daha yüksek puanlar aldıkları bulunmuştur.

Sosyal medya kullanımı ve mental sağlık arasındaki ilişkiye dair çelişkili sonuçlar mevcuttur. Bazı araştırmalar, sosyal medya kullanımının mental sağlık sorunlarını tetikleyebileceğini veya kötüleştirebileceğini öne sürmektedir (Verduyn ve ark., 2015; Marino, Gini, Vieno ve Spada, 2018). Söner ve Yılmaz (2018) tarafından yapılan bir araştırmada, sosyal medya bağımlılığının bir alt boyutu olan çatışma boyutu ile mental iyi oluş arasında önemli farklılıklar tespit edilmiştir. Bu araştırma, internet kullanımının artmasıyla birlikte mental iyi oluşun azaldığına işaret etmektedir. Öte yandan, bazı araştırmalar sosyal medya kullanımının mental sağlık üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabileceğini de göstermektedir. Facebook kullanımının hem yüksek yaşam doyumu hem de düşük yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar literatürde mevcuttur (Taşçıoğlu ve Tosun, 2018). Sosyal medya sayesinde insanlar, topluluklar, paylaşımlar ve diğer kaynaklara kolayca erişebilir ve sosyal destek alabilirler. Bunun da sosyal izolasyon, yalnızlık ve diğer zorluklarla başa çıkmaya yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı, sürekli olarak sosyal medya kullanma ihtiyacı hissetme, kontrol edilemez kullanım ve yaşamın diğer alanlarında işlevsellik kaybı gibi belirtilerle kendini göstermektedir. Bu tür bağımlılığın, mental iyi oluş

üzerinde çeşitli olumsuz etkileri olabilir; bunlar arasında depresyon, kaygı, yalnızlık hissi, stres ve uyku bozuklukları yer almaktadır. Ancak, sosyal medya kullanımı, kişilerin kendilerini sosyal olarak bağlantılı hissetmelerine ve destek sistemleri oluşturmalarına yardımcı olabilir. Bu nedenle, sosyal medya kullanımının mental iyi oluş üzerinde olumlu etkileri de mümkündür. Ancak, bu pozitif etkiler, sosyal medya kullanımının kontrollü ve dengeli olması gerektiği anlamına gelmektedir.

Sosyal Medya Bağımlılığı, BAÖ ve BDÖ

Elde edilen sonuçlara göre, BAÖ toplam puanında sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Yüksek düzeyde bağımlılığı olan grubun diğer gruplara kıyasla yüksek anksiyete puanlarının olduğu bulunmuştur. Ayrıca BDÖ toplam puanında da farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı olan grubun daha yüksek depresyon puanlarının olduğu görülmüştür. Bu bulgulara göre, sürekli olarak sosyal medya kullanımı, kişilerde olumsuz düşünceler ve düşük özgüvene neden olabilmekte ve bu da depresyon ve anksiyete riskini artırabilmektedir.

Bazı araştırmalar, sosyal medya kullanımının depresyon ve anksiyete ile pozitif bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Örneğin, Primack ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan bir çalışma, sosyal medya kullanımının artmasıyla depresyon riskinin arttığını göstermiştir. Ayrıca, Moreno ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir çalışma, sosyal medya kullanımının yoğunluğunun artmasıyla anksiyete semptomlarının arttığını bulmuştur. Çalışma, üniversite öğrencileri arasında yapılmıştır ve Facebook'ta yapılan depresyon ifadelerinin artmasının, kişinin gerçek hayattaki depresyon belirtilerinin artması ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ancak, diğer araştırmalar sosyal medyanın kendisiyle değil, sosyal medya kullanımının neden olduğu uyku bozuklukları, artan yalnızlık hissi ve sosyal karşılaştırma ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Örnek olarak, Lin ve arkadaşları (2016) tarafından yürütülen bir araştırma, sosyal medya kullanımı ile uyku sorunları arasında bir bağlantı olduğunu ve uyku sorunlarının depresyon ve anksiyete riskini artırdığını ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, sosyal medya bağımlılığı ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki karmaşık ve çok yönlüdür ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Ancak, mevcut araştırmalar, sosyal medya kullanımının kontrol altında tutulması

ve uygun bir şekilde yönetilmesi durumunda, depresyon ve anksiyete gibi zihinsel sağlık sorunlarıyla mücadelede faydalı olabileceğini göstermektedir.

4.1.3 Sosyal Medya Bağımlılığı, Yürütücü İşlevler ve Akıcı Zekânın Aracı Rolünün Değerlendirilmesi

Bu bölümde yürütücü işlevlerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde akıcı zekânın aracı rolü tartışılmıştır. Şekil 3.1’de oluşturulan Kurulumu Değiştirme ve Sosyal Medya Bağımlılığına ilişkin yapısal eşitlik modelinde kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordama gücünde akıcı zekânın aracı rolünün test edildiği şekil 3.2’de kurulumu değiştirmenin sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın bu etkide tam aracı modele sahip olduğu görülmüştür. Böylelikle bireylerin kurulumu değiştirme performansı azaldıkça akıcı zekâ performansları da azalmakta ve bu azalan akıcı zekâ sosyal medya bağımlılığına aracılık etmektedir.

Şekil 3.3’te ise inhibisyonun sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Sonrasında modele aracı değişken olan akıcı zekâ puanı eklendiğinde inhibisyonun sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın da bu etkide kısmi aracı modele sahip olduğu bulunmuştur (Şekil 3.4). Elde edilen bulgular sonucunda inhibisyon becerisinin sosyal medya bağımlılığına olan etkisinde akıcı zekânın aracılık etmesi, akıcı zekânın belirli bir problemi çözmek için gerekli olan uygun yanıtları hızlı bir şekilde seçebilme ve uygulayabilme yeteneği gerektirmesiyle ve bu nedenle akıcı zekâ kapasitesi yüksek olan bireylerin, daha iyi inhibisyon yeteneğine sahip olabileceği ile açıklanabilir.

