

ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI ANABİLİM DALI

ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI,
YALNIZLIK DÜZEYİ VE İNTİHAR OLASILIĞI
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Dr. Elif Güntülü BÖLEK

TIPTA UZMANLIK TEZİ

TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Nuray ATASOY

ZONGULDAK

2025

ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI ANABİLİM DALI

ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI,
YALNIZLIK DÜZEYİ VE İNTİHAR OLASILIĞI
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Dr. Elif Güntülü BÖLEK

TIPTA UZMANLIK TEZİ

TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Nuray ATASOY

ZONGULDAK
2025

ÖNSÖZ

Asistanlığım boyunca klinikte donanımlı, güçlü ve kendinden emin bir kadın hekim olmak konusunda örnek olmakla kalmayıp, tez sürecimde de akademik bilgi ve rehberlik sağlayan, her aşamada anaç desteğini hissettiğim Prof. Dr. Nuray ATASOY'a,

Uzmanlık eğitimim boyunca bilgi birikimini, mesleki tecrübesini bizden esirgemeyen, saygıdeğer hocalarım Prof. Dr. Levent ATİK'e, Prof. Dr. Özge SARAÇLI'ya, Dr. Öğr. Üyesi Vildan ÇAKIR KARDEŞ'e,

Nöroloji rotasyonum sürecinde eğitimime katkıda bulunan değerli Prof. Dr. Tuğrul ATASOY'a, Doç. Dr. Esra ACIMAN DEMİREL'e, Doç. Dr. Mustafa AÇIKGÖZ'e, Dr. Öğr. Üyesi Ulufer ÇELEBİ'ye,

Tezim için veri toplama sürecinde desteklerini esirgemeyen Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Öğretim Üyelerine,

Değerli akademik katkıları için Psikolog Ersin BUDAK'a,

Bursa'daki rotasyon sürecimde bana kendi evimdeymişim gibi hissettiren dostlukları için Uzm. Dr. Ezgi TOROS, Uzm. Dr. Elvan AÇIKGÖZ YALÇINKAYA, Uzm. Dr. Veysel DOĞAN, Uzm. Dr. Hanife ÖZBAY'a,

Asistanlığım boyunca birlikte çalıştığım, her gün uyanıp işe gitme motivasyonumun sebebi başta Ezgi ve Bahar olmak üzere tüm asistan, hemşire, sekreter, psikolog ve personel arkadaşlarıma,

Akademik olarak hayranlık duyduğum kişilerden hem öğrenme hem de en güzel anılarımı onlarla biriktirme şansını bana yaşattıkları için, Zonguldak'taki ailem Gökçe TELLİ YİĞİT ve Esmâ KOYUNCU AKA'ya,

Geldiği ilk günden itibaren nev-i şahsına münhasır kişiliği, güzelliği ve zevkleriyle beni büyüleyen, sonsuza dek sürecektir dostluğumuz gerçek bir anne duası olan canım eşkıdemim Meltem GÜRER COŞKUNER'e,

Gitarıyla, dinlediğim en güzel müziği hayatıma getiren, beni güldüren, sakinleştiren, sayesinde her gün güneşli, canlı ve huzurlu bir güne uyandığım, tez sürecimde de en büyük desteğim ruh eşim Hakan ÇETİN'e,

Bütün huysuzluklarımı gülerek kabul eden; aklıma, kararlarıma güvenleriyle beni büyütürken her zorlandığımda en büyük desteğim olan en büyük şansım canım ailem,

annem Nilgün BÖLEK, babam Sadık BÖLEK, abim Batuhan BÖLEK ve güzel kızım
Pezük BÖLEK'e,

İçten teşekkür, sevgi ve saygılarımla...

Zonguldak 2025

Elif Güntülü BÖLEK



ÖZET

Elif Güntülü BÖLEK, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık Düzeyi ve İntihar Olasılığı İlişkisinin İncelenmesi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Tıpta Uzmanlık Tezi, Zonguldak, 2025.

Amaç: Bu çalışmada, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi, siber mağduriyet ve intihar olasılığı ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntemler: Bu çalışmaya, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi'nde öğrenim gören 1208 öğrenci dahil edilmiştir. Katılımcılara Sosyodemografik Veri Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Üniversite Öğrencileri için Siber Mağduriyet Ölçeği Uygulama Formu ve İntihar Olasılığı Ölçeği uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmamızda Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde, sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi, siber mağduriyet ve intihar olasılığı arasında pozitif ilişkiler saptandı. Yalnızlık düzeyleri yüksek bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının ve siber mağduriyete uğrama riskinin fazla olduğu görülmüştür (her ikisi de $p<0,01$). Yalnızlık düzeyi ve siber mağduriyet arttıkça öğrencilerde intihar olasılığının da anlamlı derecede arttığı saptanmıştır (sırasıyla $r=0,445$, $p<0,01$ ve $r=0,234$, $p<0,01$). Çalışmamızda erkek cinsiyet ve daha önce intihar girişimi öyküsünün intihar olasılığı açısından riskli faktörler olduğu görülmüştür.

Sonuç: Bu sonuçlar, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve siber mağduriyetin intihar olasılığı açısından önemini vurgulamaktadır. Üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımı, yalnızlık algısı ve siber mağduriyet ilişkisini ve nedenlerini saptayabilmek bizlere intiharı önleme açısından önemli bir alan sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: *Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık, Üniversite Öğrencileri, Siber Mağduriyet, İntihar*

ABSTRACT

Elif Güntülü BÖLEK, The Evaluation of the Relationship Between Social Media Addiction, Level of Loneliness and Suicide Probability Among Students of Zonguldak Bülent Ecevit University, Zonguldak Bülent Ecevit University Faculty of Medicine, Department of Mental Health and Diseases, Specialization Thesis, Zonguldak, 2025.

Aim: This study aimed to investigate the relationship between social media addiction, level of loneliness, cyber victimization, and suicide probability among students at Zonguldak Bülent Ecevit University.

Materials and Methods: A total of 1208 students studying at Zonguldak Bülent Ecevit University participated in this study. Participants were administered the Sociodemographic Data Form, Social Media Addiction Scale-Adult Form, Social and Emotional Loneliness Scale for Adults-Short Form, Cyber Victimization Scale for University Students Form and Suicide Probability Scale.

Results: In our study conducted with students from Zonguldak Bülent Ecevit University, positive correlations were identified between social media addiction, levels of loneliness, cyber victimization, and the likelihood of suicide. It was observed that individuals with high levels of loneliness also had higher scores for social media addiction and a greater risk of experiencing cyber victimization (both $p<0.01$). As loneliness and cyber victimization increased, the likelihood of suicide among students was also found to increase significantly ($r = 0.445$, $p<0.01$ and $r = 0.234$, $p<0.01$, respectively). In our study, male gender and a prior history of suicide attempts were found to be risk factors for suicide likelihood..

Conclusion: These findings highlight the significance of social media addiction, loneliness, and cyber victimization in relation to suicide probability among Zonguldak Bülent Ecevit University students. Identifying the relationship and underlying causes between social media use, perception of loneliness, and cyber victimization among university students provides a crucial field for suicide prevention efforts.

Keywords: *Social Media Addiction, Loneliness, University Students, Cyber Victimization, Suicide*

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	viii
TABLolar DİZİNİ	ix
1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER	2
2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı	2
2.1.1. Sosyal Medya Kavramı	2
2.1.2. Sosyal Medya Özellikleri	3
2.1.3. Sosyal Medya Kullanım Sıklığı	4
2.1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı	5
2.1.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Etiyolojisi	6
2.1.5.1. Nörobiyolojik ve Nörobilişsel Modeller	6
2.1.5.2. Genetik etmenler	7
2.1.5.3. Psikolojik etmenler	7
2.1.5.4. Sosyal etmenler	8
2.1.6. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO; Fear of missing out)	9
2.2. Yalnızlık Kavramı	9
2.3. Siber Zorbalık ve Mağduriyet	10
2.3.1. Zorbalık	10
2.3.2. Siber Zorbalık	11
2.3.3. Siber Mağduriyet	12
2.4. İntihar	13
2.4.1. İntihar Tanımı	13
2.4.2. İntihar Epidemiyolojisi	14
2.4.3. İntihar Risk Faktörleri	15
2.4.4. İntihar ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisi	16
2.4.5. İntihar ve Yalnızlık İlişkisi	16

3. GEREÇ VE YÖNTEM	18
3.1. Örneklem ve Yöntem	18
3.2. Veri Toplama Araçları	18
3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu	19
3.2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)	19
3.2.3. Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)	19
3.2.4. Üniversite Öğrencilerinde Siber Zorbalığa Maruz Kalma Ölçeği	20
3.2.5. İntihar Olasılığı Ölçeği	20
3.3. İstatistiksel Analiz	21
4. BULGULAR	22
4.1. Katılımcıların Sosyodemografik ve Klinik Özellikleri	22
4.2. Klinik Özelliklere ve Sosyodemografik Verilere Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	23
4.3. Katılımcıların Sosyal Medya Kullanımlarına Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	25
4.4. Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler	32
5. TARTIŞMA	44
6. SONUÇ	53
7. KISITLILIKLAR	55
9. EKLER	69
Ek 1: Sosyodemografik Veri Formu	69
Ek 2: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği – Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)	71
Ek 3: SELSA-S Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği	72
Ek 4: Üniversite Öğrencileri için Siber Mağduriyet Ölçeği Uygulama Formu	73
Ek 5: İntihar Olasılığı Ölçeği	75
Ek 6: Etik Kurul Onayı	76

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

Simge/Kısaltma	Açıklamalar
5HTT	5- Hidroksitriptamin Taşıyıcı
APA	Amerikan Psikiyatri Birliği
DRD2	Dopamin D2 Reseptörü
DSM	Ruh Sağlığı Bozukluklarının Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
FoMO	Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
İÖÖ	İntihar Olasılığı Ölçeği
SELSA-S	Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği
SMBÖ-YF	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu
SMÖ	Üniversite Öğrencileri İçin Siber Mağduriyet Ölçeği
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo numarası	Tablo Başlığı	Sayfa numarası
1	Katılımcıların demografik özellikleri	22
2	Cinsiyete göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	23
3	Daha önce intihar girişimi olan katılımcılar arasında İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	24
4	Katılımcıların sosyal medya kullanım dağılımları	25
5	Facebook kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	26
6	Twitter kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	27
7	Instagram kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	28
8	Youtube kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması	29
9	Katılımcıların yaş değerleri ile İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanları arasındaki ilişki	30
10	İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanları arasındaki ilişki	31
11	İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği	36
12	İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği	38
13	İÖÖ öfke puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği	40
14	İÖÖ toplam puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği	42

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Yeni iletişim teknolojileri, kişilere düşüncelerini ve ürettiklerini paylaşabilecekleri ortamı yaratan, paylaşım ve tartışmanın esas alındığı bir medya sunmaktadır. Sosyal medya şeklinde adlandırılan bu sanal ortam, kitleleri ve insanları buluşturması, aralarındaki etkileşimi kolaylaştırması bakımından önem taşımaktadır (1). Sosyal medyanın pek çok yaşam alanını etkileyerek, gerçek dünyadaki kişilerarası duygu ve düşünce paylaşımını azaltıp ilişkileri sanal hale getirdiği bilinmektedir (2). Kişilerarası ilişki, kişilerin birbirleri arasında gelişen yakınlık, samimiyet, karşılıklı yaşadıkları tecrübeler, olaylar ve davranışlar olarak açıklanabilir (3). Kişilerarası ilişki; kişilerin benlik algısı ve kendilik değerlerinin şekillenmesinde oldukça önemli bir rol oynamaktadır (4). Yalnızlık; kişilerarası ilişkiler ve sosyal iletişim, etkileşim durumlarında düşüşle birlikte meydana gelen bir ruh halidir (5). Weiss, yalnızlığı; daha çok çevre ile ilişkileri kapsayan sosyal yalnızlık ve romantik bir ilişkinin olmamasını ifade eden duygusal yalnızlık olarak iki boyutta değerlendirmiştir (6). Literatürde, yalnız olduğunu düşünen bireylerin daha sıklıkla intiharı düşündüğü bildirilmiştir (7,8)

Belsey, kişilerin başkalarına tekrarlayan biçimde zarar verme amacıyla bilgi ve iletişim teknolojilerini kötü niyetle kullanmasına siber zorbalık demiştir (9). Siber mağdur olan kişiler, zorbalığı yapan kişinin kimliğini genellikle bilmedikleri için kendilerini savunmakta zorluk çekebilirler ve siber zorbanın saldırısı başka kişiler tarafından da görülürse bu mağdur üzerinde daha da yıkıcı etki oluşturabilir (10). Sosyal izolasyon olarak kavramsallaştırılan yalnızlık, siber zorbalık yapma veya siber zorbalığa hedef olma eğilimini etkileyebilir (11). Van Geel ve arkadaşlarının 2014'te yaptığı meta-analizde, ergenlerin akran zorbalığına uğraması ile intihar düşünceleri arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Son yıllarda intihar girişimleri ile tamamlanmış intihar davranışlarında artış yaşanmaktadır. Ülkemizde kaba intihar hızı 2017'de 100.000' de 3,94 iken, 2021 yılında bu sayının 100.000' de 4.98'e yükseldiği raporlanmıştır (12). Dünya Sağlık Örgütü, intiharı 15-29 yaş arası gençler arasında üçüncü en yaygın ölüm nedeni olarak bildirmiştir (13). Bizim bu çalışmadaki amacımız Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi, siber mağduriyet ve intihar olasılığı ilişkisini incelemektir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Sosyal Medya Bağımlılığı

2.1.1. Sosyal Medya Kavramı

Yirminci yüzyılın sonlarında gelişen internet teknolojisi; başlarda geleneksel iletişim yöntemlerinin kullanıldığı tek yönlü bir iletişim şeklindeyken Web 2.0 ile birlikte kullanıcının diğerleriyle ve içinde bulunduğu ağ ile etkileşim kurmasını sağlayan özellikler kazandı (14). Çevrimiçi içerik üretebilme, bunları paylaşabilme kapasitesine sahip web 2.0 özellikleri sosyal medya olarak tanımlanır. Sosyal medya ve sosyal ağ terimleri bilimsel literatürde birbirlerinin yerine kullanılmasına rağmen aynı anlama gelmemektedir. Sosyal medya; ortak projeler, içerik toplulukları, webloglar, sanal oyun alanları, sosyal ağ siteleri gibi çeşitli sosyal uygulamaları içeren daha kapsayıcı bir kavramdır (15).