Şekil 3.5’te karar vermenin sosyal medya bağımlılığını doğrudan yordadığı sonucu elde edilmiştir. Sonrasında aracı rolün test edildiği bu modelde, karar verme ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide akıcı zekâ aracı değişkeninin modele eklenmesiyle standardize yol katsayısında düşüş olduğu görülmüştür (Şekil 3.6). Böylece karar vermenin sosyal medya bağımlılığını etkilediği ve akıcı zekânın bu etkide kısmi aracı modele sahip olduğu bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkarak akıcı zekânın karar verme gibi yüksek bilişsel işlev gerektiren durumlara aracılık edip sosyal medya bağımlılığını etkilediği söylenebilir. Bu nedenle, akıcı zekânın, karar verme süreçlerinde verilerin analiz edilmesi ve yorumlanması için kritik bir araç olabileceği ve aşırı sosyal medya kullanımı olan bireylerin riskli ve

belirsiz durumlar karşısında alacağı kararların anlaşılmasında katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Şekil 3.7’de oluşturulan çalışma belleğinin, sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordayıp yordamadığına ilişkin modelde çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığını doğrudan yordadığı bulunmuştur. Daha sonra modele aracı değişken olan akıcı zekâ eklendiğinde akıcı zekânın sosyal medya bağımlılığını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür (Şekil 3.8). Çalışma belleği kapasitesi yüksek olan bireylerin dikkatlerini daha iyi yönetebilmesi ve zamanlarını daha etkin bir şekilde kullanabilmeleri sosyal medya kullanımını kontrol etmelerine ve bağımlılıktan kaçınmalarına yardımcı olabileceği düşünülmüştür. Daha önce yapılan bir araştırmada çalışma belleğinin akıcı zekânın önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Shelton ve ark., 2010). Çalışma belleğinin de güçlü bir yordayıcısı olan akıcı zekânın yürütücü işlevlerle birlikte sosyal medya bağımlılığına olan etkisinde aracı bir rolünün olduğunun gösterilmesi literatüre kazandırılan önemli bir bilgi olarak nitelendirilebilir.

Sosyal medya bağımlılığı, yürütücü işlevler ve akıcı zekânın aracılık etkisi ile oluşturulan şekil 3.9’da sunulan yapısal eşitlik modelinde kurulumu değiştirmenin; inhibisyon, karar verme ve çalışma belleğinin sosyal medya bağımlılığına etkisinde akıcı zekânın tek başına aracılık ettiği görülmüştür. Başka bir deyişle, yürütücü işlev performansı, sosyal medya bağımlılığına akıcı zekânın aracılığıyla etki etmektedir. Modelin uyum değerlerine bakıldığında model verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ve yürütücü işlevleri inceleyen çalışmalara çok sık rastlanılmamış ve bulguları YEM ile inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Bu bağlamda mevcut çalışmanın literatüre önemli bir katkısı bulunmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalarda, yalnızca kişilerin sosyal medya kullanımına olan eğilimleri değil, aynı zamanda bilişsel işlevlerinin de dikkate alınması gerektiğini vurgulamıştır. Bu nedenle, sosyal medya bağımlılığına yönelik önleyici ve müdahale edici yaklaşımların, bilişsel işlevlerin geliştirilmesi veya korunması ile ilgili olabileceği önerilebilir. Yürütücü işlevler, beynin ön lobunda bulunan ve özellikle planlama, karar verme, problem çözme, dikkat ve kontrol gibi karmaşık bilişsel işlevleri yöneten bir dizi beceridir (Fuster, 2001). Bu işlevlerin bozulması, sosyal medya bağımlılığı dahil olmak üzere birçok davranışsal ve zihinsel probleme

neden olabilmektedir. Ayrıca elde edilen bulguların, akıcı zekâ gibi bilişsel işlevlerin, sosyal medya kullanımıyla ilgili kararları ve davranışları etkileyebileceği konusunda araştırmacılara yeni bir bakış açısı sunacağı düşünülmektedir. Bu bulgular, akıcı zekâ gelişimini teşvik eden müdahalelerin sosyal medya bağımlılığına karşı etkili bir strateji olabileceğini düşündürmektedir. Akıcı zekâ, veri toplama, analiz etme, karar verme ve sorunları çözme konusunda insanların becerilerini artıran bir kavramdır (Cattell,1943). Bu sebeple yürütücü işlevlerin sosyal medya bağımlılığına olan etkisinin anlaşılmasında akıcı zekânın önemli bir katkısının olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, akıcı zekânın sosyal medya bağımlılığına aracılık etkisinin ortaya konması, sosyal medya kullanımı üzerine yapılan araştırmaların daha kapsamlı ve bütüncül bir şekilde ele alınmasını ve bilişsel işlevlerin bu alanda önemli bir rol oynayabileceği konusunda farkındalığı artıracakını düşündürmektedir.

4.1.4 Sosyal Medya Bağımlılığı ve Ölçekleri İçeren Yapısal Eşitlik Modeli

BIS-11-KF, EKA-KF, WEMİÖÖ-KF, BDÖ ve BAE ölçekleri ve yürütücü işlevlerle oluşturulan şekil 3.10'da sunulan yapısal eşitlik modelinde sosyal medya bağımlılığı BIS-11-KF gizil değişkeni tarafından anlamlı olarak yordanmaktadır. Modelde yer alan EKA-KF, BAE, BDÖ ve WEİMÖÖ-KF değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinin anlamsız olduğu bulunmuştur. Bunun sebebinin ise yapısal eşitlik modeli gibi çoklu değişkenli analizlerde, bazı değişkenlerin diğerlerine göre daha baskın olması ve daha güçlü etkiye sahip olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, modelin verilerle uyumunu ölçen uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür.

Dürtüsel kişiler, sosyal medyayı kontrol etmekte zorlanabilmekte ve bu nedenle sosyal medya bağımlılığına daha yatkın olabilecekleri düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde mevcut araştırma sonuçlarını destekleyen çalışmaların olduğu görülmüştür. Shapira ve meslektaşlarının (2000) yürüttüğü bir araştırmada, patolojik internet kullanımı olan katılımcılarla yapılan klinik değerlendirme sonucunda, tüm katılımcılarda "Başka Türü Adlandırılmayan Dürtü Kontrol Bozukluğu" belirlenmiştir. Dürtüsel davranış sergileyen bireylerin, zaman yönetimi, planlama ve düşünmeden harekete geçme durumlarında zorluklar yaşadığı görülmüştür (Patton ve ark., 1995). Dürtüsel kişiler, sosyal medyayı

kontrol etmekte zorlanabilirler ve bu nedenle sosyal medya bağımlılığına daha yatkın olabilirler. Bu sonuçlar, sosyal medya kullanımının kontrol altında tutulması gerektiğini göstermektedir. Özellikle, dürtüselliğin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, sosyal medya kullanıcılarının kendi kendine kontrol becerilerini geliştirmeleri ve sosyal medya kullanımını sınırlamalarının önemli olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, bu sonuçlar, sosyal medya bağımlılığına karşı mücadelede, risk faktörlerini belirleme ve etkili müdahale stratejileri geliştirme açısından önemlidir. Sosyal medya kullanıcılarının, dürtüsel davranışları tanımlama ve bu davranışları kontrol etme becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir.

4.1.5 Araştırmada Ele Alınan Tüm Değişkenlere Yönelik YEM Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Daha önceki bölümlerde yürütücü işlevlerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisi ve akıcı zekânın da bu noktada önemli bir yere sahip olduğu analizlerle gösterilmiştir. Ayrıca yine araştırmada ele alınan ölçeklerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisi YEM ile açıklanmaya çalışılmıştır. Bu bölümde yapılan YEM analizinde bütün bu değişkenler bir bütün olarak gösterilmeye çalışılmıştır. Şekil 3.11’de elde edilen bulgulara göre BIS-11-KF, MTRX Puan sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordarken, Kurulumu Değiştirme, İnhibisyon, Çalışma Belleği, Karar Verme, EKA-KF ve BDÖ sosyal medya bağımlılığını doğrudan anlamlı olarak yordamamaktadır. Oluşturulan modelin verilerinin uyum iyiliği indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığını açıklamada bilişsel işlevlerin, dürtüselliğin, kişiliğin ve duygudurumun bir arada ele alınması tüm bu değişkenlerin sosyal medya bağımlılığına olan etkisini bütüncül bir şekilde görmemize yardımcı olmaktadır. Bu nedenlerden dolayı, sosyal medya bağımlılığını ele alırken, bilişsel işlevleri, dürtüselliği, duygudurumu ve kişilik özelliklerini bir arada değerlendirmenin oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bu yaklaşımın, daha bütünsel bir değerlendirme sağlayacak ve bireylere uygun tedavi ve destek yöntemleri geliştirilmesine önemli katkılar sunacaktır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇ

Bu araştırmada sosyal medya bağımlılığı, dürtüsellik, kişilik, mental iyi oluş, depresyon, kaygı ve yürütücü işlevler arasındaki ilişkinin boyutları araştırılmıştır. Araştırmada ele alınan yürütücü işlevler kurulumu değiştirme, inhibisyon, çalışma belleği, akıcı zekâ ve karar vermedir.

Mevcut bulguların sosyal medya bağımlılığı için önemli çıkarımları vardır. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre yürütücü işlevler performansının kıyaslandığı tek yönlü varyans analizi sonuçları, sosyal medya bağımlılığı arttıkça yürütücü işlev performanslarında düşüş olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, sosyal medya bağımlılığının yürütücü işlevler üzerindeki olumsuz etkisini göstermektedir. Ayrıca sosyal medya bağımlılığı arttıkça dürtüselliğin arttığı, kişiliğin nörotisizm ve yalan alt boyutlarının, mental iyi oluşun, depresyonun ve kaygının da bu bağımlılık düzeylerine göre negatif yönde etkilendiği bulunmuştur. Buna ek olarak nöropsikolojik testler ve araştırmada kullanılan ölçekler ile oluşturulan YEM modellerinin sosyal medya bağımlılığını açıklayıp açıklamadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılan aracılık analizinde ise yürütücü işlevlerin sosyal medya bağımlılığına olan etkisinde akıcı zekânın aracılık rolü ile büyük öneme sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgular, sosyal medya bağımlılığına yönelik müdahalelerin sadece sosyal medya kullanımının azaltılmasına yönelik olmaması gerektiğini, aynı zamanda akıcı zekânın geliştirilmesi yoluyla yürütücü işlevlerin korunmasına da odaklanması gerektiğini göstermektedir. Daha önce yapılan araştırmalarda sosyal medya bağımlılığı ve yürütücü işlevlerin ilişkisini inceleyen bir çalışma literatürde mevcut değildir ve elde edilen bulgular literatüre yeni bir katkı sağlamaktadır. Ölçekler ile oluşturulan YEM modelinde ise dürtüselliğin sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Kişilik, mental iyi oluş, depresyon ve anksiyetenin sosyal medya bağımlılığını yordamaması ise, yapısal eşitlik modelinin değişkenler arasındaki ilişkileri açıklamak için birçok faktörü bir arada değerlendirmesi ve bu sebeple bazı değişkenlerin diğerlerine olan doğrudan etkisini ortadan kaldırmasına veya etkinin azalmasına sebep olmasıyla açıklanmıştır.

Son zamanlarda, sosyal medya kullanımının artmasıyla birlikte sosyal medya bağımlılığı da uzmanlar tarafından tartışmalara konu olmakta ve bu durum giderek büyüyen bir sorun haline gelmektedir ancak, sosyal medya bağımlılığı DSM-V'te henüz tanımlanmamıştır. DSM-5'te sosyal medya bağımlılığının listelenmesi, bu sorunla mücadele edenlere daha fazla kaynak sağlayabilir ve bu konuda çalışan uzmanların daha iyi bir tanı koymalarına ve tedavi etmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca DSM-V'te sosyal medya bağımlılığı tanımlanması, hastalığın diğer zihinsel sağlık sorunlarıyla birlikte daha iyi anlaşılmasına ve tedavi edilmesine yardımcı olabilir. Sosyal medya kullanımının insanların zihinsel sağlığına olan etkisini anlamaya yönelik araştırmalar bu sorunun çözümüne katkı sağlama açısından oldukça önemli olarak görülmektedir. Özellikle genç yetişkinlerin sosyal medya kullanımlarının hayatlarının doğal bir parçası olması hem akademik hem de toplumsal açıdan ciddi sorunları beraberinde getirebileceği düşünülmektedir. Bu sebeple mevcut araştırmanın bulgularından yola çıkılarak sosyal medya bağımlılığı konusunda sağlıklı genç yetişkinlerde hangi bilişsel süreçlerin önemli olduğunun belirlenmesinin, klinik müdahale programlarının tasarlanmasına yardımcı olabileceği düşünülmüştür.

5.1 Klinik Doğurgular

Bu çalışmada elde edilen bulgular, sosyal medya bağımlılığının dikkat, hafıza, bilişsel esneklik, problem çözme ve stres yönetimi gibi yürütücü işlevlerde bozulmalara neden olduğunu göstermektedir.

Klinik açıdan bakıldığında, bu bulgular sosyal medya bağımlılığının ciddi bir sağlık sorunu olduğunu ve uygun tedavi yaklaşımlarının gerekliliğini vurgulamaktadır. Sosyal medya bağımlılığı olan bireyler, bilişsel ve duygusal sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilecek zorluklarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu noktada, bireylerin sosyal medya bağımlılığından kurtulmalarına yardımcı olabilecek klinik yaklaşımlar ve tedavi yöntemleri önemli hale gelmektedir. Bilişsel davranışçı terapi, grup terapisi, bireysel terapi ve psikoeğitim gibi klinik tedavi yöntemleri, bireylerin sosyal medya bağımlılığına ilişkin olumsuz düşünce ve davranış kalıplarını değiştirmelerine, destek almalarına ve sağlıklı kullanım stratejileri geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT): bireyin düşünce ve davranışlarını değiştirmesine odaklanır. BDT ile terapist, bağımlılıkla ilişkili olumsuz düşünce ve inançları tanımlamaya, bu düşünceleri sorgulamaya ve daha sağlıklı düşünce

kalıplarını geliştirmeye çalışır. Ayrıca, bireye bağımlılığa yönelik tetikleyici durumları tanımayı ve bu durumlarla başa çıkmayı öğretir.