Normal medyada, bilginin kaynağı ile iletişim tek yönlüyken sosyal medyada bilginin kaynağı internettir ve iletişim iki yönlüdür. Bilgi kaynağına geribildirim yapma olanağı mevcuttur (16). Bu platformlar, herkese açık veya yarı açık ortamlar oluşturarak kişilerin fikir ve eserlerini paylaşmalarına, başkalarıyla etkileşimde bulunmalarına olanak tanır. Ayrıca, kişiler arasındaki bağların sürdürülmesine ve yeni bağlantıların kurulmasına fırsat sağlar. İçeriklerin kullanıcıya özel hale getirilebilmesi ile özgünleştirilebilmesi, sosyal medyanın en önemli avantajlarından (14).

Sosyal ağ sitelerinde kullanıcılar, pasif (paylaşımları sadece pasif olarak görüntüleyen) veya aktif (içerik üretme ve bunları sunma) kullanım biçimlerini seçerek sosyal ortamda bulunur. Facebook, Instagram ve Twitter gibi sosyal mecralar son zamanlarda kişilerin yaşamlarının önemli bir parçası olmuştur (17). Son 10 yılda insanların sosyal medyaya sadece bilgisayardan değil doğrudan telefonlarına tek dokunuşlarıyla ulaşabilmesi sosyal medyayı çok daha kolay ve hızlı erişilebilir hale getirmiştir (16).

İlk modern sosyal ağ sitesi olarak kabul edilen SixDegrees.com, 1997 yılında kullanıcılarına profil oluşturma, arkadaş listeleme ve 1998'den itibaren arkadaş listelerinde gezinme imkânı sunuyordu. Facebook ise 2004 yılında Harvard

Üniversitesi'nde özel bir sosyal ağ platformu olarak kullanılmaya başlandı ve 2005'ten itibaren kullanım alanı genişletildi (18). Facebook'tan sonra da onlarca benzer sosyal ağ sitesi kullanıma sunulmuştur (19).

2.1.2. Sosyal Medya Özellikleri

Alan yazındaki bulgulara bakıldığında Gürsakal (20), sosyal medyanın temel özelliklerini açıklık, katılım, anlık ya da uygun zamana göre etkileşim, grup oluşturarak topluluk yaratma ve diğer sitelere, kaynaklara ya da kişilere bağlantılar paylaşma olarak sınıflamaktadır.

Katılım: Sosyal medya, kullanıcıların geri bildirimde bulunmalarını ve katkıda bulunmalarını teşvik eden bir platformdur. Medya ile izleyiciler arasındaki mesafeyi daraltarak, izleyicilere daha fazla söz hakkı verir. Bu durum, örneğin popüler kişiler ya da bürokratların sosyal medya üzerinden bireylere yanıt vermesiyle somut bir şekilde görülmektedir. Sosyal medya kullanıcıları, kendi paylaşımlarına ya da başkalarının paylaşımlarına yorum yaparak geri bildirimde bulunma fırsatına sahiptir.

Açıklık: Sosyal medya, içeriklere erişimi ve kullanımını mümkün olduğunca engellerden arındırır. Bu platformlar, kullanıcılar için son derece açık ve erişilebilir bir deneyim sunar.

Karşılıklı Konuşma: Geleneksel medya çoğunlukla tek yönlü iletişimi içerir. Kitle iletişim araçlarında geri bildirim almak zordur ve zaman alabilir. Ancak sosyal medya, bireylere çift yönlü iletişim kurma, hızlı geri bildirim alma ve rahat etkileşimde bulunma imkânı sağlar.

Topluluk: Sosyal medya, ilgili konu veya kişiler etrafında hızla toplulukların oluşmasına olanak tanır ve bu topluluklar arasında etkin iletişim kurulmasını sağlar.

Bağlantısallık: Sosyal medya platformlarının çoğu, kullanıcıların kolaylıkla bağlantılar (linkler) paylaşımlarına olanak verir. Bu bağlantılar, diğer web sitelerine,

kaynaklara veya kişilere yönlendirme yaparak, kullanıcıların içeriklerine erişimi ve paylaşımını artırır (20).

2.1.3. Sosyal Medya Kullanım Sıklığı

Bilgi ve iletişim teknolojileri konusunda en kapsamlı ve güncel raporlardan biri olan 'Digital 2025', dünya genelindeki internet ve sosyal medya kullanım alışkanlıklarını analiz etmek amacıyla ana başlıklar, trendler ve geleceğe yönelik tahminler sunmaktadır. We Are Social ve Meltwater'ın (21) birlikte yayınladığı raporda sonuçlar şöyledir:

- Dünya genelinde kullanılan mobil telefonların neredeyse %87'si akıllı telefonlardan oluşmaktadır.
- İnternet kullanıcıları toplam dünya nüfusunun %67.9'unu oluşturmaktadır.
- Küresel sosyal medya kullanıcı profilleri şu anda 5.24 milyar, bu da dünya üzerindeki tüm insanların %63.9'unu oluşturmaktadır.
- 2025 yılında sosyal medyanın en yaygın kullanım nedeni "arkadaşlar ve aileyle iletişimde kalmak" olmaya devam ediyor; "boş zamanı değerlendirme" ikinci sırada yer alırken, aktif sosyal medya kullanıcılarının üçte birinden fazlası, "haber okumak" için sosyal platformları ziyaret ettiklerini ifade ediyor.
- Tüm dünyada standart bir internet kullanıcısı her gün sosyal medyada 2 saat 21 dakika harcıyor.
- 2025 yılında dünya genelinde YouTube en çok kullanılan sosyal medya platformu olup bunu sırayla WhatsApp, Facebook, Instagram ve TikTok izlemektedir.
- Instagram, en çok tercih edilen sosyal medya platformu olarak öne çıkıyor ve yetişkin sosyal medya kullanıcılarının %16.6'sı, Instagram'ı en sevdikleri platform olarak tanımlıyor (21).

Aynı raporun Türkiye verilerine göre:

- 2025 yılında Türkiye'de internet kullanıcıları toplam nüfusun %88.3'ünü oluşturmaktadır.
- Ocak 2025 itibarıyla Türkiye'de 58.5 milyon sosyal medya kullanıcı profili mevcut olup bu toplam nüfusun %66.7'sine denk gelmektedir.
- Türkiye'deki sosyal medya kullanıcı profilleri, 2024 başı ile 2025 başı arasında 950 bin artarak (%1.7) yükselmiştir.
- 2025'in başında Türkiye'de 18 yaş ve üzeri 55.9 milyon sosyal medya kullanıcısı bulmakta; bu da 18 yaş ve üzeri toplam nüfusun %85.5'ine denk gelmektedir.
- Bu dönemde, Türkiye'deki sosyal medya kullanıcılarının %46.6'sını kadınlar, %53.4'ünü ise erkekler oluşturmaktadır (22).

2.1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı

Bağımlılık, kişinin bütün olumsuz sonuçlarına rağmen ödüllendiriciliği sebebiyle bir maddeyi kullanması veya bir davranışı sürekli yapması olarak tanımlanabilir (23). İnternet ve ilişkili içeriklerinin aşırı kullanılmasının bağımlılık oluşturabileceği görüşü, kimyasal bağımlılık ile benzer özellik göstermesi sebebiyle kabul edilmiştir(24–26). Her ne kadar DSM-V'te internet ve sosyal medya bağımlılığı bir bozukluk olarak sınıflandırılmasa da literatürde internet bağımlılığı bir davranışsal bağımlılık olarak kabul edilip, sosyal medya bağımlılığı ise internet bağımlılığının bir çeşidi olarak değerlendirilir (27,28). Bağımlılık yapan davranışları ayırt etmek için kullanılan 6 ölçüt sosyal ağ kullanımına uyarlandığında; sosyal ağ bağımlılığının sosyal ağlarla aşırı uğraş, ruhsal sıkıntıları azaltmak için sosyal ağ kullanımı, artan sürelerde sosyal ağ kullanım ihtiyacı (tolerans), yokluğunda sıkıntı yaşama (yoksunluk), hayatın birçok alanında işlevsellik kaybı, sosyal ağ kullanımını kısıtlamada tekrarlayan başarısızlıklar (depresme) gibi özellikleri göstermesi beklenir (15,29).

Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin düşüncelerinde, duygularında ve davranışlarında değişikliklere yol açarak, kişilerin kişisel, mesleki ve sosyal yaşamlarını olumsuz yönde etkileyen bir biyopsikolojik sorundur. Bu durum,

bireylerde duygusal değişikliklere ve çatışmalara neden olabilir (30). Bir davranışın sıkça tekrarlanması, bağımlılık kavramı ile karıştırılmamalıdır. Kullanım düzeyi arttıkça bağımlılıkla ilişkilendirilebilecek bir yaklaşım oluşsa da, bu durum bağımlılığı tanımlamak için tek başına yeterli bir kriter değildir. Sosyal medyayı yoğun bir şekilde kullanan bir kişiye, diğer bağımlılık belirtileri gözlemlenmedikçe, sosyal medya bağımlılığı tanısı koymak doğru olmayabilir (31).

2.1.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Etiyolojisi

Davranışsal bağımlılıkları ele alırken kullanılan biyopsikososyal modele, klinik bakış perspektifiyle geliştirilen başka teorik modeller de eklenmiştir (32).

2.1.5.1. Nörobiyolojik ve Nörobilişsel Modeller

İkili işleme modeli: Bu modelde bağımlılık, ‘yap’ ile ‘dur’ devresi arasındaki dengesizlik olarak tanımlanır (33). Reaktif sistem olarak da anılan ‘yap’ devresi, davranışın uygulanmasıyla ulaşılan doğrudan sonuçlara aracılık yapar. Dur devresiye yansıtıcı sistem olarak da bilinir ve uzun dönem yansımaları temel olarak inhibe edici kontrol sağlar (34). Yap devresi asıl olarak mezolimbik ve mezokortikal yolları, striatumu ve amigdalayı içerir. Bu yolak üzerinde dur devresine ait inhibitör yapılar bulunur; bunlar ventromedial, dorsolateral ve anterior singulat prefrontal korteksten oluşur. Klinisyenlere göre hastaların sıklıkla gösterdiği tutarsızlık bu iki devrenin birbiriyle yarışan dengesizliğine paralel olarak meydana gelir (35).

Ödül işlev modeli: Mezolimbik sistem ile medial frontal korteks değişikliklerini temel alan bu model bağımlılık döngüsünü açıklar. Ventral tegmental alandaki dopaminerjik nöronlar nukleus akumbense projekte olup uğma hissi yaşatır ve bağımlılık başlar. Kötüye kullanımla birlikte prefrontal kortekse glutamaterjik yansımalar artar, nöroanatomi ve gen ekspresyonu ile sinaptik transmisyon değişir. Böylece bağımlılık yapıcı tepkilere yol açacak sinirsel yollar oluşur. Bütün zarar verici sonuçlarına rağmen, ilk ödüllendirme sonrası başlayan rahatsız edici aşırma bu nöroplastik değişimlerle açıklanır (36).

Karara varma sürecindeki değişiklikler: Bağımlılığın kişilerin karar vermesi sırasında duyarlılık ve fonksiyon bozukluğu olduğunu savunan bu model, hızlı ve ödöl odaklı ağların, yavaş ve ayırıştırıcı ağların yerini aldığını ifade eder (37).

Davranışsal bağımlılıklarda nörotransmitter değişikliklerinin rolü olduğu düşünölmektedir. Heyecan ve uyarılmada adrenerjik nörotransmitterler, impuls kontrolünde serotonin, ödöl sisteminde dopamin, haz ve impulsivitede opioidler, stres cevabında kortizol, bilişsel esneklik ve işlevlerde glutamat etkindir (38).

2.1.5.2. Genetik etmenler

Diğer bağımlılık türlerinin (örneğin, madde bağımlılığı veya kumar) aksine, internet bağımlılığının genetik prediktörlerini araştıran çok az sayıda çalışma olup bu konuda daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır (39).

Dopamin D2 reseptörü (DRD2) geninin Taq1A lokusundaki varyasyonlar, bağımlılık üzerinde etkili olabilecek önemli bir araştırma konusu olmuştur. Taq1A1 alleli, striatumda azalmış DRD2 geninin polimorfizmi yoğunluğu ile ilişkilendirilmiş olup, nükleus kaudatus, talamus ve hipokampusta baskılanmış dopaminerjik sinyallerle bağlantılıdır. A1 allelinin eksikliğinin, şizofreni, obsesif kompulsif bozukluk ve madde bağımlılığı ile ilişkilendirilebileceği öne sürölmüştür (40).

17q11.1-q12 kromozomu üzerinde bulunan serotonin geri alım taşıyıcı geni (5HTT), promotör bölgesindeki 5HTTLPR polimorfizminin (özellikle 5HTTLPR'nin S allelinin varlığının) depresyon ve bağımlılık gelişiminde önemli bir rol oynayabileceği öne sürölmektedir (41).

2.1.5.3. Psikolojik etmenler

Sosyal ağları yoğun kullanan kişilerin, gerçek hayatta sosyallik ve paylaşım anlamında eksik ve depresif eğilimler gösterdikleri, sosyal medyanın bu bireylere öz yeterlilik ve yaşam memnuniyeti gibi ödöl sunduğu ve bu nedenle kullanımın arttığı belirtilmektedir. Bu artış, kişilerin ilişkilerinde, iş hayatı ve eğitim gibi alanlarda ciddi sorunlara yol açmakta, sonuç olarak ortaya çıkan disforik duygudurumun hafiflemesi

için sosyal medya kullanımının daha da arttığı ifade edilmektedir. Bu kısır döngü, bağımlılığın oluşumunda önemli bir faktör olarak öne sürülmüştür (42).

2.1.5.4. Sosyal etmenler

Sosyal medyayla uğraşın, sosyal normların şekillendiği genç yetişkinlik döneminde özellikle arttığı belirtilmektedir (43). Sosyal medya bağımlılığı, belirli aile dinamiklerinden (örneğin, ebeveyn baskısı) ya da çevresel rol modellerin (ebeveynler, kardeşler, akranlar gibi) obsesif sosyal ağ davranışlarını gözlemlemekten etkilenebilir (44). Özellikle günümüzde, sosyal çevrim içi ve çevrimdışı beceriler, yeterlilik, rekabet, erişilebilirlik, statü, ün ve servet gibi unsurlar vurgulanmaktadır. Bu faktörler, kişisel ve kültürel cazibe sembolleri olarak işlev gördükleri için (örneğin, evrimsel psikoloji bağlamında), sosyal medya bağımlılığının oluşumunda önemli etmenler olabilir (45).