Grup Terapisi: Sosyal medya bağımlılığı olan bireyler için grup terapisi etkili bir tedavi yöntemi olabilir. Grup terapisi, bağımlılıkla mücadele eden bireyler arasında destek, paylaşım ve deneyimlerin aktarılmasını sağlar. Grup üyeleri, benzer sorunlarla karşılaştıklarını görerek, birbirlerine motivasyon sağlar ve yeni becerilerin öğrenilmesine yardımcı olur.

Bireysel Terapi: Sosyal medya bağımlılığı olan bireylere bireysel terapi de uygulanabilir. Bireysel terapi, bireyin özel ihtiyaçlarına ve hedeflerine odaklanır. Terapist, bireyin bağımlılıkla ilişkili kişisel zorlukları anlamasına ve bu zorluklarla başa çıkma stratejileri geliştirmesine yardımcı olur. Bireysel terapi aynı zamanda altta yatan stres, kaygı veya depresyon gibi durumların da ele alınmasına yardımcı olabilir.

Psikoeğitim: Sosyal medya bağımlılığı tedavisinde psikoeğitim, bireye bağımlılığın etkileri hakkında bilgi sağlamayı amaçlar. Bireye, sosyal medyanın nasıl bağımlılık yapıcı olduğu, bağımlılığın olumsuz etkileri, sağlıklı kullanım stratejileri ve sosyal medyadan uzaklaşma becerileri konularında bilgi verilir. Psikoeğitim, bireyin farkındalığını artırarak bağımlılığa yönelik daha bilinçli kararlar almasına yardımcı olur.

Destekleyici tedaviler: Sosyal medya bağımlılığı tedavisinde destekleyici tedaviler de kullanılabilir. Bunlar, meditasyon, yoga, spor, sanat terapisi veya gevşeme teknikleri gibi alternatif yaklaşımları içerebilir. Bu tedaviler, bireyin stresi azaltmasına, zihinsel ve duygusal dengeyi sağlamasına yardımcı olur.

5.2 Araştırmanın Sınırlılıkları

İlk olarak sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre ayrılan gruplar arasında çok yüksek sosyal medya bağımlısı katılımcı sayısı çok az olduğu için yüksek ve çok yüksek sosyal medya bağımlıları, yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı grubuna dahil edilmiştir. Ayrıca çalışmada toplam 80 sağlıklı katılımcıdan veri toplanmasından dolayı çalışmanın genellenebilirliği açısından katılımcı sayısının artırılması önerilmektedir. Farklı eğitim ve yaş gruplarının olduğu bireylerle yapılacak gelecek çalışmalar bilimsel anlamda önemli katkılar sağlayabilir. Mevcut araştırmanın sadece genç yetişkin örnekleme yürütülmesi araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Bundan başka, gelecekte farklı yaş gruplarıyla yapılacak boylamsal çalışmalar literatüre önemli katkılar sağlayacaktır. Son olarak sosyal

medya kullanım süresi ve kullanılan sosyal medya türünün de bir değişken olarak incelenmesi veya araştırmalara dahil edilmesinin sosyal medya bağımlılığına ilişkin daha ayrıntılı ve kapsamlı bir anlayışa sahip olunmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir.



KAYNAKLAR

(Bu tez çalışmasında APA 6 atıf sistemi kullanılmıştır.)

- Aharonovich, E., Hasin, D. S., Brooks, A. C., Liu, X., Bisaga, A., & Nunes, E. V. (2006). Cognitive deficits predict low treatment retention in cocaine dependent patients. *Drug and alcohol dependence*, 81(3), 313-322.
- Akçay, E. (2012). Yalan Söyleme Kabiliyeti ve Hafıza: Cinsiyetler Arası Karşılaştırma. *Selçuk İletişim*, 7(3), 234-243.
- Alavi, S. S., Ferdosi, M., Jannatifard, F., Eslami, M., Alaghemandan, H., & Setare, M. (2012). Behavioral addiction versus substance addiction: Correspondence of psychiatric and psychological views. *International journal of preventive medicine*, 3(4), 290.
- Alloway, T. P., & Alloway, R. G. (2012). The impact of engagement with social networking sites (SNSs) on cognitive skills. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1748-1754. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2012.10.030>
- Amichai-Hamburger, Y., & Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality. *Computers in human behavior*, 26(6), 1289-1295.
- Amiel, T., & Sargent, S. L. (2004). Individual differences in Internet usage motives. *Computers in human behavior*, 20(6), 711-726. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.09.002>
- Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students: An exploratory study. *Journal of American College Health*, 50, 21-26.
- Andiç, S., & Batıgün, A. D. (2019). DSM-5 tanı ölçütleri temelinde İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin geliştirilmesi: İnternet oyun oynama bozukluğu açısından bir değerlendirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 32(1), 33-42.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*, 110(2), 501-517.
- Angres, D. H., & Bettinardi-Angres, K. (2008). The disease of addiction: Origins, treatment, and recovery. *Disease-a-month*, 54(10), 696-721.
- Ant, S. E. (2005). Wechsler Bellek Ölçeği- III Sözel Çağrışım Çiftleri ve İşitsel Gecikmeli Tanıma Alt Testlerinin Türkçe geçerlik, güvenirlik ön çalışması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Arisoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi/internet addiction and its treatment. *Psikiyatri Guncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55.
- Aydın, O., Obuća, F., Boz, C., & Ünal-Aydın, P. (2020). Associations between executive functions and problematic social networking sites use. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 42(6), 634-645.
- Baddeley, A. D. ve Hitch, Graham (1974). Working memory. *Psychology of Learning and Motivation*, 8, 260-268 [https://doi.org/10.1016/S0079-7421\(08\)60452-1](https://doi.org/10.1016/S0079-7421(08)60452-1)
- Balcı, Ş. ve Demir, Y. (2018). Sosyal medya kullanımı ile mutluluk düzeyi arasındaki ilişki: Üniversite gençliği üzerine bir inceleme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 339-354.
- Bechara, A., Damasio, A. R., Damasio, H., & Anderson, S. W. (1994). Insensitivity to future consequences following damage to human prefrontal cortex. *Cognition*, 50(1-3), 7-15. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(94\)90018-3](https://doi.org/10.1016/0010-0277(94)90018-3)
- Bechara, A., Damasio, H., Tranel, D., & Damasio, A. R. (1997). Deciding advantageously before knowing the advantageous strategy. *Science*, 275(5304), 1293-1295. <https://doi.org/10.1126/science.275.5304.1293>