Sosyal ağ bağımlılığının oluşumu için Turel ve Serenko'nun(31) geliştirdiği teoriler:

- Bilişsel- davranışçı model: Bazı sosyal medya kullanıcılarının uyumsuz düşünceler geliştirebileceği öne sürülmektedir. Bu düşünceler, sosyal izolasyon veya akran desteği eksikliği gibi çevresel faktörlerle pekiştirildiğinde, bireylerde sosyal medya kullanımını obsesif bir hale getirebilmektedir.
- Sosyal beceri modeli: Kendini ifade etme becerisi zayıf bireylerin, yüz yüze iletişim yerine sanal ortamda kendilerini ifade etmeleri ve iletişim kurmalarına dayanmaktadır. Bu davranış, ödüllerle pekiştirildiğinde, sosyal medya kullanımının obsesif şekilde artmasına yol açabilir.
- Sosyo-bilişsel model: Bireylerin bu ortamda gösterdiği davranışa karşılık olumlu sonuç beklentisi ve eylemi gerçekleştirme yeteneğine olan inancı (öz yeterlilik) ile ortamın gerekliliklerine uygun davranma (öz düzenleme) becerisinin düşük olmasıyla oluşur (16,31).

2.1.6. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO; Fear of missing out)

Son dönemde yapılan çalışmalar sosyal ağları sık kullanmayı bu kavramla ilişkilendirmektedir. Bu terimle kişinin, bulunmadığı bir ortamda diğerlerinin çok haz ödüllendirici bir olay yaşadığı ve kendisinin bunu kaçırdığına dair endişesi ifade edilmektedir (15,46). FoMO'nun varlığı artan sosyal ağ kullanımına, olumsuz duygulanıma, yaşamsal tatminin azalmasına ve riskli sosyal ağ kullanımına (örn., araç sürerken) neden olabilmektedir (46). Araştırmalarda FoMO'nun sosyal ağ bağımlılığı ve sorunlu kullanımı yordadağı gösterilmiştir (47).

2.2. Yalnızlık Kavramı

Yalnızlık ölçülmesi ve açıklaması kolay olmayan ama evrensel özelliği sebebiyle oldukça önemli bir kavram olup Peplau ve Perlman(48) tarafından bireyin sahip olduğu sosyal etkileşim düzeyi ile arzuladığı etkileşim düzeyi arasındaki uyumsuzlıktan doğan ruhsal bir sıkıntı hali olarak tanımlanmıştır(48,49). Yalnızlık genellikle kaçınılmak istenen, kaygı, öfke, hüznün ve başkalarından farklı hissedilme gibi duygularla birlikte yaşanan olumsuz bir deneyim olarak tanımlanır.

Yapılan çalışmalar ileri yaştaki bireylerden ziyade ergenlerde ve genç yetişkinlerde daha sık olduğunu göstermektedir (50). Burada bahsedilen yalnızlık kavramı, bireyin büyük oranda gönüllü olarak yaptığı eylemleri içeren tek başlıktan farklıdır. Tek başlılıkta, birey düşünme ve yazma gibi eylemleri ile davranışlarını değerlendirip psikolojik olarak gelişmekteyken yalnızlık duygusal ve fiziksel olarak olumsuzluk içerir (51). Yalnızlık, bireyin sosyal ilişki sayısından çok, bu ilişkilerin kalitesine ve tatmin ediciliğine yönelik öznel değerlendirmeleri sonucunda şekillenen içsel bir algıdır (52).

Literatür incelendiğinde, yalnızlığın iki farklı biçimde kavramsallaştırıldığı görülmektedir. Bunlardan ilki, bireyin sahip olduğu ilişkilerin sayısı ve kalitesi ile beklentileri arasındaki uyumsuzluğa dayanan tek boyutlu yaklaşımdır. Diğer ise yalnızlığı sosyal ve duygusal olmak üzere iki ayrı boyutta ele alan iki boyutlu yaklaşımdır(49,53). Duygusal yalnızlık, bireyin yakın ve anlamlı bir ilişki kuramaması durumunda ortaya çıkan bir deneyimdir. Bu tür yalnızlık genellikle bir eşin kaybı,

romantik ilişkilerin sona ermesi ya da boşanma gibi bireyin duygusal bağlarını etkileyen yaşam olaylarıyla ilişkilendirilebilir. Sosyal yalnızlık ise bireyin sosyal çevresiyle yeterli düzeyde bağlantı kuramamasından kaynaklanır. Yeni bir üniversiteye başlamak ya da yaşanılan yeri değiştirmek gibi sosyal çevrede ani değişimlere yol açan olaylar, bu tür yalnızlığın gelişmesine neden olabilir (6,54).

İnternet kullanımının artmasıyla birlikte bireylerin yüz yüze etkileşimlere ayırdığı zaman azalmış, bu durum sosyal etkileşimlerin zayıflamasına ve toplumsal izolasyonun artmasına yol açmıştır; bu süreç, bireylerde yalnızlık duygusunun da güçlenmesine neden olabilmektedir (55). Bazı çalışmalarda ise bireylerin yalnızlıkla baş edebilmek için internet kullanımını artırdığı ve böylece bağımlılık oluşma riski üzerinde durulmaktadır (56,57).

Yalnızlık, bireyin psikolojik iyi oluşunu olumsuz yönde etkileyebilir; duygusal ve davranışsal sorunların artmasına neden olabilir ve ileri düzeyde intihar eğilimleriyle ilişkilendirilebilir (58). 396 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen bir çalışmada, sosyal ve duygusal yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiş; her iki yalnızlık türünün yaşam memnuniyetini anlamlı düzeyde olumsuz yönde etkilediği belirlenmiştir. Ayrıca, duygusal yalnızlığın yaşam doyumunu sosyal yalnızlığa kıyasla daha güçlü şekilde öngördüğü sonucuna ulaşılmıştır (59). Günümüzde lise ve üniversite öğrencileri ile ileri yaş gruplarını kapsayan örneklemeler üzerinde yürütülen araştırmalar, yalnızlığın intihar eğilimleri açısından önemli bir risk unsuru olabileceğine işaret etmektedir (60,61).

2.3. Siber Zorbalık ve Mağduriyet

2.3.1. Zorbalık

Zorbalık, güç dengesizliğinin bulunduğu bireyler arasında, zarar verme amacı taşıyan ve tekrarlayan saldırgan tutumlarla kendini gösteren bir etkileşim biçimidir. Bir davranışın zorbalık olarak nitelendirilebilmesi için, taraflar arasında güç açısından bir dengesizlik bulunmalı, davranış kasıtlı olmalı ve süreklilik göstermelidir (62). Alan yazında, bir davranışın zorbalık olarak nitelendirilebilmesi için bir fail (zorba) ve bir mağdurun varlığı yeterli kabul edilmektedir. Bununla birlikte, bu etkileşim sıklıkla

izleyici konumundaki bireyleri de içermektedir. İzleyiciler, bazı araştırmacılar tarafından zorbalığın devamlılığını sağlayan temel unsurlar arasında değerlendirilmekte ve bu nedenle, zorbalıkla mücadelede en kritik sorumluluğun onlara ait olabileceği öne sürülmektedir (63).

Zorbalık farklı biçimlerde ortaya çıkabilen çok yönlü bir olgudur. Fiziksel zorbalık, kişinin ya da eşyalarının doğrudan fiziksel müdahaleye maruz kalmasıyla karakterizedir. Sözel zorbalık, bireyin aşağılanması, tehdit edilmesi ya da küçültücü ifadelerle hedef alınması şeklinde görülebilir. İlişkisel zorbalık, kişinin sosyal gruplardan dışlanması veya sosyal bağlarının zayıflatılmasıyla ilişkilidir. Dolaylı zorbalık ise, birey hakkında olumsuz söylentiler yayma ya da başkalarını o kişiye karşı olumsuz şekilde yönlendirme gibi dolaylı zarar verme davranışlarını içerir. Günümüzde giderek önem kazanan siber zorbalık ise dijital platformlar aracılığıyla gerçekleştirilen dışlayıcı, tehditkâr veya küçük düşürücü eylemleri kapsar. Bu tür zorbalık, olumsuz içeriklerin paylaşılması, çevrim içi ortamlarda bireyin dışlanması ya da dedikodu yoluyla psikolojik baskı oluşturulması şeklinde kendini gösterebilir (64).

2.3.2. Siber Zorbalık

Kanadalı eğitimci Belsey'e göre siber zorbalık, birey ya da gruplar tarafından dijital iletişim araçları kullanılarak, kasıtlı, tekrarlayıcı ve zarar verici niyet taşıyan düşmanca eylemlerle gerçekleştirilen bir saldırganlık biçimidir. Siber zorbalığın literatürde “bilgisayarlar, cep telefonları veya diğer elektronik cihazların kullanımı yoluyla kasıtlı ve tekrarlanan zarar verme eylemi” ve “başkalarına zorbalık yapmak için elektronik iletişim teknolojilerinin kullanılması” gibi tanımlamaları da mevcuttur (65,66).

Geleneksel zorbalık bağlamında, çoğunlukla failin fiziksel açıdan mağdura üstünlük sağladığı bir güç dengesizliğinden söz edilebilirken; siber zorbalıkta bu dengesizlik, teknolojik yeterlilik ve dijital okuryazarlık düzeyi üzerinden şekillenmektedir. Siber zorbalık eylemlerinde bulunan bireylerin, teknolojiyi daha etkin ve bilinçli kullanmaları, mağdura karşı asimetrik bir güç ilişkisi oluşturarak bu davranışın sürdürülmesine olanak tanımaktadır. Buna ek olarak, dijital platformların

sağladığı erişim kolaylığı sayesinde, siber zorbalık içerikleri kısa sürede çok geniş kitlelere ulaşabilmektedir. Bu durum, siber zorbalığın geleneksel zorbalık türlerine kıyasla daha yaygın, kalıcı ve denetlenmesi güç bir yapıya sahip olmasına neden olmaktadır (67).

Dijital ortamın anonim biçimde saldırı düzenleyebilme özelliği siber saldırı eylemini gerçekleştirmeyi düşünen bireye cesaret verebilir (68). Zorbanın mağdura zaman ve mekân sınırlaması olmaksızın her an erişebilir olması, mağduru beklenmedik biçimde saldırıya açık hale getirmekte ve bu erişilebilirlik, faillerde güç ve kontrol duygusunu artırmakta, kendilerini daha baskın hissetmelerine neden olmaktadır (69,70). Ayrıca zorbanın mağdurdan fiziksel olarak uzakta bulunması, yüz yüze karşılaşma olasılığının düşük olması ve mağdurun yaşadığı psikolojik etkileri doğrudan gözlemleyememesi, failin duygudaşlık geliştirmesini engellemekte ve davranışlarının olumsuz sonuçlarını algılayabilmesini zorlaştırmaktadır (71–73).

2.3.3. Siber Mağduriyet

Çevrim içi iletişim araçlarına yönelik erişimin yaygınlaşması, bireylerin dijital ortamda karşı karşıya kalabilecekleri taciz, siber zorbalık, mahremiyet ihlalleri ve veri güvenliğine yönelik tehditler gibi çeşitli çevrim içi risklere karşı savunmasızlık düzeyini artırabilmektedir (74). Arıcak ve arkadaşları (2012), siber mağduriyeti; bireylerin ya da kurumların bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla çeşitli zarar verici eylemlere maruz kalması sonucu maddi ya da manevi olarak olumsuz etkilenmeleri şeklinde tanımlamaktadır. Bu eylemler teknik yollarla (örneğin sosyal medya hesaplarının izinsiz erişime açılması, zararlı yazılım içeren mesajların gönderilmesi) ya da ilişkisel biçimde (aşağılayıcı içerikler paylaşma, kişisel bilgileri ifşa etme, dışlayıcı söylemler kullanma, dedikodu çıkarma gibi) gerçekleştirilebilmektedir (75).

Willard (2007), siber mağduriyetin farklı biçimlerde gerçekleşebileceğini belirtmiş ve bu davranışları yedi başlık altında toplamıştır. Kızdırma, çevrim içi ortamlarda karşılıklı hakaret içeren tartışmaları ifade ederken; çevrim içi taciz, kişinin sürekli aşağılayıcı mesajlara maruz kalmasıdır. Siber taciz, tehdit ve korkutma içeren, daha yoğun bir psikolojik baskı biçimidir. İftira, kişi hakkında gerçeğe aykırı ve zarar verici bilgilerin yayılmasını içerir. Kimliğe bürünme, mağdurun hesabı üzerinden onu

küçük düşürücü paylaşımlar yapılmasıdır. İfşa, bireyin özel bilgilerinin izinsiz şekilde paylaşılması; dışlama ise kişinin dijital sosyal çevrelerden bilinçli olarak uzaklaştırılmasıdır (76).

Siber zorbalık bağlamında değerlendirildiğinde, sosyal ağlar üzerinden daha yoğun çevrim içi etkileşimde bulunan bireylerin, hem siber mağduriyete maruz kalma hem de bu tür davranışları sürdürme olasılıklarının daha yüksek olduğu görülmektedir (77). Chang ve arkadaşlarının (2015) yürüttüğü araştırmada, çevrim içi oyunlara katılımın ve riskli internet davranışlarının, siber zorbalığa karışma ve siber mağduriyet yaşama olasılığını artırdığı belirlenmiştir. Ayrıca çalışmada, bireylerin çevrim içi mağduriyet yaşama riskini yükselten dijital etkinlikler ve kullanılan platformların incelenmesinin önemine dikkat çekilmiştir (78).

Siber zorbalığa maruz kalan bireyler, sıklıkla fiziksel zarar görme ya da şiddet tehdidiyle karşı karşıya kalmakta; ayrıca dijital ortamların kamusal niteliği nedeniyle aleni biçimde küçük düşürülme ve utandırılma deneyimleri yaşamaktadır. Bu durum, mağdurlar üzerinde belirgin düzeyde duygusal ve psikolojik etkiler yaratabilmektedir (66). 2.342 Amerikalı ergenle gerçekleştirilen 2008 yılına ait bir araştırmada, farklı mağduriyet türleri ile depresyon belirtileri, intihar düşüncesi ve intihar girişimleri arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, çevrim içi zorbalığa maruz kalan bireylerin, mağdur olmayan akranlarına kıyasla depresyon ve intihar riski açısından daha yüksek düzeyde etkilendikleri saptanmıştır (79).

2.4. İntihar

2.4.1. İntihar Tanımı

Ölümle neticeleneceği öngörülen eylemlerin birey tarafından gerçekleştirilmesi sonucu ortaya çıkan her ölüm vakası bu çerçevede ele alınmaktadır (80). İntihar kelimesinin kökeni, Arapçada “nahr” olarak bilinen ve boğazlama, kurban verme, göğse vurma gibi anlamlara gelen sözcüğe dayanırken, Latince’de “suicide” terimi 'kendini' anlamındaki “sui” ve “öldürmek” anlamındaki “cedere” kelimelerinin birleşiminden oluşur (81).

Geçmişten günümüze kadar intihar kavramı çeşitli biçimlerde tanımlanıp sınıflandırılmıştır. Ancak günümüzde ağırlıklı olarak intihar önleme çalışmalarında Beck (1974) tarafından yapılan sınıflama esas alınmaktadır. Bu yaklaşıma göre üç temel kategori mevcuttur: tamamlanmış intihar, intihar girişimi ve intihar düşünceleri (82). Tamamlanmış intihar, açık ya da örtük bir şekilde ölüm niyetiyle gerçekleştirilen ve ölümle sonuçlanan kendine zarar verme davranışdır. İntihar girişimi ise, açık ya da belirli ölçüde örtük bir ölüm niyetiyle gerçekleştirilen, ancak ölümle sonuçlanmayan kendine zarar verme davranışdır; bu durumda gerçek bir yaralanmanın meydana gelmesi zorunlu değildir. İntihar düşüncesi ise eylemin eşlik etmediği, ölmeye dair niyet ve plan içeren düşüncelerdir (83–85).

2.4.2. İntihar Epidemiyolojisi

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre, intihar dünya genelinde en sık görülen ilk 20 ölüm nedeni arasında yer almaktadır. Özellikle gelişmiş ülkelerde ve genç yaş gruplarında intihar, başlıca ölüm sebeplerinden biridir. 15-29 yaş aralığındaki bireylerde, trafik kazalarının ardından en sık rastlanan ikinci ölüm nedeni olarak öne çıkmaktadır. Küresel ölçekte her yıl yaklaşık 800.000 kişinin intihar nedeniyle yaşamını yitirdiği tahmin edilmektedir (86).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre, Türkiye’de kaba intihar hızı 2002 yılında yüz binde 3,49 iken, 2022 yılında yüz binde 4,88’e yükselmiştir. Bu dönemde intihar oranında yaklaşık %80’lik bir artış olduğu ve vaka sayısının 2002’de 2.301 iken 2022’de 4.146’ya çıktığı tespit edilmiştir (12). Veriler incelendiğinde, olguların %46,8’inde ası yönteminin, %25’inde ateşli silah kullanımının, %13,6’sında yüksekten atlama yönteminin ve %8,5’inde ise kimyasal madde kullanımının tercih edildiği belirlenmiştir. Bulgular, toplumumuzda en yaygın yöntemin ası olduğunu göstermektedir. Ayrıca, uluslararası literatürle paralel olarak, erkeklerin daha ölümcül yöntemlere, özellikle ateşli silah kullanımına yöneldiği; kadınların ise ilaç gibi kimyasal maddeleri daha sık tercih ettikleri saptanmıştır (87).

2.4.3. İntihar Risk Faktörleri

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), bu davranışla ilişkili risk faktörlerini beş ana başlıkta sınıflandırmaktadır: bireysel, kişiler arası ilişkilerle ilgili, çevresel etkenler, toplumsal faktörler ve sağlık sistemiyle bağlantılı unsurlar (88). Dünya Sağlık Örgütü verileri, coğrafi farklılıklar olmakla birlikte, ergenlik ve erken yetişkinlik dönemlerinde bu davranışın daha sık ortaya çıktığını göstermektedir (88).

İntihar düşüncesi, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde kadınlarda erkeklerden daha yaygın olmasına rağmen intihara bağlı ölüm oranı erkek cinsiyette kadınlara göre daha yüksektir (85,89). Bu davranışı sergileyen bireylerin yaklaşık %90'ında eşlik eden bir psikiyatrik tanı bulunduğu, yaklaşık %43'ünde başta depresyon olmak üzere bir duygudurum bozukluğu tanısının yer aldığı, %26'sında özellikle alkol kullanım bozukluğu olmak üzere herhangi bir alkol veya madde kullanım bozukluğunun eşlik ettiği, %16,2'sinde kişilik bozuklukları saptandığı ve %9,2'sinde ise şizofreni de dâhil olmak üzere bir psikotik bozukluk tanısı bulunduğu bildirilmektedir (90).

Ailede benzer davranış öyküsünün bulunması, önemli bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Bu ailevi risk, ebeveynlerde gözlenen duygudurum bozuklukları, dürtüsellik, saldırganlık eğilimleri ve nörobilişsel işlev bozuklukları gibi kalıtsal özelliklerle kısmen açıklanabilmektedir. İkiz çalışmaları, genetik faktörlerin bu davranışın ortaya çıkmasında %30 ila %50 oranında etkili olabileceğini ortaya koymaktadır. Her ne kadar spesifik risk genleri henüz tanımlanmamış olsa da, bu davranışın genetik yatkınlıkla belirgin biçimde ilişkili olduğu kabul edilmektedir (91).

Geçmişte bu tür bir girişimde bulunmuş olmak, ileride ölümle sonuçlanan olgular açısından en güçlü risk etmenlerinden biri olarak değerlendirilmektedir. Yapılan araştırmalar, bu şekilde yaşamını yitiren bireylerin yaklaşık yarısının yaşamlarında en az bir kez, dörtte birinin ise son bir yıl içinde benzer bir girişim öyküsüne sahip olduğunu ortaya koymaktadır(92,93).

Bu tür davranışlar, sıklıkla çeşitli stres yaratan yaşam olaylarına ikincil olarak ortaya çıkmaktadır. İş ortamında karşılaşılan sorunlar, aşırı iş yükü, kişiler arası çatışmalar, ekonomik güçlükler, yakınların kaybı, yas süreçleri ve çocukluk döneminde yaşanan olumsuz deneyimler gibi zorlu yaşam koşulları, bireylerin

çevresel stres etmenlerine karşı duyarlılığını artırmakta ve psikososyal kırılganlığı derinleştirmektedir (94). Erken yaşam dönemlerinde karşılaşılan olumsuz deneyimler, örneğin kötü muamele, istismar, cinsel istismar, ihmal, aile üyeleri veya yakın arkadaşın kaybı ya da ayrılığı, ebeveynlerin boşanması, okulda zorbalığa maruz kalma veya şiddet olayları gibi yaşantılar, bu davranış biçimi ile anlamlı bir ilişki göstermektedir (95).

2.4.4. İntihar ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisi

Sosyal medyada yaşanan deneyimlerin, özellikle ailelerinden uzakta yaşayan üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerinde kayda değer bir etkisi olabileceği belirtilmektedir. Sosyal medya, hem olumlu hem de olumsuz içerikler barındıran geniş bir bilgi çeşitliliği sunmaktadır (96). Özellikle ergenlik ve erken yetişkinlik dönemindeki bireylerin, intihar eyleminin yöntemleri, bu davranışı tetikleyen faktörler ve intiharı teşvik edici yorumlar gibi intihara ilişkin içeriklere tekrar eden şekilde maruz kalmaları, intihar girişimlerini artırıcı bir etki oluşturabilmektedir (97–99). Sosyal medyanın intihara yönelik davranış riskini artırabileceği bazı mekanizmalar bulunmaktadır. Örneğin, siber zorbalık ve siber taciz, hem ciddi hem de oldukça yaygın karşılaşılan sorunlar arasında yer almaktadır (10). Yapılan çok sayıda araştırma, artan düzeyde siber zorbalığa maruz kalmanın ergenlerde intihar düşüncesinin yükselmesiyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (100).

Sosyal medya ve internet ortamına maruz kalmak, olumsuz düşünce ve davranışların hem ortaya çıkmasına aracılık etme hem de mevcut olumsuz eğilimleri pekiştirme potansiyeline sahiptir. Yapılan araştırmalarda, Instagram üzerinde paylaşılan yorumlarla kendine zarar verme davranışının artan şiddeti arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır; bu bulgu, sosyal medyanın zararlı davranış örüntülerini güçlendiren bir araç olarak işlev görebileceğini ortaya koymaktadır (101,102).

2.4.5. İntihar ve Yalnızlık İlişkisi

Literatürde Baumeister ve Leary (1995) tarafından ortaya konulduğu üzere, insanın sosyal aidiyet ve başkalarıyla bağlantı kurma gereksinimi temel bir

psikososyal ihtiyaç olarak tanımlanmaktadır. Bu çerçevede, son otuz yıllık süreçte yalnızlık üzerine gerçekleştirilen çalışmaların bulguları, yalnızlığın çok sayıda olumsuz sonuçla güçlü biçimde ilişkili olduğunu ve bu sonuçları öngörmede önemli bir belirleyici faktör olduğunu göstermektedir (103,104).

Kesitsel araştırmalarda yalnızlık deneyiminin özellikle 30 yaş altı ve 80 yaş üstü bireylerde daha sık olduğu vurgulanmıştır (105). Bu yaş aralıkları, diğer yaş gruplarına kıyasla genç ve yaşlı yetişkinlerde intihara yönelik davranışların (intihar ölümlerinin değil) daha sık görüldüğü dönemlerle örtüşmektedir (89,106). Kritik ve hatta stresli olarak tanımlanan yetişkinliğe geçiş sürecinde, kendini yalnız ve başkalarından sosyal olarak kopuk hissedен genç yetişkinler, varlıklarının başkaları için önemsiz olduğuna inanma eğilimi gösterebilirler; bu durum ise intihar risklerini artırılabilmektedir (107,108).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Örneklem ve Yöntem

Bu çalışmada, Evren olarak üniversite öğrencileri alınmış, örneklem olarak ise Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencileri araştırma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılım basit rastgele örnekleme şeklinde olmuş ve katılım oldukça yüksek tutulmuştur. Toplamda 1400 kişiye ulaşılmıştır, on dokuz kişi 18 yaş altı olması, kırk bir kişi 26 yaş üstü olması, yüz otuz iki kişi anketleri eksik doldurması sebebiyle çalışmaya dahil edilmemiş olup 1208 kişiye uygulanan anket çalışmasının sonuçları üzerinden bu araştırmanın bulgularına ulaşılmıştır. Çalışmamızda kontrol grubu alınmamıştır.

Çalışmaya üniversitemizde öğrenim gören, 18-26 yaş aralığında bulunan, çalışmaya katılmak için gönüllü olup, anket ve ölçekleri doldurmayı kabul eden öğrenciler dahil edilmiştir. Ölçekleri doldurmayı ya da çalışmaya katılmayı kabul etmeyen, çalışmaya alındıktan sonra ayrılmak istediğini beyan eden, ölçekleri tamamlamayan katılımcılar ise çalışmaya dahil edilmemiştir. Çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcılara Sosyodemografik Veri Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- yetişkin formu, SELSA-S Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Üniversite Öğrencileri için Siber Mağduriyet Ölçeği Uygulama Formu ve İntihar Olasılığı Ölçeği uygulanmıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmamız yüz yüze anket yöntemiyle yapıldı. Katılımcılardan Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- yetişkin formu, SELSA-S Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Üniversite Öğrencileri için Siber Mağduriyet Ölçeği Uygulama Formu ve İntihar Olasılığı Ölçeği doldurmaları istendi.

3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu çalışma için hazırlanan formda; bireyin yaşı, cinsiyeti, kardeşi, medeni durumu, çocuk sayısı, aylık gelir düzeyi, birlikte yaşadığı kişiler, ilişki durumu, sigara, alkol, madde kullanımının olup olmadığı, ek ruhsal veya fiziksel hastalığı, geçmiş intihar girişimi öyküsü, ailede ruhsal bozukluk ve intihar girişim öyküsü, sosyal medya kullanım alışkanlıkları sorgulanmıştır. Sosyodemografik veri formu Ek 1’de gösterilmiştir.

3.2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)

Şahin ve Yağcı (109) tarafından geliştirilen bu ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin güvenirlik ve geçerliliği yapılmış olup beşli likert tipi, iki alt boyutlu yapıdadır. Sanal tolerans ve sanal iletişim şeklindeki alt boyutların iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0.61 ve 0.87 olarak belirlenmiştir. Sanal tolerans alt boyutunu 1-11. maddeler, sanal iletişim alt boyutunu ise 12-20. maddeler belirler. Ölçekte 5. ve 11. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilen en düşük puan 20; en yüksek puan ise 100’dür. Puanın yüksek olması ölçek dolduran kişinin kendisini ‘sosyal medya bağımlısı’ şeklinde algılaması yönünde değerlendirilir (109).

3.2.3. Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)

Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA), DiTommaso ve Spinner tarafından Weiss’in (6) yalnızlık boyutlarına dayanan teorisi çerçevesinde geliştirilmiştir (110). SELSA-S, SELSA’nın kısa formu olup sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık alt ölçeklerinden (duygusal ailesel yalnızlık ve duygusal romantik yalnızlık) seçilen 15 sorudan oluşmaktadır. SELSA-S’nin yetişkinler üzerindeki geçerlilik ve güvenirlik çalışması, 2004’te DiTommaso, Brannen ve Best tarafından yapılmıştır (111). SELSA-S ölçeğinin Türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenirlik çalışması Akgül tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,83 olarak bulunmuştur. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır: Duygusal Yalnızlık, Sosyal Yalnızlık ve Genel Yalnızlık. Duygusal Yalnızlık alt ölçeği iki bölümden meydana

gelir: Aile Alt Ölçeği (1., 4., 8., 11. ve 12. sorular) ve Romantik Alt Ölçeği (3., 6., 10., 14. ve 15. sorular). Sosyal Yalnızlık alt ölçeği ise 2., 5., 7., 9. ve 13. sorulardan oluşur. Duygusal yalnızlık puanı, Aile ve Romantik alt ölçek puanlarının toplamı ile hesaplanır. Genel yalnızlık puanını elde etmek için ise sosyal yalnızlık puanı ile duygusal yalnızlık puanı toplanır. Cevaplar, 1 (şiddetle katılmıyorum) ile 7 (şiddetle katılıyorum) arasında değişen 7'li likert ölçeğiyle değerlendirilip ölçeğin toplam puan aralığı en düşük 15, en yüksek 105 puandır (112).

3.2.4. Üniversite Öğrencilerinde Siber Zorbalığa Maruz Kalma Ölçeği

Bayar ve arkadaşları (113) tarafından 2023'te geliştirilen bu ölçeğin güvenilirlik ve geçerliliği yapılmış olup, 28 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşan 5 dereceli Likert tipi bir ölçektir (1- Hiçbir Zaman, 5- Üçten Çok). Bu ölçekte Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları şu şekildedir: sözlü sataşma alt boyutu için .76, sosyal dışlanma alt boyutu için .82, siber ortamda yerine geçme alt boyutu için .77, cinsel içerikli siber mağduriyet alt boyutu için .86, siber ortamda ifşa alt boyutu için .79 ve anonim siber mağduriyet alt boyutu için .73, toplamda, ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak tespit edilmiştir(113).