- Blum, K., Cull, J. G., Braverman, E. R., & Comings, D. E. (1996). Reward deficiency syndrome. *American Scientist*, 84(2), 132-145.
- Brand, M., Young, K. S., & Laier, C. (2014). Prefrontal control and Internet addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers in human neuroscience*, 375.
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266.
- Brevers, D., Bechara, A., Cleeremans, A., & Noël, X. (2013). Iowa Gambling Task (IGT): twenty years after—gambling disorder and IGT. *Frontiers in psychology*, 4, 665.
- Brown, S. G., Tenbrink, A. P., & LaMarre, G. (2019). Performance while distracted: The effect of cognitive styles and working memory. *Personality and Individual Differences*, 138, 380-384.
- Campisi, J., Bynog, P., McGehee, H., Oakland, J. C., Quirk, S., Taga, C., & Taylor, M. (2012).). Facebook, stress, and incidence of upper respiratory infection in undergraduate college students. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15(12), 675-681. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0156>
- Cao, F., Su, L., Liu, T., & Gao, X. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *European Psychiatry*, 22(7), 466-471. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2007.05.004>
- Carlson, N. R. (2014). Foundations of Behavioral Neuroscience. Ninth Edition. Essex: Pearson Education Limited.
- Cattell, R. B. (1943). The measurement of adult intelligence. *Psychological Bulletin*, 40(3), 153-193. <https://doi.org/10.1037/h0059973>
- Clark, L., Cools, R., & Robbins, T. W. (2004). The neuropsychology of ventral prefrontal cortex: decision-making and reversal learning. *Brain and cognition*, 55(1), 41-53. [https://doi.org/10.1016/S0278-2626\(03\)00284-7](https://doi.org/10.1016/S0278-2626(03)00284-7)
- Cristofori, I., Cohen-Zimmerman, S., & Grafman, J. (2019). Executive functions. *Handbook of clinical neurology*, 163, 197-219.
- Cudo, A., & Zabielska-Mendyk, E. (2019). Cognitive functions in Internet addiction—a review. *Psychiatr Pol*, 53(1), 61-79.
- Çapan, B. E., & Sarıçalı, M. (2016). The role of social and emotional loneliness in problematic Facebook use.
- ÇINAR, Ç. Y., & Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133-142.
- Çiftçi, S. (2016). Facebook kullanımı hakkında lise öğretmenleri görüşleri: Öğretmen ve öğrenci boyutu. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 286-307.
- Demirtaş, A. S., & Baytemir, K. (2019). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 689-701.
- Dikmen, M., & Tuncer, M. (2019). Burns depresyon ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 6(42), 2848-2857.
- Dinç, M. (2017). Lise öğrencilerinde özgül internet bağımlılığının bağlanma stilleri ve mizaç özellikleri açısından incelenmesi (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Dong, G., Huang, J., & Du, X. (2011). Enhanced reward sensitivity and decreased loss sensitivity in Internet addicts: an fMRI study during a guessing task. *Journal of psychiatric research*, 45(11), 1525-1529. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.06.017>
- Dong, G., Lin, X., Zhou, H., & Lu, Q. (2014). Cognitive flexibility in internet addicts: fMRI evidence from difficult-to-easy and easy-to-difficult switching situations. *Addictive Behaviors*, 39(3), 677-683. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.11.028>
- Dong, G., Wang, J., Yang, X., & Zhou, H. (2013). Risk personality traits of Internet addiction: A longitudinal study of Internet-addicted Chinese university students. *Asia-Pacific Psychiatry*, 5(4), 316-321. <https://doi.org/10.1111/j.1758-5872.2012.00185.x>
- Dretsch, M. N., & Tipples, J. (2008). Working memory involved in predicting future outcomes based on past experiences. *Brain and cognition*, 66(1), 83-90. <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2007.05.006>
- Evenden, J. (1999). Impulsivity: A discussion of clinical and experimental findings. *Journal of Psychopharmacology*, 13(2), 180-192. <https://doi.org/10.1177/026988119901300211>
- Everitt, B. J., & Robbins, T. W. (2005). Neural systems of reinforcement for drug addiction: from actions to habits to compulsion. *Nature neuroscience*, 8(11), 1481-1489.
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2005). *Cognitive psychology: A student's handbook*. Taylor & Francis.
- Eysenck, S. B., Eysenck, H. J., & Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and individual differences*, 6(1), 21-29. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(85\)90026-1](https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90026-1)
- Filiz, İ. Z. C. İ., Sağlam, N. G. U., & Ergelen, M. (2022). Neurobiology and Genetics of Behavioral Addictions: A Brief Review. *Bağımlılık Dergisi*, 23(2), 233-241.
- Francis LJ, Brown LB, Philipchalk R ve ark. (1992). The development of an abbreviated form of the Revised Eysenck Personality Questionnaire(EPQR-A): its use among students in England, Canada, the USA and Australia. *Personality and individual differences*, 13: 443-449.
- Fuster, J. M. (2001). The prefrontal cortex - An update: Time is of the essence. *Neuron*, 30(2), 319-333. [https://doi.org/10.1016/S0896-6273\(01\)00285-9](https://doi.org/10.1016/S0896-6273(01)00285-9)
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. *CyberPsychol. Behavior*, 3(4), 403-412.
- Goodman, A. (1990). Addiction: definition and implications. *British journal of addiction*, 85(11), 1403-1408.
- Goodman, A. (1993). Diagnosis and treatment of sexual addiction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 19(3), 225-251.
- Grant, J. E., Brewer, J. A., & Potenza, M. N. (2006). The neurobiology of substance and behavioral addictions. *CNS spectrums*, 11(12), 924-930.
- Grant, J. E., Schreiber, L., & Harvanko, A. M. (2012). Neurobiology of addiction: Support for a syndrome model of addiction.
- Greenfield, D. N. (1999). Virtual addiction: Sometimes new technology can create new problems. *Retrieved September, 28, 2005*.
- Griffiths, M. (1996). Behavioural addiction: an issue for everybody?. *Employee Counselling Today*, 8(3), 19-25. <https://doi.org/10.1108/13665629610116872>
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.
- Güleç H, Güleç YM, Küçükali İC. Erişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Tanısı Konmuş Erkek Mahkumlarda IOWA Kumar Testi Türkçe Uyarlamasının Psikometrik Özellikler. *Türkiye'de Psikiyatri* 2007; 9 (2): 91-97