3.2.5. İntihar Olasılığı Ölçeği

Bu ölçeğin her maddesi 1-4 arasında puanlanmakta ve 36 sorudan oluşmaktadır. Öz bildirim şeklinde doldurulup erişkin bireylerde intihar riskini değerlendirmek için kullanılır. Ölçek puanları yükseldikçe intihar riskinin arttığı şeklinde değerlendirilir (114). Cull ve Gill (114) tarafından 1988'de hazırlanan 4 alt boyutlu ölçeğin, Türkiye'de ilk uyarlama çalışmaları Durak ve Şahin (2000) tarafından yapılmıştır ve faktör analizleri sonucu olumsuz benlik ve tükenme, hayata bağlılıktan kopma, öfke olmak üzere 3 alt boyuta indirgenmiştir. Geçerlilik güvenilirlik çalışması Atlı ve arkadaşları (115) tarafından 2007 yılında yapılmıştır. Bu çalışmalarda Cronbach's α 23 güvenilirlik katsayısı .89 olarak saptanmıştır. İntihar olasılığı alt ölçekleri ise Cronbach's α güvenilirlik katsayısı .70 ile .89 arasında değişim gösterdiği bildirilmiştir (115).

3.3. İstatistiksel Analiz

Araştırmada değerlendirilen katılımcıların demografik özellikleri betimleyici istatistiksel analizlerle (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma vb.) incelendi. Cinsiyete, intihar geçmişine, sosyal medya kullanım türlerine göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında Bağımsız Gruplar t testi, medyan değerlerinin karşılaştırılmasında ise Mann Whitney U testi kullanıldı. Katılımcıların İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanları arasındaki ilişki normal dağılan verilerde Pearson Korelasyon Analizi, normal dağılmayan verilerde ise Spearman Korelasyon Analizi kullanılarak değerlendirildi. İÖÖ toplam ve alt ölçek puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği Hiyerarşik Regresyon Analizi ile incelendi. Tüm analizler için anlamlılık seviyesi $p<0,05$ olarak belirlendi. Verilerin normal dağılıma uygunluğu basıklık ve çarpıklık değerleriyle ($\pm 1,5$) kontrol edildi. Analizlerin uygulamasında IBM SPSS 26.0 programı kullanıldı.

4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Sosyodemografik ve Klinik Özellikleri

Tablo 1: Katılımcıların demografik özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Kadın	838	69,4
	Erkek	370	30,6
Kardeş	Var	1128	93,4
	Yok	80	6,6
Medeni durum	Bekar	1185	98,1
	Evli	14	1,2
	Boşanmış	8	0,7
	Dul	1	0,1
Çocuk varlığı	Yok	1195	98,9
	Var	13	1,1
Aylık gelir	8506 tl'den az	717	59,5
	8506-17012 tl arası	262	21,7
	17012 tl den yüksek	227	18,8
Birlikte yaşadığı kişi	Yalnız	203	16,8
	Eşi ve çocukları ile	11	0,9
	Aile-akraba	238	19,7
	Arkadaş ile (yurt/ev)	756	62,6
İlişki durumu	Var	352	29,1
	Yok	856	70,9
Sigara	Hiç kullanmamış	780	64,6
	Bırakmış	104	8,6
	Kullanıyor	324	26,8
Alkol	Hiç kullanmamış	818	67,7
	Bırakmış	98	8,1
	Kullanıyor	292	24,2
Madde	Var	14	1,2
	Yok	1194	98,8
Kronik hastalık durumu	Yok	1103	91,3
	Var	105	8,7
Psikofarmakolojik tedavi	Yok	1161	96,1
	Var	47	3,9
Daha önce intihar girişimi	Yok	1162	96,2
	Var	46	3,8
Ailede ruhsal bozukluk	Yok	1155	95,6
	Var	53	4,4
Ailede intihar girişimi	Yok	1179	97,6
	Var	29	2,4
		Ort.±SS.	Min-Maks.
Yaş		20,6±1,9	18,00-26,00

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

4.2. Klinik Özelliklere ve Sosyodemografik Verilere Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Tablo 2: Cinsiyete göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Kadın		Erkek			
	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Analiz	p
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,02	,41	2,10	,40	t=-3,444	0,001
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	1,99	,42	2,11	,49	t=-4,345	<0,001
İÖÖ öfke	2,10	,46	2,19	,56	t=-2,886	0,004
İÖÖ Toplam	2,03	,34	2,12	,34	t=-4,458	<0,001
SELSA-S sosyal yalnızlık	2,16	1,19	2,63	1,24	t=-6,270	<0,001
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,09	1,17	3,23	1,09	t=-1,863	0,063
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	1,85	1,18	2,02	1,19	t=-2,270	0,023
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,33	1,89	4,44	1,79	t=-0,900	0,368
SELSA-S Toplam	2,78	,99	3,03	,98	t=-3,971	<0,001
SMBÖ sanal tolerans	2,97	,69	2,81	,69	t=3,565	<0,001
SMBÖ sanal iletişim	2,23	,68	2,34	,80	t=-2,422	0,016
SMBÖ Toplam	2,63	,60	2,60	,66	t=0,857	0,392
F1 siber ortamda yerine geçme	1,09/1,00	0,32/1,00-1,00	1,14/1,00	0,36/1,00-1,00	Z=-3,423	0,001
F2 Sözlü satışma	1,15/1,00	0,35/1,00-1,17	1,28/1,00	0,51/1,00-1,33	Z=-4,778	<0,001
F3 Sosyal Dışlanma	1,14/1,00	0,40/1,00-1,00	1,23/1,00	0,50/1,00-1,25	Z=-3,028	<0,001
F4 Siber Ortamda İfşa	1,07/1,00	0,30/1,00-1,00	1,13/1,00	0,38/1,00-1,00	Z=-4,093	<0,001
F5 Cinsel İçerikli Siber Mağduriyet	1,18/1,00	0,47/1,00-1,00	1,18/1,00	0,44/1,00-1,00	Z=-0,349	0,727
F6 Anonim Siber Mağduriyet	1,24/1,00	0,45/1,00-1,25	1,30/1,00	0,54/1,00-1,50	Z=-1,635	0,102
SMÖ Toplam	1,14/1,00	0,32/1,00-1,14	1,21/1,07	0,39/1,00-1,21	Z=-4,597	<0,001

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, t=Bağımsız Gruplar t testi, Z=Mann Whitney U testi. SELSA-S= Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği, SMÖ= Siber mağduriyet ölçeği, SMBÖ= Sosyal medya bağımlılığı ölçeği, İÖÖ=İntihar olasılığı ölçeği.

Bağımsız Gruplar t testinde erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre İÖÖ olumsuz benlik tükenme (t=-3,444, p=0,001), İÖÖ hayata bağlılıktan kopma (t=-4,345, p<0,001), İÖÖ öfke (t=-2,886, p=0,004), İÖÖ Toplam (t=-4,458, p<0,001), SELSA-S sosyal yalnızlık (t=-6,270, p<0,001), SELSA-S duygusal yalnızlık aile (t=-2,270, p=0,023), SELSA-S Toplam (t=-3,971, p<0,001), SMBÖ sanal iletişim (t=-

2,422, $p=0,016$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu. Bunlara ek olarak erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre SMBÖ sanal tolerans ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha düşük olduğu ($t=-3,565$, $p<0,001$) bulundu.

Mann Whitney U testinde erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre F1 siber ortamda yerine geçme ($Z=-3,423$, $p=0,001$), F2 Sözlü sataşma ($Z=-4,778$, $p<0,001$), F3 Sosyal dışlanma ($Z=-3,028$, $p<0,001$), F4 Siber Ortamda İfşa ($Z=-4,093$, $p<0,001$), SMÖ Toplam ($Z=-4,597$, $p<0,001$) medyan değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu.

Not: Normal dağılmayan veya denek sayısı yetersiz gruplarda Mann Whitney U testi kullanıldı. Medyan değerlerinin eşit olan durumlarda ortalama olarak değerlendirme yapıldı.

Tablo 3: Daha önce intihar girişimi olan katılımcılar arasında İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Yok		Var			
	Med.	Q1- Q3	Med.	Q1- Q3	Z	p
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,00	1,70-2,30	2,50	2,00-2,80	-5,952	<0,001
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	2,00	1,75-2,25	2,25	2,00-2,50	-3,780	<0,001
İÖÖ öfke	2,06	1,75-2,38	2,69	2,00-3,13	-4,640	<0,001
İÖÖ Toplam	2,03	1,81-2,25	2,44	2,11-2,75	-6,057	<0,001
SELSA-S sosyal yalnızlık	1,80	1,20-3,00	2,90	1,60-4,20	-2,748	0,006
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,30	2,40-3,90	3,40	2,70-4,00	-0,485	0,627
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	1,40	1,00-2,20	2,00	1,20-3,40	-2,598	0,009
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,80	2,80-5,80	4,60	2,60-5,80	-0,695	0,487
SELSA-S Toplam	2,87	2,27-3,47	3,20	2,53-3,67	-2,254	0,024
SMBÖ sanal tolerans	2,91	2,45-3,36	3,14	2,18-3,64	-1,035	0,301
SMBÖ sanal iletişim	2,22	1,78-2,78	2,22	1,44-3,00	-0,055	0,956
SMBÖ Toplam	2,60	2,20-3,00	2,78	2,05-3,15	-0,729	0,466
F1 Siber ortamda yerine geçme	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,33	-3,326	0,001
F2 Sözlü sataşma	1,00	1,00-1,17	1,17	1,00-1,50	-4,199	<0,001
F3 Sosyal dışlanma	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,75	-3,918	<0,001
F4 siber ortamda ifşa	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,50	-6,572	<0,001
F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,25	-2,549	0,011
F6 anonim siber mağduriyet	1,00	1,00-1,25	1,13	1,00-1,75	-2,647	0,008
SMÖ Toplam	1,04	1,00-1,14	1,18	1,00-1,39	-3,824	<0,001

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, Z=Mann Whitney U testi. SELSA-S= Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği, SMÖ= Siber mağduriyet ölçeği, SMBÖ= Sosyal medya bağımlılığı ölçeği, İÖÖ=İntihar olasılığı ölçeği.

Mann Whitney U testinde daha önceden intihar girişimi olan katılımcıların olmayan katılımcılara göre OÖ olumsuz benlik tükenme ($t=-5,952$, $p=0,001$), İÖÖ hayata bağlılıktan kopma ($t=-3,780$, $p<0,001$), İÖÖ öfke ($t=-4,640$, $p=0,004$), İÖÖ Toplam ($t=-6,057$, $p<0,001$), SELSA-S sosyal yalnızlık ($t=-2,748$, $p=0,006$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($t=-2,598$, $p=0,009$), SELSA-S Toplam ($t=-2,254$, $p=0,024$), F1 siber ortamda yerine geçme ($t=-3,326$, $p=0,001$), F2 sözlü sataşma ($Z=-4,199$, $p<0,001$), F3 sosyal dışlanma ($Z=-3,918$, $p<0,001$), F4 siber ortamda ifşa ($Z=-6,572$, $p<0,001$), F5 cinsel içerikli siber mağduriyet ($Z=-2,549$, $p=0,011$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($Z=-2,647$, $p=0,008$), SMÖ Toplam ($Z=-3,824$, $p<0,001$) medyan değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu.

4.3. Katılımcıların Sosyal Medya Kullanımlarına Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Tablo 4: Katılımcıların sosyal medya kullanım dağılımları

		n	%
Sosyal medya platformu	Evet	1192	98,7
	Hayır	16	1,3
Facebook	Hayır	1053	87,2
	Evet	155	12,8
Twitter	Hayır	622	51,5
	Evet	586	48,5
Instagram	Hayır	73	6,0
	Evet	1135	94,0
Youtube	Hayır	165	13,7
	Evet	1043	86,3
Diğer	Hayır	946	78,3
	Evet	262	21,7
En çok kullanılan sosyal medya platformu	Kullanmıyor	16	1,3
	Facebook	10	0,8
	Twitter	125	10,3
	Instagram	803	66,5
	Youtube	216	17,9
	Diğer	38	3,1

Tablo 5: Facebook kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Hayır		Evet			
	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Analiz	p
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,03	,42	2,10	,37	t=-1,771	,077
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	2,01	,44	2,09	,51	t=-1,853	,064
İÖÖ öfke	2,13	,49	2,14	,52	t=-,289	,772
İÖÖ Toplam	2,05	,35	2,10	,32	t=-1,798	,072
SELSA-S sosyal yalnızlık	2,24	1,21	2,71	1,25	t=-4,526	<0,001
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,11	1,16	3,27	1,11	t=-1,587	,113
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	1,87	1,17	2,14	1,29	t=-2,661	,008
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,36	1,87	4,41	1,77	t=-,293	,770
SELSA-S Toplam	2,82	,98	3,09	,99	t=-3,198	,001
SMBÖ sanal tolerans	2,90	,69	3,03	,68	t=-2,087	,037
SMBÖ sanal iletişim	2,22	,70	2,54	,79	t=-5,267	<0,001
SMBÖ Toplam	2,60	,61	2,81	,65	t=4,025	<0,001
F1 siber ortamda yerine geçme	1.09/1,00	0.30/1,00-1,00	1.22/1,00	0.48/1,00-1,17	Z=-4,596	<0,001
F2 sözlü sataşma	1,17/1,00	0.38/1,00-1,17	1.36/1,00	0.59/1,00-1,50	Z=-4,800	<0,001
F3 sosyal dışlanma	1.15/1,00	0.41/1,00-1,00	1.27/1,00	0.55/1,00-1,25	Z=-3,315	0,001
F4 siber ortamda ifşa	1.07/1,00	0.29/1,00-1,00	1.19/1,00	0.49/1,00-1,00	Z=-4,280	<0,001
F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	1.16/1,00	0.44/1,00-1,25	1.30/1,00	0.56/1,00-1,50	Z=-3,383	0,001
F6 anonim siber mağduriyet	1.25/1,00	0.47/1,00-1,25	1.32/1,11	0.57/1,00-1,29	Z=-1,553	0,120
SMÖ Toplam	1.14/1,04	0.31/1,00-1,14	1.28/1,11	0.49/1,00-1,29	Z=-4,073	<0,001

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, t=Bağımsız Gruplar t testi, Z=Mann Whitney U testi.

Bağımsız Gruplar t testinde Facebook kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre SELSA-S sosyal yalnızlık ($t=-4,526$, $p<0,001$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($t=-2,661$, $p=0,008$), SELSA-S Toplam ($t=-3,198$, $p=0,001$), SMBÖ sanal tolerans ($t=-2,087$, $p=0,037$), SMBÖ sanal iletişim ($t=-5,267$, $p<0,001$) ve SMBÖ Toplam ($t=4,025$, $p<0,001$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu.

Mann Whitney U testinde Facebook kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre F1 siber ortamda yerine geçme ($Z=-4,596$, $p<0,001$), F2 sözlü sataşma ($Z=-4,800$, $p<0,001$), F3 sosyal dışlanma ($Z=-3,315$, $p<0,001$), F4 siber ortamda ifşa ($Z=-4,280$, $p<0,001$), F5 cinsel içerikli siber mağduriyet ($Z=-3,383$,

p=0,001), SMÖ Toplam (Z=-4,073, p<0,001) medyan değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu.

Tablo 6: Twitter kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Hayır		Evet			
	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Analiz	p
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,07	,44	2,02	,38	t=2,153	0,032
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	2,04	,46	2,00	,43	t=1,487	0,137
İÖÖ öfke	2,09	,49	2,17	,49	t=-2,689	0,007
İÖÖ Toplam	2,07	,37	2,05	,32	t=1,019	0,309
SELSA-S sosyal yalnızlık	2,42	1,30	2,18	1,13	t=3,451	0,001
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,23	1,20	3,03	1,09	t=2,948	0,003
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	2,02	1,31	1,78	1,03	t=3,505	<0,001
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,43	1,80	4,29	1,92	t=1,344	0,179
SELSA-S Toplam	2,96	1,06	2,75	,90	t=3,677	<0,001
SMBÖ sanal tolerans	2,86	,68	2,99	,71	t=-3,318	0,001
SMBÖ sanal iletişim	2,17	,72	2,36	,71	t=-4,697	<0,001
SMBÖ Toplam	2,55	,61	2,70	,62	t=-4,412	<0,001
F1Siber Ortamda Yerine Geçme	1,13/1,00	0,39/1,00-1,00	1,09/1,00	0,26/1,00-1,00	Z=-0,506	0,613
F2 Sözlü sataşma	1,20/1,00	0,45/1,00-1,17	1,18/1,00	0,37/1,00-1,17	Z=-1,318	0,188
F3 Sosyal Dışlanma	1,19/1,00	0,49/1,00-1,00	1,14/1,00	0,36/1,00-1,00	Z=-0,194	0,846
F4 Siber Ortamda İfşa	1,11/1,00	0,39/1,00-1,00	1,05/1,00	0,23/1,00-1,00	Z=-1,983	0,047
F5Cinsel içerikli Siber Mağduriyet	1,19/1,00	0,49/1,00-1,00	1,18/1,00	0,43/1,00-1,00	Z=-0,118	0,906
F6 Anonim Siber Mağduriyet	1,28/1,00	0,54/1,00-1,25	1,23/1,00	0,41/1,00-1,25	Z=-0,589	0,556
SMÖ Toplam	1,18/1,04	0,40/1,00-1,14	1,14/1,04	0,27/1,00-1,18	Z=-0,720	0,472

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, t=Bağımsız Gruplar t testi, Z=Mann Whitney U testi.

Bağımsız Gruplar t testinde Twitter kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre İÖÖ öfke (t=-2,689, p=0,032), SMBÖ sanal tolerans (t=-3,318, p=0,001), SMBÖ sanal iletişim (t=-4,697, p<0,001) SMBÖ Toplam (t=-4,412, p<0,001) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu. Bunlara ek olarak Twitter kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre İÖÖ olumsuz benlik tükenme (t=2,153, p=0,032), SELSA-S sosyal yalnızlık (t=3,451, p=0,001), SELSA-S duygusal yalnızlık (t=2,948, p=0,003), SELSA-S

duygusal yalnızlık aile ($t=3,505$, $p<0,001$) ve SELSA-S Toplam ($t=3,677$, $p<0,001$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha düşük olduğu bulundu.

Mann Whitney U testinde Twitter kullanan katılımcıların, kullanmayan katılımcılara göre F4 siber ortamda ifşa medyan değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha düşük olduğu ($Z=-1,983$, $p=0,047$) bulundu.

Tablo 7: Instagram kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Hayır		Evet			
	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Analiz	p
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,20	,49	2,03	,41	$t=3,296$	0,001
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	2,09	,49	2,02	,44	$t=1,309$	0,191
İÖÖ öfke	2,10	,66	2,13	,48	$t=-0,513$	0,608
İÖÖ Toplam	2,15	,44	2,05	,34	$t=2,413$	0,016
SELSA-S sosyal yalnızlık	2,64	1,37	2,28	1,21	$t=2,424$	0,016
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,40	1,27	3,12	1,14	$t=2,071$	0,039
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	2,28	1,50	1,88	1,16	$t=2,841$	0,005
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,53	1,53	4,35	1,88	$t=0,767$	0,443
SELSA-S Toplam	3,14	1,11	2,84	,98	$t=2,551$	0,011
SMBÖ sanal tolerans	2,68	,81	2,94	,68	$t=-3,120$	0,002
SMBÖ sanal iletişim	2,04	,95	2,27	,70	$t=-2,703$	0,007
SMBÖ Toplam	2,39	,80	2,64	,61	$t=-3,295$	0,001
F1Siber Ortamda Yerine Geçme	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-0,320$	0,749
F2 Sözlü sataşma	1,00	1,00-1,33	1,00	1,00-1,17	$Z=-1,044$	0,297
F3 Sosyal Dışlanma	1,00	1,00-1,25	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,691$	0,091
F4 Siber Ortamda İfşa	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,941$	0,052
F5Cinsel içerikli Siber Mağduriyet	1,00	1,00-1,25	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,308$	0,191
F6 Anonim Siber Mağduriyet	1,00	1,00-1,50	1,00	1,00-1,25	$Z=-0,654$	0,513
SMÖ Toplam	1,04	1,00-1,14	1,04	1,00-1,16	$Z=-0,708$	0,479

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, t=Bağımsız Gruplar t testi, Z=Mann Whitney U testi.

Bağımsız Gruplar t testinde Instagram kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre SMBÖ sanal tolerans ($t=-3,120$, $p=0,002$), SMBÖ sanal iletişim ($t=-2,703$, $p=0,007$), SMBÖ Toplam ($t=-3,295$, $p=0,001$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu. Bunlara ek olarak Instagram kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre İÖÖ olumsuz benlik tükenme ($t=3,296$, $p=0,001$), İÖÖ Toplam ($t=2,413$, $p=0,016$), SELSA-S sosyal yalnızlık ($t=2,424$, $p=0,016$), SELSA-S duygusal yalnızlık ($t=2,071$, $p=0,039$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($t=2,841$, $p=0,005$), SELSA-S Toplam ($t=2,551$, $p=0,011$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha düşük olduğu bulundu.

Tablo 8: Youtube kullanım durumuna göre İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanlarının karşılaştırılması

	Hayır		Evet		Analiz	p
	Ort./Med.	SS./Q1-Q3	Ort./Med.	SS./Q1-Q3		
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	2,09	,47	2,04	,40	$t=1,576$	0,115
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	2,08	,50	2,01	,44	$t=1,887$	0,590
İÖÖ öfke	2,17	,54	2,12	,48	$t=0,999$	0,318
İÖÖ Toplam	2,11	,40	2,05	,34	$t=1,912$	0,560
SELSA-S sosyal yalnızlık	2,60	1,42	2,25	1,19	$t=3,400$	0,001
SELSA-S duygusal yalnızlık	3,21	1,22	3,12	1,14	$t=0,858$	0,391
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	2,16	1,39	1,86	1,15	$t=2,989$	0,003
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	4,25	1,73	4,38	1,88	$t=-0,817$	0,414
SELSA-S Toplam	3,00	1,10	2,83	,97	$t=2,015$	0,044
SMBÖ sanal tolerans	2,79	,74	2,94	,68	$t=-2,701$	0,007
SMBÖ sanal iletişim	2,25	,85	2,26	,70	$t=-0,162$	0,871
SMBÖ Toplam	2,55	,72	2,63	,60	$t=-1,678$	0,094
F1 Siber Ortamda Yerine Geçme	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,167$	0,243
F2 Sözlü sataşma	1,00	1,00-1,17	1,00	1,00-1,17	$Z=-0,323$	0,747
F3 Sosyal Dışlanma	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-0,380$	0,704
F4 Siber Ortamda İfşa	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,761$	0,078
F5 Cinsel içerikli Siber Mağduriyet	1,00	1,00-1,00	1,00	1,00-1,00	$Z=-1,065$	0,287
F6 Anonim Siber Mağduriyet	1,00	1,00-1,50	1,00	1,00-1,25	$Z=-0,937$	0,349
SMÖ Toplam	1,04	1,00-1,11	1,04	1,00-1,18	$Z=-0,073$	0,942

Ort.=Ortalama, SS.=Standart Sapma, Med.=Medyan, t=Bağımsız Gruplar t testi, Z=Mann Whitney U testi.

Bağımsız Gruplar t testinde Youtube kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre SELSA-S sosyal yalnızlık ($t=3,400$, $p=0,001$), SELSA-S duygusal

yalnızlık aile ($t=2,989$, $p=0,003$), SELSA-S Toplam ($t=2,015$, $p=0,044$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha düşük olduğu bulundu. Bunlara ek olarak Youtube kullanan katılımcıların kullanmayan katılımcılara göre SMBÖ sanal tolerans ($t=-2,701$, $p=0,007$) ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı seviyede daha yüksek olduğu bulundu.

Tablo 9: Katılımcıların yaş değerleri ile İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanları arasındaki ilişki

		Yaş
SELSA-S sosyal yalnızlık	r/rho	0,127
	p	<0,001a
SELSA-S duygusal yalnızlık	r/rho	-0,073
	p	0,011a
SELSA-S duygusal yalnızlık aile	r/rho	0,044
	p	0,128a
SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	r/rho	-0,118
	p	<0,001a
SELSA-S Toplam	r/rho	-0,003
	p	0,906a
SMBÖ sanal tolerans	r/rho	-0,026
	p	0,373a
SMBÖ sanal iletişim	r/rho	-0,018
	p	0,532a
SMBÖ toplam	r/rho	-0,025
	p	0,397a
F1 siber ortamda yerine geçme	r/rho	0,068
	p	0,019b
F2 sözlü sataşma	r/rho	0,026
	p	0,362b
F3 sosyal dışlanma	r/rho	-0,014
	p	0,629b
F4 siber ortamda ifşa	r/rho	0,031
	p	0,286b
F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	r/rho	0,042
	p	0,148b
F6 anonim siber mağduriyet	r/rho	0,023
	p	0,423b
SMÖ total	r/rho	0,030
	p	0,303b
İÖÖ olumsuz benlik tükenme	r/rho	-0,014
	p	0,620a
İÖÖ hayata bağlılıktan kopma	r/rho	-0,032
	p	0,272a
İÖÖ öfke	r/rho	0,009
	p	0,753a
İÖÖ toplam	r/rho	-0,016
	p	0,584a
Sosyal medya kullanım süre	r/rho	-0,001
	p	0,969b

a=Pearson Korelasyon Analizi, b=Spearman Korelasyon Analizi.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların yaş değerleri ile SELSA-S duygusal yalnızlık ($r=-0,073$, $p=0,011$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($r=-0,118$, $p<0,001$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede negatif korelasyon olduğu bulundu. Buna ek olarak yaş değerleri ile SELSA-S sosyal yalnızlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu ($r=0,127$, $p<0,001$) bulundu.

Tablo 10: İÖÖ, SELSA-S, SMBÖ ve SMÖ puanları arasındaki ilişki

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1-İÖÖ olumsuz benlik tükenme (a)	r/rho	-																		
	p	-																		
2-İÖÖ hayata bağlılıktan kopma (a)	r/rho	0,499																		
	p	<0,01																		
3-İÖÖ öfke (a)	r/rho	0,424	0,081																	
	p	<0,01	0,005																	
4-İÖÖ toplam (a)	r/rho	0,938	0,642	0,620																
	p	<0,01	<0,01	<0,01																
5- SELSA-S sosyal yalnızlık (a)	r/rho	0,411	0,301	0,216	0,427															
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01															
6-SELSA duygusal yalnızlık (a)	r/rho	0,333	0,256	0,169	0,347	0,355														
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01														
7- SELSA-S duygusal yalnızlık aile (a)	r/rho	0,398	0,323	0,236	0,430	0,476	0,597													
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01													
8- SELSA-S duygusal yalnızlık romantik (a)	r/rho	0,159	0,110	0,059	0,155	0,135	0,858	0,100												
	p	<0,01	<0,01	0,041	<0,01	<0,01	<0,01	0,001												
9- SELSA-S Toplam (a)	r/rho	0,427	0,324	0,221	0,445	0,689	0,922	0,660	0,683											
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01											
10-SMBÖ sanal tolerans (a)	r/rho	0,190	0,110	0,224	0,228	0,052	0,128	0,103	0,116	0,121										
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,072	<0,01	<0,01	0,001	<0,01										
11-SMBÖ sanal iletişim (a)	r/rho	0,224	0,129	0,248	0,264	0,192	0,197	0,203	0,139	0,232	0,546									
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01									
12-SMBÖ toplam (a)	r/rho	0,234	0,134	0,266	0,278	0,132	0,181	0,169	0,135	0,195	0,899	0,858								
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01								
13-F1 Siber Ortamda Yerine Geçme (b)	r/rho	0,131	0,139	0,108	0,164	0,202	0,118	0,176	0,017	0,182	0,070	0,190	0,148							
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,556	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01							
14-F2 Sözlü sataşma(b)	r/rho	0,200	0,116	0,238	0,239	0,188	0,157	0,174	0,083	0,195	0,161	0,259	0,239	0,485						
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,004	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01						
15-F3 Sosyal Dışlanma(b)	r/rho	0,221	0,175	0,181	0,256	0,211	0,171	0,198	0,061	0,212	0,099	0,208	0,177	0,447	0,486					
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,035	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01					
16-F4 Siber Ortamda İfşa(b)	r/rho	0,165	0,146	0,144	0,199	0,200	0,131	0,181	0,001	0,189	0,031	0,187	0,128	0,519	0,474	0,455				
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,984	<0,01	0,020	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01				
17-F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet(b)	r/rho	0,142	0,141	0,135	0,180	0,177	0,178	0,224	0,073	0,206	0,121	0,179	0,172	0,448	0,575	0,436	0,442			
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,011	<0,01	0,001	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01			
18-F6 Anonim Siber Mağduriyet (b)	r/rho	0,121	0,076	0,197	0,167	0,114	0,068	0,133	0,018	0,099	0,075	0,162	0,124	0,430	0,575	0,434	0,386	0,567		
	p	<0,01	0,008	<0,01	<0,01	<0,01	0,018	<0,01	0,537	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01		
19-SMO toplam (b)	r/rho	0,178	0,121	0,256	0,234	0,203	0,167	0,208	0,096	0,208	0,119	0,220	0,191	0,584	0,795	0,625	0,487	0,672	0,789	
	p	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,001	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	
20-Sosyal medya kullanımı süre (b)	r/rho	0,004	0,037	0,075	0,040	-0,021	0,022	0,026	0,009	-0,002	0,312	0,177	0,287	0,039	0,050	0,009	0,014	0,014	0,044	0,042
	p	0,877	0,198	0,009	0,166	0,476	0,441	0,360	0,749	0,942	<0,01	<0,01	<0,01	0,171	0,085	0,750	0,627	0,627	0,127	0,145

a=Pearson Korelasyon Analizi, b=Spearman Korelasyon Analizi.