- Günüç, S., & Kayrı, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlilik çalışması.
- Gürbüz, S. (2019b). AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi. 1.baskı: Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hou, H., Jia, S., Hu, S., Fan, R., Sun, W., Sun, T., & Zhang, H. (2012). Reduced striatal dopamine transporters in people with internet addiction disorder. *Journal of Biomedicine and Biotechnology*, 2012.
- İçellioğlu S. Iowa Kumar Testi: Normatif Veriler ve Yürütücü İşlevlerle İlişkisi. *Düşünen Adam* 2015; 28: 222-230.
- Kahneman, D. ve Tversky, A. (1979). Prospect theory: an analysis of decision 105 under risk. *World Scientific Handbook in Financial Economic Series.*, 47(2), 263–291. https://doi.org/10.1142/9789814417358_0006
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & behavior*, 1(1), 11-17. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.11>
- Kane, M. J., Hambrick, D. Z., & Conway, A. R. (2005). Working memory capacity and fluid intelligence are strongly related constructs: comment on Ackerman, Beier, and Boyle (2005). <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.131.1.66>
- Karaïskos, D., Tzavellas, E., Balta, G., & Paparrigopoulos, T. (2010). P02-232-Social network addiction: a new clinical disorder?. *European Psychiatry*, 25(S1), 1-1. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(10\)70846-4](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(10)70846-4)
- Karakaş, S. (2006). *Bilnot bataryası el kitabı: nöropsikolojik testler için araştırma ve geliştirme çalışmaları*. II. Baskı. Ankara: Eryılmaz Ofset.
- Karakaş, S. ve Karakaş, H. M. (2000). Multidisciplinary approach in the analysis of executive functions: from cognitive psychology to neuroradiology. *Klinik Psikiyatri*, 3, 215–227. https://www.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_3_4_215_227.pdf.
- Karakaş, S., Erdoğan, E., Sak, L., Soysal, A. Ş., Ulusoy, T., Ulusoy, İ. Y., & Alkan, S. (1999). Stroop Testi TBAG Formu: Türk kültürüne standardizasyon çalışmaları, güvenirlik ve geçerlik. *Klinik Psikiyatri*, 2(2), 75-88.
- Karancı, A. N., Dirik, G., & Yorulmaz, O. (2007). Eysenck kişilik anketi-gözden geçirilmiş kısaltılmış formunun (EKA-GGK) Türkiye’de geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 1-8.
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Ochi, M., Oka, Y., & Ueno, S. I. (2016). Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 70(9), 405-412.
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in human behavior*, 26(6), 1237-1245 <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>
- Ko, C. H., Hsiao, S., Liu, G. C., Yen, J. Y., Yang, M. J., & Yen, C. F. (2010). The characteristics of decision making, potential to take risks, and personality of college students with Internet addiction. *Psychiatry research*, 175(1-2), 121-125. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.10.004>
- Ko, C. H., Liu, G. C., Hsiao, S., Yen, J. Y., Yang, M. J., Lin, W. C., ... & Chen, C. S. (2009). Brain activities associated with gaming urge of online gaming addiction. *Journal of psychiatric research*, 43(7), 739-747. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2008.09.012>
- Kolb, B. and I.Q. Whishaw, *Fundamentals of Human Neuropsychology*. 7th ed. 2015, New York, NY: Worth Publishers.
- Kuo, S. Y., Chen, Y. T., Chang, Y. K., Lee, P. H., Liu, M. J., & Chen, S. R. (2018). Influence of internet addiction on executive function and learning attention in Taiwanese school-aged children. *Perspectives in psychiatric care*, 54(4), 495-500. <https://doi.org/10.1111/ppc.12254>

- Kuss, D. J. (2013). Internet gaming addiction: current perspectives. *Psychology research and behavior management*, 125-137.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528-3552.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet and gaming addiction: a systematic literature review of neuroimaging studies. *Brain sciences*, 2(3), 347-374.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 311.
- Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.
- Lara, R. S., & Bokoch, R. (2021). Cognitive functioning and social media: Has technology changed us?. *Acta psychologica*, 221, 103429.
- Levin, H. S., Culhane, K. A., Hartmann, J., Evankovich, K., Mattson, A. J., Harward, H., ... & Fletcher, J. M. (1991). Developmental changes in performance on tests of purported frontal lobe functioning. *Developmental neuropsychology*, 7(3), 377-395.
- Levin, I., & Stokes, J. P. (1986). An examination of the relation of individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality*, 54(4), 717-733. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1986.tb00422.x>
- Lezak, M. D., Howieson, D. B., Bigler, E. D., Tranel, D. (2012). *Neuropsychological assessment*. 5th edition. New York: Oxford University Press.
- Lin, C. H., Wang, C. C., Sun, J. H., Ko, C. H., & Chiu, Y. C. (2019). Is the clinical version of the Iowa gambling task relevant for assessing choice behavior in cases of Internet addiction?. *Frontiers in psychiatry*, 10, 232.
- Lin, L. Y., Sidani, J. E., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J. B., ... & Primack, B. A. (2016). Association between social media use and depression among US young adults. *Depression and anxiety*, 33(4), 323-331. <https://doi.org/10.1002/da.22466>
- Marengo, D., Poletti, I., & Settanni, M. (2020). The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data. *Addictive behaviors*, 102, 106150. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106150>
- Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). The associations between problematic Facebook use, psychological distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 226, 274-281. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.10.007> <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.10.007marino>
- McCool, L. B. (2011). *The pedagogical use of Twitter in the university classroom*. Iowa State University.
- McKay, M. T., & Andretta, J. R. (2017). Evidence for the psychometric validity, internal consistency and measurement invariance of Warwick Edinburgh Mental Well-being Scale scores in Scottish and Irish adolescents. *Psychiatry research*, 255, 382-386. doi: 10.1016/j.psychres.2017.06.071
- Meshi, D., Elizarova, A., Bender, A., & Verdejo-Garcia, A. (2019). Excessive social media users demonstrate impaired decision making in the Iowa Gambling Task. *Journal of behavioral addictions*, 8(1), 169-173.
- Meshi, D., Morawetz, C., & Heekeren, H. R. (2013). Nucleus accumbens response to gains in reputation for the self relative to gains for others predicts social media use. *Frontiers in human neuroscience*, 439.