4.4. Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ olumsuz benlik tükenme alt ölçek puanları ile SELSA-S sosyal yalnızlık ($r=0,411$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık ($r=0,333$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($r=0,398$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($r=0,159$, $p<0,01$), SELSA-S Toplam ($r=0,427$, $p<0,01$), SMBÖ sanal tolerans ($r=0,190$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,224$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,234$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ olumsuz benlik tükenme alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,131$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,200$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,221$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,165$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,142$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,121$, $p<0,01$), SMÖ toplam ($r=0,178$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ hayata bağlılıktan kopma alt ölçek puanları ile SELSA-S sosyal yalnızlık ($r=0,301$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık ($r=0,256$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($r=0,323$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($r=0,110$, $p<0,01$), SELSA-S Toplam ($r=0,324$, $p<0,01$), SMBÖ sanal tolerans ($r=0,110$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,129$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,134$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ hayata bağlılıktan kopma alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,139$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,116$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,175$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,146$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,141$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,076$, $p=0,08$), SMÖ toplam ($r=0,121$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ öfke alt ölçek puanları ile SELSA-S sosyal yalnızlık ($r=0,216$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık

($r=0,169$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($r=0,236$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($r=0,059$, $p=0,041$), SELSA-S Toplam ($r=0,221$, $p<0,01$), SMBÖ sanal tolerans ($r=0,224$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,248$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,266$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ öfke alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,108$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,238$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,181$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,144$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,135$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,197$, $p<0,01$), SMO toplam ($r=0,256$, $p<0,01$) puanları ve sosyal medya kullanım süreleri ($r=0,075$, $p=0,009$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ toplam puanları ile SELSA-S sosyal yalnızlık ($r=0,427$, $p<0,01$), SELSA duygusal yalnızlık ($r=0,347$, $p<0,01$), SELSAS duygusal yalnızlık aile ($r=0,430$, $p<0,01$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($r=0,155$, $p<0,01$), SELSA-S Toplam ($r=0,445$, $p<0,01$), SMBÖ sanal tolerans ($r=0,228$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,264$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,278$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ toplam puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,164$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,239$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,256$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,199$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,180$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,167$, $p<0,01$), SMÖ toplam ($r=0,234$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S sosyal yalnızlık alt ölçek puanları ile SMBÖ sanal iletişim ($r=0,192$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,132$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S sosyal yalnızlık alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,202$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,188$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,211$, $p<0,01$), F4 siber ortamda

ifşa ($r=0,200$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,177$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,114$, $p<0,01$), SMÖ toplam ($r=0,203$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık alt ölçek puanları ile SMBÖ sanal tolerans ($r=0,128$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,197$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,181$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,118$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,157$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,171$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,131$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,178$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,068$, $p=0,010$), SMÖ toplam ($r=0,167$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık aile alt ölçek puanları ile SMBÖ sanal tolerans ($r=0,103$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,203$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,169$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık aile alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,176$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,174$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,198$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,181$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,224$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,133$, $p<0,001$), SMÖ toplam ($r=0,208$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık romantik alt ölçek puanları ile SMBÖ sanal tolerans ($r=0,116$, $p=0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,139$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,135$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S duygusal yalnızlık romantik alt ölçek puanları ile F2 sözlü sataşma ($r=0,083$, $p=0,004$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,061$, $p=0,035$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,073$,

$p=0,11$) ve SMÖ toplam ($r=0,096$, $p=0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Pearson Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S toplam puanları ile SMBÖ sanal tolerans ($r=0,121$, $p<0,01$), SMBÖ sanal iletişim ($r=0,232$, $p<0,01$), SMBÖ toplam ($r=0,195$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SELSA-S toplam puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,182$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,195$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,212$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,189$, $p<0,01$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,206$, $p<0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,099$, $p<0,001$), SMÖ toplam ($r=0,208$, $p<0,01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SMBÖ sanal tolerans alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,070$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,161$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,099$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,031$, $p=0,020$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,121$, $p=0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,075$, $p<0,001$), SMÖ toplam ($r=0,119$, $p<0,01$) puanları ve sosyal medya kullanım süreleri ($r=0,312$, $p<0,01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SMBÖ sanal iletişim alt ölçek puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,190$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,259$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,208$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,187$, $p=0,020$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,179$, $p=0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,162$, $p<0,001$), SMÖ toplam ($r=0,220$, $p<0,01$) puanları ve sosyal medya kullanım süreleri ($r=0,177$, $p<0,01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Spearman Korelasyon Analizine göre katılımcıların SMBÖ toplam puanları ile F1 siber ortamda yerine geçme ($r=0,148$, $p<0,01$), F2 sözlü sataşma ($r=0,239$, $p<0,01$), F3 sosyal dışlanma ($r=0,288$, $p<0,01$), F4 siber ortamda ifşa ($r=0,128$, $p<0,001$), F5 Cinsel İçerik Siber Mağduriyet ($r=0,172$, $p=0,01$), F6 Anonim Siber Mağduriyet ($r=0,124$, $p<0,001$), SMÖ toplam ($r=0,191$, $p<0,01$) puanları ve sosyal medya

kullanım süreleri ($r=0,287$, $p<0,01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon olduğu bulundu.

Tablo 11: İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği

Model		Standartlanmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	p	95,0% GA	
		B	SH	Beta			AL	ÜL
1	(Sabit)	1,651	0,052		32,012	<0,001	1,550	1,753
	SMBÖ sanal tolerans	0,060	0,020	0,100	2,967	0,003	0,020	0,099
	SMBÖ sanal iletişim	0,097	0,019	0,169	5,027	<0,001	0,059	0,134
2	(Sabit)	1,328	0,052		25,644	<0,001	1,227	1,430
	SMBÖ sanal tolerans	0,071	0,018	0,119	3,947	<0,001	0,036	0,106
	SMBÖ sanal iletişim	0,028	0,018	0,049	1,592	0,112	-0,007	0,062
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,091	0,010	0,273	9,434	<0,001	0,072	0,110
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,083	0,010	0,239	8,292	<0,001	0,063	0,102
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,018	0,006	0,080	3,139	0,002	0,007	0,029
3	(Sabit)	1,280	0,060		21,421	<0,001	1,163	1,397
	SMBÖ sanal tolerans	0,072	0,018	0,121	4,005	<0,001	0,037	0,107
	SMBÖ sanal iletişim	0,011	0,018	0,019	0,592	0,554	-0,025	0,047
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,088	0,010	0,263	9,109	<0,001	0,069	0,107
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,079	0,010	0,229	7,883	<0,001	0,060	0,099
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,018	0,006	0,079	3,123	0,002	0,007	0,029
	F1 siber ortamda yerine geçme	-0,099	0,058	-0,080	-1,709	0,088	-0,214	0,015
	F2 sözlü sataşma	0,069	0,045	0,069	1,542	0,123	-0,019	0,157
	F3 sosyal dışlanma	0,089	0,037	0,094	2,409	0,016	0,017	0,162
	F4 siber ortamda ifşa	0,021	0,061	0,016	0,343	0,731	-0,099	0,141
	F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	-0,038	0,035	-0,042	-1,080	0,280	-0,106	0,031
	F6 anonim siber mağduriyet	0,034	0,036	0,039	0,957	0,339	-0,036	0,104

SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, AL=Alt Limit, ÜL=Üst Limit, Hiyerarşik Regresyon Analizi.

Model 1: $R^2=0,06$, $F=36,03$, $p<0,001$

Model 2: $R^2=0,25$, $F=80,51$, $p<0,001$

Model 3: $R^2=0,27$, $F=38,84$, $p<0,001$

Çok Değişkenli Doğrusal Regresyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ olumsuz benlik tükenme alt ölçek puanlarının %6'sının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=36,03$, $p<0,001$) SMBÖ alt ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 1 incelendiğinde İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p=0,003$, GA:0,020-0,099) ve SMBÖ sanal iletişim ($p<0,001$, GA:0,059-0,134) alt ölçek puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 1'e SELSA-S alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarının %25'inin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=80,51$, $p<0,001$) SMBÖ ve SELSA-S ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 2 incelendiğinde İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, GA:0,036-0,106), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, GA:0,072-0,110), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,063-0,102) ve SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,002$, GA:0,007-0,029) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 2'ye SMO alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarının %27'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=38,84$, $p<0,001$) SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 3 incelendiğinde İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, GA:0,037-0,107), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, GA:0,069-0,107), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,060-0,099), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,002$, GA:0,007-0,029) ve F3 sosyal dışlanma ($p=0,016$, GA:0,017-0,162) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Tablo 12: İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği

Model		Standartlanmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	p	95,0% GA	
		B	SH	Beta			AL	UL
1	(Sabit)	1,777	0,057		31,230	<0,001	1,666	1,889
	SMBÖ sanal tolerans	0,039	0,022	0,060	1,743	0,082	-0,005	0,082
	SMBÖ sanal iletişim	0,058	0,021	0,094	2,728	0,006	0,016	0,100
2	(Sabit)	1,512	0,060		25,195	<0,001	1,394	1,630
	SMBÖ sanal tolerans	0,047	0,021	0,073	2,273	0,023	0,006	0,088
	SMBÖ sanal iletişim	-0,001	0,020	-0,001	-0,035	0,972	-0,041	0,039
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,067	0,011	0,186	6,013	<0,001	0,045	0,089
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,084	0,012	0,224	7,253	<0,001	0,061	0,106
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,013	0,007	0,055	2,007	0,045	<0,001	0,026
3	(Sabit)	1,447	0,070		20,816	<0,001	1,311	1,583
	SMBÖ sanal tolerans	0,048	0,021	0,074	2,275	0,023	0,007	0,089
	SMBÖ sanal iletişim	-0,008	0,021	-0,012	-0,354	0,724	-0,049	0,034
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,065	0,011	0,179	5,756	<0,001	0,043	0,087
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,078	0,012	0,209	6,682	<0,001	0,055	0,101
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,014	0,007	0,057	2,083	0,037	0,001	0,027
	F1 siber ortamda yerine geçme	0,010	0,068	0,007	0,146	0,884	-0,123	0,143
	F2 sözlü sataşma	-0,059	0,052	-0,055	-1,141	0,254	-0,161	0,043
	F3 sosyal dışlanma	0,084	0,043	0,082	1,953	0,051	<0,001	0,169
	F4 siber ortamda ifşa	-0,003	0,071	-0,002	-0,038	0,970	-0,142	0,137
	F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	0,050	0,040	0,052	1,235	0,217	-0,029	0,129
	F6 anonim siber mağduriyet	-0,001	0,041	-0,001	-0,031	0,975	-0,082	0,080

SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, AL=Alt Limit, ÜL=Üst Limit, Hiyerarşik Regresyon Analizi.

Model 1: R²=0,02, F=11,22, p<0,001

Model 2: R²=0,14, F=39,58, p<0,001

Model 3: R²=0,15, F=18,97, p<0,001

Çok Değişkenli Doğrusal Regresyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ hayata bağlılıktan kopma alt ölçek puanlarının %2'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=11,22$, $p<0,001$) SMBÖ alt ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 1 incelendiğinde İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarını açıklamada sadece SMBÖ sanal iletişim ($p=0,006$, GA:0,016-0,100) alt ölçek puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 1'e SELSA-S alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarının %24'ünün istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=39,58$, $p<0,001$) SMBÖ ve SELSA-S ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 2 incelendiğinde İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p=0,023$, GA:0,006-0,088), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, GA:0,045-0,089), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,061-0,106) ve SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,045$, GA:0,000-0,026) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 2'ye SMÖ alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarının %15'inin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=18,97$, $p<0,001$) SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 3 incelendiğinde İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p=0,023$, GA:0,007-0,089), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, GA:0,043-0,087), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,055-0,101), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,037$, GA:0,001-0,027) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Tablo 13: İÖÖ öfke puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği

Model		Standartlanmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	p	95,0% GA	
		B	SH	Beta			AL	UL
1	(Sabit)	1,595	0,061		26,069	<0,001	1,475	1,715
	SMBÖ sanal tolerans	0,091	0,024	0,127	3,813	<0,001	0,044	0,137
	SMBÖ sanal iletişim	0,121	0,023	0,177	5,298	<0,001	0,076	0,166
2	(Sabit)	1,443	0,067		21,450	<0,001	1,311	1,575
	SMBÖ sanal tolerans	0,098	0,023	0,138	4,213	<0,001	0,052	0,144
	SMBÖ sanal iletişim	0,082	0,023	0,120	3,585	<0,001	0,037	0,127
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,048	0,013	0,119	3,805	<0,001	0,023	0,073
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,059	0,013	0,143	4,562	<0,001	0,034	0,084
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	-0,001	0,007	-0,003	-0,100	0,920	-0,015	0,014
3	(Sabit)	1,318	0,076		17,323	<0,001	1,168	1,467
	SMBÖ sanal tolerans	0,096	0,023	0,135	4,186	<0,001	0,051	0,141
	SMBÖ sanal iletişim	0,043	0,023	0,063	1,859	0,063	-0,002	0,089
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,039	0,012	0,098	3,197	0,001	0,015	0,064
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,056	0,013	0,134	4,335	<0,001	0,030	0,081
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	<0,001	0,007	-0,001	-0,038	0,970	-0,014	0,014
	F1 siber ortamda yerine geçme	-0,039	0,074	-0,026	-0,531	0,596	-0,185	0,106
	F2 sözlü sataşma	0,178	0,057	0,148	3,123	0,002	0,066	0,289
	F3 sosyal dışlanma	0,112	0,047	0,099	2,380	0,017	0,020	0,205
	F4 siber ortamda ifşa	-0,128	0,078	-0,084	-1,638	0,102	-0,281	0,025
	F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	-0,120	0,044	-0,113	-2,717	0,007	-0,207	-0,033
	F6 anonim siber mağduriyet	0,178	0,045	0,173	3,942	<0,001	0,089	0,267

SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, AL=Alt Limit, ÜL=Üst Limit, Hiyerarşik Regresyon Analizi.