- Miyake, A. ve Friedman, N. P. (2012). The nature and organization of individual differences in executive functions: Four general conclusions. *Current Directions in Psychological Science*, 21(1), 8–14. <https://doi.org/10.1177/0963721411429458>.
- Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A., & Wager, T. D. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex “frontal lobe” tasks: A latent variable analysis. *Cognitive psychology*, 41(1), 49-100. <https://doi.org/10.1006/cogp.1999.0734>
- Moreno, M. A., Jelenchick, L. A., Egan, K. G., Cox, E., Young, H., Gannon, K. E., & Becker, T. (2011). Feeling bad on Facebook: Depression disclosures by college students on a social networking site. *Depression and anxiety*, 28(6), 447-455. <https://doi.org/10.1002/da.20805>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(8), 1427-1438.
- Nie, J., Zhang, W., Chen, J., & Li, W. (2016). Impaired inhibition and working memory in response to internet-related words among adolescents with internet addiction: A comparison with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychiatry research*, 236, 28-34.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünüşleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 46-51.
- Oluwole, L. O., Obadeji, A., & Dada, M. U. (2021). Surfing over masked distress: Internet addiction and psychological well-being among a population of medical students. *Asian Journal of social health and behavior*, 4(2), 56.
- O'Sullivan, A., & Hussain, Z. (2017). An exploratory study of Facebook intensity and its links to narcissism, stress, and self-esteem. *Journal of Addictive Behaviors, Therapy & Rehabilitation*, 6(1), 1-6.
- Ögel, K. (2018). Madde kullanımı ve bağımlılığın nedenleri. *Erişim adresi: http://www.ogelk.net/Dosyadepo/etyoloji.Pdf*
- Özdemir, Y. (2005). Wechsler Bellek Ölçeği –III Mantıksal Bellek ve İşitsel Gecikmeli Tanıma Alttestlerinin Türkçe Geçerlik, Güvenirlilik Ön Çalışması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51 (6), 768–774. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199511\)51:6%3C768::AID-JCLP2270510607%3E3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199511)51:6%3C768::AID-JCLP2270510607%3E3.0.CO;2-1)
- Petry, N. M. (2015). Introduction to behavioral addictions. *Behavioral addictions: DSM-5® and beyond*, 1-5.
- Posner, M I; Petersen, S E (1990). *The Attention System of the Human Brain*. , 13(1), 25–42. doi:10.1146/annurev.ne.13.030190.000325
- Potenza, M. N., Leung, H. C., Blumberg, H. P., Peterson, B. S., Fulbright, R. K., Lacadie, C. M., ... & Gore, J. C. (2003). An FMRI Stroop task study of ventromedial prefrontal cortical function in pathological gamblers. *American Journal of Psychiatry*, 160(11), 1990-1994.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., yi Lin, L., Rosen, D., ... & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the US. *American journal of preventive medicine*, 53(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>
- Reed, P. (2023). Impact of social media use on executive function. *Computers in Human Behavior*, 141, 107598.
- Ross, C., Orr, E. S., Sisic, M., Arseneault, J. M., Simmering, M. G., & Orr, R. R. (2009). Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in human behavior*, 25(2), 578-586. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.12.024>

- Saraçlı, Ö., Atasoy, N., & Karaahmet, E. (2012). Yakın ilişkilerin nörobiyolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 414-427.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağlılık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağlılığı yordayıcı etkisi. *Dusunen Adam*, 30(3), 202-216.
- Schoenbaum, G., Roesch, M. R., & Stalnaker, T. A. (2006). Orbitofrontal cortex, decision-making and drug addiction. *Trends in neurosciences*, 29(2), 116-124. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2005.12.006>
- Seabrook, E. M., Kern, M. L., & Rickard, N. S. (2016). Social networking sites, depression, and anxiety: a systematic review. *JMIR mental health*, 3(4), e5842
- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on Internet addiction in a sample of Italian university students. *Computers in human behavior*, 35, 85-92.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck Jr, P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of affective disorders*, 57(1-3), 267-272.
- Shelton, J. T., Elliott, E. M., Hill, B. D., Calamia, M. R., & Gouvier, W. D. (2009). A comparison of laboratory and clinical working memory tests and their prediction of fluid intelligence. *Intelligence*, 37(3), 283-293. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2008.11.005>
- Shelton, J. T., Elliott, E. M., Matthews, R. A., Hill, B. D., ve Gouvier, W. D. (2010). The Relationships of Working Memory, Secondary Memory, and General Fluid Intelligence: Working Memory Is Special. *Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition*, 36(3), 813-820. <https://doi.org/10.1037/a0019046>
- Smith, E. E. ve Kosslyn, M. S. (2013). Cognitive psychology: Mind and brain. Çev. M. Şahin. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Söner, O., & Yılmaz, O. (2018). Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(13), 59-73.
- Steers, M. L. N., Wickham, R. E., & Acitelli, L. K. (2014). Seeing everyone else's highlight reels: How Facebook usage is linked to depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(8), 701-731. <https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.8.701>
- Stieger, S., & Wunderl, S. (2022). Associations between social media use and cognitive abilities: Results from a large-scale study of adolescents. *Computers in Human Behavior*, 135, 107358. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107358>
- Subrahmanyam, K., Reich, S. M., Waechter, N., & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of applied developmental psychology*, 29(6), 420-433. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.003>
- Sun, D. L., Chen, Z. J., Ma, N., Zhang, X. C., Fu, X. M., & Zhang, D. R. (2009). Decision-making and prepotent response inhibition functions in excessive internet users. *CNS spectrums*, 14(2), 75-81. <https://doi.org/10.1017/S1092852900000225>
- Şenormancı, Ö., Saraçlı, Ö., Atasoy, N., Şenormancı, G., Kaktürk, F., & Atik, L. (2014). Relationship of Internet addiction with cognitive style, personality, and depression in university students. *Comprehensive psychiatry*, 55(6), 1385-1390.
- Tamam, L., Güleç, H., Karataş, G. (2013). Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS- 11- KF) Türkçe uyarlama çalışması. *Archives of Neuropsychiatry*, 50(1), 14-20. <https://doi.org/10.4274/npa.y>
- Taşçıoğlu, C., & Tosun, L. P. (2018). Facebook'taki benlik sunumları, otantiklik ve psikolojik iyi oluş. *Nesne Dergisi*, 6(12), 103-125.

- Torregrossa, M. M., Quinn, J. J., Taylor, J. R. (2008). Impulsivity, compulsivity, and habit: The role of orbitofrontal cortex revisited. *Biological Psychiatry*, 63(3), 253–255. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2007.11.014>
- Tutgun-Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma.
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2015). Development of the socialmedia addiction scale. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 6(21), 51-70.
- Tüik, (2022) Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması
- Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Programı. (2015). Teknoloji yerinde yeterince. http://tbm.org.tr/media/1162/05_yetiskin_tekno.pdf adresinden edinilmiştir.
- Ulusoy, M., Sahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: psychometric properties. *Journal of cognitive psychotherapy*, 12(2), 163.
- Uncapher, M. R., K Thieu, M., & Wagner, A. D. (2016). Media multitasking and memory: Differences in working memory and long-term memory. *Psychonomic bulletin & review*, 23, 483-490.
- Üngüren, E. (2015). Beynin nöroanatomik ve nörokimsiyal yapısının kişilik ve davranış üzerindeki etkisi. *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi*, 7(1).
- Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., ... & Kross, E. (2015). Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(2), 480. <https://doi.org/10.1037/xge0000057>
- Volkow, N. D., Fowler, J. S., & Wang, G. J. (2003). The addicted human brain: insights from imaging studies. *The Journal of clinical investigation*, 111(10), 1444-1451.
- Volkow, N. D., Fowler, J. S., & Wang, G. J. (2004). The addicted human brain viewed in the light of imaging studies: brain circuits and treatment strategies. *Neuropharmacology*, 47,3-13. <https://doi.org/10.1016/j.neuropharm.2004.07.019>
- Volkow, N. D., Wang, G. J., Fowler, J. S., Tomasi, D., & Telang, F. (2011). Addiction: beyond dopamine reward circuitry. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(37), 15037-15042. <https://doi.org/10.1073/pnas.1010654108>
- Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140-154.
- We Are Social (2022). Global Digital Report 2018. <https://recrodigital.com/dunyada-ve-turkiyede-internet-sosyal-medya-kullanimi-2022/>
- Wu, A., Cheung, V., Ku, L., & Hung, E. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of behavioral*
- www.yesilay.org
- Yılmaz, S., & Kafadar, H. (2019, June). Genç Yetişkinlerde Karar Verme ve Akıcı Zeka Arasındaki İlişki: Kurulumu Değiştirme, Planlama, Problem Çözme ve Çalışma Belleğinin Aracı Rolü. In *Yeni Symposium* (Vol. 57, No. 2).
- Yılmaz, S., & Tuğba, Ü. N. E. Y. (2023). Farklı Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeyine Sahip Çocuklarda Görsel Uzaysal Bilişsel Beceriler ve Çalışma Belleği Kapasitesinin Karşılaştırılması. *Bağımlılık Dergisi*, 24(3), 371-380.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3). <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, 1(1), 25-28.
- Zhao, J., Zhou, Z., Sun, B., Zhang, X., Zhang, L., & Fu, S. (2022). Attentional Bias Is Associated with Negative Emotions in Problematic Users of Social Media as Measured by a Dot-Probe Task. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16938.
- Zhou, Z., Zhou, H., & Zhu, H. (2016). Working memory, executive function and impulsivity in Internet-addictive disorders: a comparison with pathological gambling. *Acta Neuropsychiatrica*, 28(2), 92-100. <https://doi.org/10.1017/neu.2015.54>
- Zhou, Z., Zhu, H., Li, C., & Wang, J. (2014). Internet addictive individuals share impulsivity and executive dysfunction with alcohol-dependent patients. *Frontiers in behavioral neuroscience*, 8, 288.



EKLER

EK 1

Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu araştırma, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Doç. Dr. Hatice Kafadar'ın danışmanlığında yürütülen bir Genel Psikoloji Yüksek Lisans tezidir. Araştırmaya katılmadan önce, çalışmanın amacını ve yöntemini anlamanız için formu okumanız önemlidir. Eğer anlaşılmayan veya açıklığa kavuşmayan bir şey varsa, sorularınızı sormaktan çekinmeyin. Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin çalışma belleğini araştırmaktır ve araştırma süresince nöropsikolojik testler uygulanacaktır. Yaklaşık 45 dakika sürecek olan araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmanın amacına ulaşması için sizden, bütün soruları eksiksiz ve kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan içtenlikle cevaplamanız beklenmektedir. Araştırma süresince elde edilen tüm bilgiler ve kişisel detaylar gizli tutulacak ve uygulanan testlerin sonuçları araştırmacılar dışında hiç kimseyle paylaşılmayacaktır. Ancak verileriniz yayın amacıyla kullanılabilir. Araştırmaya katılmayı reddedebilir veya herhangi bir aşamada çekilebilirsiniz ve bu durumda herhangi bir olumsuz sonuçla karşılaşmazsınız. Çalışma süresince size uygulanacak hiçbir şey için ücret alınmayacaktır ve araştırma bitene kadar uygulanacak testlere ilişkin bilgileri hiç kimseyle paylaşmamanız istenmektedir. Araştırma ile ilgili herhangi bir bilgi almak isterseniz, iletişim bilgilerinden araştırmacılara ulaşabilirsiniz. Katılım beyanında bulunarak araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ettiğinizi beyan etmeniz gerekmektedir.

Araştırma Danışmanı: Doç. Dr. Hatice Kafadar

e-posta adresi:

Araştırmacı: Süheyla Verim Azyoksul

e-posta adresi:

Katılımınız ve vakit ayırdığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Katılımcı beyanı: Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını anladım. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Ad Soyad:

İmza:

NOT: Kişisel bilgi ve iletişim detayları, katılımcılardan gizli tutulacak ve yalnızca araştırmacılar tarafından kullanılacaktır. İmza ve isim, çalışmaya gönüllü olarak katıldığınızı belirtmek için gereklidir. Anket formlarınız size verilmeden önce toplanacak ve ayrı bir yerde saklanacaktır.



EK 2

Demografik Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU:

1) Adı Soyadı:

2) Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek () Belirtmek İstemiyorum ()

3) Yaşınız:

4) Telefon numarası:

5) E-posta:

6) Eğitim Durumunuz:

Üniversite:	Fakülte:
Bölüm:	Sınıf:

7) Genel akademik not ortalamanız:

8) Yaşamınızın büyük kısmını geçirmiş olduğunuz yer:

() Köy

() Kasaba

() Metropol

() İlçe

() İl

9) Günlük cep telefonu kullanma süreniz nedir?

1 saatten az ()

1-3 saat ()

4-6 saat ()

7 saat ve üzeri ()

10) Günlük olarak sosyal medyada ne kadar vakit geçirirsiniz?

1 saatten az ()

1-3 saat ()

4-6 saat ()

7 saat ve üzeri ()

11) Sosyal medya kullanır mısınız? (Evetse kullandığınız sosyal medya uygulama sayısını belirtiniz)

1 ()

2 ()

3-5 ()

5'ten fazla ()

Hayır ()

12) Sosyal medyayı ne kadar süredir kullanmaktasınız?

1 yıldan az ()

1-2 yıl ()

3-4 yıl ()

5 yıldan fazla ()

Kullanmıyorum ()

13) Sürekli takip gerektiren/kronik bir fiziksel rahatsızlığınız var mı?

() Var (Varsa lütfen yazınız:)

() Yok

14) Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?

() Var (Varsa lütfen yazınız:)

() Yok

15) Psikolojik bir rahatsızlığınız varsa, bunun için terapi veya ilaç tedavisi görüyor musunuz?

() Terapi/ilaç tedavisi görmüyorum

() Sadece terapi

() Sadece ilaç tedavisi

() Hem terapi hem ilaç tedavisi

16) Daha önce size nöropsikolojik test uygulaması yapıldı mı?

Evet () Hayır ()

EK 3

Bilgi Toplama Formu

Kullanılmakta Olan ilaçların Adları	Miktarları	Kullanım Süreleri	Uzun Süre Kullanıldıktan Sonra Bırakılan İlaçların Adları	Miktarları	Kullanım Süreleri	Ne kadar Süre Önce Bırakıldığı

Fizyolojik Özellikler ve Sağlık Durumu

El tercihi: Sağ () Sol () Her ikisi ()

İşitme bozukluğu var mı? Evet () Hayır ()

Belirtiniz:

Görme bozukluğu var mı? Evet () Hayır ()

Belirtiniz:

Renk ayırt etmeyle ilgili bir problem var mı? Evet () Hayır ()

Başka fiziksel engeliniz var mı? Evet () Hayır ()

Belirtiniz:

Geçirdiğiniz önemli rahatsızlıkları, ameliyatları vs. tarihleri ile belirtin.

(nörolojik, psikolojik ve psikiyatrik olanlara özellikle değinin):