Model 1: R²=0,07, F=46,28, p<0,001

Model 2: R²=0,12, F=32,33, p<0,001

Model 3: R²=0,17, F=21,70, p<0,001

Çok Değişkenli Doğrusal Regresyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ öfke alt ölçek puanlarının %7'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=46,28$, $p<0,001$) SMBÖ alt ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 1 incelendiğinde İÖÖ öfke puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, GA:0,044-0,137) ve SMBÖ sanal iletişim ($p<0,001$, GA:0,076-0,166) alt ölçek puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 1'e SELSA-S alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ öfke puanlarının %12'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=32,33$, $p<0,001$) SMBÖ ve SELSA-S ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 2 incelendiğinde İÖÖ öfke puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, GA:0,052-0,144), SMBÖ sanal iletişim ($p<0,001$, GA:0,037-0,127), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, GA:0,023-0,073) ve SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,034-0,084) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 2'ye SMÖ alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ öfke puanlarının %17'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=21,70$, $p<0,001$) SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 3 incelendiğinde İÖÖ öfke puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, GA:0,051-0,141), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p=0,001$, GA:0,015-0,064), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, GA:0,030-0,081), F2 sözlü sataşma ($p=0,002$, GA:0,066-0,289), F3 sosyal dışlanma ($p=0,017$, GA:0,020-0,205), F5 cinsel içerikli siber mağduriyet ($p=0,007$, GA:-0,207 - -0,033) ve F6 anonim siber mağduriyet ($p<0,001$, GA:0,089-0,267) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Tablo 14: İÖÖ toplam puanlarını açıklamada SMBÖ, SELSA-S ve SMÖ puanlarının etkinliği

Model		Standartlanmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	p	95,0% GA	
		B	SH	Beta			AL	ÜL
1	(Sabit)	1,666	0,043		38,852	<0,001	1,582	1,750
	SMBÖ sanal tolerans	0,062	0,017	0,123	3,694	<0,001	0,029	0,094
	SMBÖ sanal iletişim	0,094	0,016	0,196	5,880	<0,001	0,063	0,126
2	(Sabit)	1,393	0,042		32,832	<0,001	1,310	1,477
	SMBÖ sanal tolerans	0,071	0,015	0,143	4,864	<0,001	0,043	0,100
	SMBÖ sanal iletişim	0,034	0,014	0,071	2,368	0,018	0,006	0,062
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,077	0,008	0,272	9,652	<0,001	0,061	0,092
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,077	0,008	0,266	9,466	<0,001	0,061	0,093
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,013	0,005	0,068	2,749	0,006	0,004	0,022
3	(Sabit)	1,324	0,049		27,272	<0,001	1,229	1,420
	SMBÖ sanal tolerans	0,072	0,015	0,143	4,907	<0,001	0,043	0,100
	SMBÖ sanal iletişim	0,014	0,015	0,030	0,977	0,329	-0,015	0,044
	SELSA-S sosyal yalnızlık	0,072	0,008	0,257	9,196	<0,001	0,057	0,088
	SELSA-S duygusal yalnızlık aile	0,074	0,008	0,253	8,981	<0,001	0,057	0,090
	SELSA-S duygusal yalnızlık romantik	0,013	0,005	0,069	2,810	0,005	0,004	0,022
	F1 siber ortamda yerine geçme	-0,062	0,047	-0,059	-1,307	0,192	-0,155	0,031
	F2 sözlü sataşma	0,064	0,036	0,077	1,774	0,076	-0,007	0,136
	F3 sosyal dışlanma	0,093	0,030	0,117	3,100	0,002	0,034	0,153
	F4 siber ortamda ifşa	-0,017	0,050	-0,016	-0,351	0,726	-0,115	0,080
	F5 cinsel içerikli siber mağduriyet	-0,036	0,028	-0,048	-1,287	0,198	-0,092	0,019
	F6 anonim siber mağduriyet	0,058	0,029	0,081	2,024	0,043	0,002	0,115

SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, AL=Alt Limit, ÜL=Üst Limit, Hiyerarşik Regresyon Analizi.

Model 1: R²=0,08, F=51,49, p<0,001

Model 2: R²=0,29, F=97,86, p<0,001

Model 3: R²=0,32, F=49,33, p<0,001

Çok Değişkenli Doğrusal Regresyon Analizine göre katılımcıların İÖÖ toplam puanlarının %8'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=51,49$, $p<0,001$) SMBÖ alt ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 1 incelendiğinde İÖÖ toplam puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, $GA:0,029-0,094$) ve SMBÖ sanal iletişim ($p<0,001$, $GA:0,063-0,126$) alt ölçek puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 1'e SELSA-S alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ toplam puanlarının %29'unun istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=97,86$, $p<0,001$) SMBÖ ve SELSA-S ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 2 incelendiğinde İÖÖ toplam puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, $GA:0,043-0,100$), SMBÖ sanal iletişim ($p=0,018$, $GA:0,006-0,062$), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, $GA:0,061-0,092$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, $GA:0,061-0,093$) ve SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,006$, $GA:0,004-0,022$) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

Model 2'ye SMÖ alt ölçek puanlarının eklenmesiyle İÖÖ toplam puanlarının %32'sinin istatistiksel açıdan anlamlı seviyede ($F=49,33$, $p<0,001$) SMBÖ, SELSA-S ve SMO ölçek puanları tarafından açıklandığı bulundu. Model 3 incelendiğinde İÖÖ toplam puanlarını açıklamada SMBÖ sanal tolerans ($p<0,001$, $GA:0,043-0,100$), SELSA-S sosyal yalnızlık ($p<0,001$, $GA:0,057-0,088$), SELSA-S duygusal yalnızlık aile ($p<0,001$, $GA:0,057-0,090$), SELSA-S duygusal yalnızlık romantik ($p=0,005$, $GA:0,004-0,022$), F3 sosyal dışlanma ($p=0,02$, $GA:0,034-0,153$) ve F6 anonim siber mağduriyet ($p=0,043$, $GA:0,002-0,115$) puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı seviyede etkili olduğu bulundu.

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi, siber mağduriyet ve intihar olasılığı ilişkisinin çok yönlü olarak incelenmesi amaçlanmaktadır.

Katılımcıların büyük çoğunluğunun (%69,4) kadınlardan oluşması, bulguların cinsiyet temelli değerlendirilmesinde kadınların ağırlıklı bir örneklem oluşturduğuna göstermektedir. Katılımcıların yaş ortalaması $20,6 \pm 1,9$ olup, araştırma genç yetişkin bireylerin sosyal medya kullanımıyla ilişkili psikososyal değişkenlerini incelemeye odaklanmaktadır.

Katılımcıların %98,7'sinin sosyal medya kullanıcısı olması, dijital platformların üniversite öğrencilerinin yaşamında ne denli yaygın olduğunu göstermektedir. Nitekim genç erişkinlerin sosyal medya platformlarını yalnızca bir iletişim aracı olarak değil, aynı zamanda gündelik yaşamın önemli bir parçası ve boş zaman değerlendirme pratiği olarak kullandıkları, çeşitli araştırmalarla ortaya konmuştur(22,116).

Çalışmamızda sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarından olan sanal tolerans ve sanal iletişim puanlarının, cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Erkek katılımcıların sanal iletişim puanlarının kadınlara göre daha yüksek olması, onların sosyal medya aracılığıyla daha fazla dijital etkileşim kurma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Buna karşılık, kadınların sanal tolerans puanlarının erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olması, sosyal medya kullanımını sınırlandırmakta daha fazla zorlandıklarını ve aynı doyumu sağlamak için zamanla daha fazla kullanım ihtiyacı duyduklarını düşündürmektedir. Literatürde, özellikle kadın bireylerin sosyal medya bağımlılığı açısından daha yüksek risk taşıdığına işaret eden çok sayıda çalışma bulunmaktadır(32,117). Çalışmamızda ise sosyal medya bağımlılığı toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı fark göstermemesi ise toplumsal cinsiyet kalıplarının zamanla bulanıklaştığını ve özellikle bu geçişin genç erişkinlik döneminde daha belirgin hale geldiğini düşündürmektedir.

Çalışmamızda yaş ve intihar girişimi gibi değişkenlerle SMBÖ-YF toplam puanları arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Araştırmanın genç yetişkin örnekleminden oluşması ve yaş dağılımının dar bir aralıkta yoğunlaşması, yaş

değişkeninin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı biçimde ortaya çıkmasını sınırlamış olabilir.

Çalışmamızda, erkek katılımcıların intihar olasılığı toplam puanlarının kadın katılımcılara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, erkek bireylerin stres karşısında daha yıkıcı baş etme stratejileri kullanma eğiliminde olduklarına işaret edebilir. Literatürde de benzer şekilde, erkeklerin intihar girişimlerinin daha az sıklıkta olmasına rağmen daha ölümcül yöntemlerle gerçekleştirildiği ve tamamlanma oranlarının daha yüksek olduğu bildirilmektedir (118).

Daha önce intihar girişiminde bulunmuş bireylerin intihar olasılığı puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olması, intihar davranışının döngüsel ve tekrarlayıcı doğasını ortaya koymaktadır. Bu bulgu, önceki girişimlerin gelecekteki intihar riskini öngörmede güçlü bir gösterge olduğunu vurgulayan literatürle de örtüşmektedir (119,120).

Çalışmamızda erkek katılımcıların, kadınlara kıyasla SELSA-S sosyal yalnızlık, duygusal yalnızlık – aile alt boyutları ve SELSA-S toplam puanlarında anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Literatürde cinsiyet ve yalnızlık algısı ile ilişkili tutarsız sonuçlar bulunmaktadır. Bizim çalışmamızda olduğu gibi erkeklerin yalnızlık puanlarının yüksek olduğu çalışmalarda hem erkek hem de kız ergenlerin çocukluk dönemine kıyasla aileleriyle daha az vakit geçirdiği; ancak erkeklerin aile zamanı açısından daha keskin bir düşüş yaşadığı, kızların ise bu zamanı arkadaşlarıyla geçirme eğiliminde olduğu varsayımı üzerinde durulmuştur (121,122).

Araştırmamızda, daha önce intihar girişiminde bulunduğunu belirten bireylerin yalnızlık düzeyleri anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur. Bu bireylerin özellikle sosyal yalnızlık, duygusal yalnızlık – aile ve toplam SELSA-S puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Bu bulgular, yalnızlığın psikolojik kırılganlıkla ilişkili olduğunu ve intihar davranışlarına zemin hazırlayabilecek bir risk faktörü olarak işlev gördüğünü desteklemektedir. Literatürde yalnızlık, bireyin algıladığı sosyal destek yetersizliğiyle bağlantılı olarak psikolojik dayanıklılığı zayıflatan ve intihar düşüncelerini tetikleyen önemli bir değişken olarak tanımlanmaktadır. Özellikle sosyal bağların zayıflığı, duygusal olarak güven duyulan ilişkilerin eksikliği ve aile içi yalıtılmışlık, daha önce intihar girişiminde bulunan bireylerde daha sık görülmektedir (123,124).

Çalışmamızda cinsiyet değişkenine göre siber mağduriyet düzeylerinde anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Erkek katılımcıların, kadınlara kıyasla siber ortamda yerine geçme, sözlü sataşma, sosyal dışlanma ve siber ortamda boyutlarında anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Ancak bu bulgu, literatürdeki siber mağduriyetin cinsiyetler arasında genellikle benzer düzeyde seyrettiğini bildiren meta-analitik bulgularla tam olarak örtüşmemektedir(125). Bunun sebebi çalışmanın örneklem grubunun üniversite öğrencilerinden oluşması ve erkek katılımcıların dijital ortamlarda daha aktif, daha rekabetçi veya daha görünür olma eğilimleri, maruz kalma riskini artırmış olması olabilir.

Çalışmamızda daha önce intihar girişiminde bulunduğunu bildiren bireylerin siber mağduriyet puanları, girişimi olmayanlara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksektir. Sözlü sataşma ve sosyal dışlanma alt boyutlarında, intihar girişimi öyküsü olan bireylerin yalnızca medyan puanlarının değil, dağılım genişliğinin de (Q3) daha yüksek olması, bu gruptaki bireylerin çevrim içi mağduriyet düzeylerinin hem daha sık hem de daha yoğun yaşandığını düşündürmektedir. Bu durum, psikososyal duyarlılığı yüksek bireylerin çevrim içi ortamda da daha fazla hedef haline gelme olasılığını gündeme getirmektedir. Literatürde de, siber mağduriyetin depresyon ve intihar düşünceleriyle anlamlı düzeyde ilişkili olduğu birçok çalışmada ortaya konmuştur(126,127).

Araştırma kapsamında katılımcılardan en çok kullandıkları sosyal medya platformunu belirtmeleri istenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların %66,5'i Instagram'ı, %17,9'u YouTube'u, %10,3'ü Twitter'ı ve yalnızca %0,8'i Facebook'u en çok kullandığı platform olarak belirtmiştir. Instagram'ın açık ara en çok tercih edilen platform olması, genç yetişkinlerin kısa süreli, hızlı ve görselliği ön planda tutan içeriklerle etkileşime geçme eğilimlerinin bir yansıması olarak değerlendirilebilir. Nitekim önceki araştırmalar da Instagram kullanımının, özellikle genç yetişkinlerde sosyal karşılaştırma, beden imgesi algısı ve psikolojik iyi oluş üzerinde çeşitli etkiler yarattığını göstermektedir (128,129).

Çalışmamızda Instagram kullanan bireylerin, kullanmayanlara kıyasla sosyal medya bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde daha yüksek, ancak yalnızlık ve intihar olasılığı düzeyleri daha düşük bulunmuştur. Bu durum, Instagram'ın bireylerin sosyal etkileşim ihtiyaçlarını dijital yollarla karşıladığını, bu nedenle yalnızlık algısını

azalttığını ve psikolojik dayanıklılığa katkıda bulunabileceğini düşündürmektedir. Öte yandan, aynı bireylerde sosyal medya bağımlılığı puanlarının yüksek olması, dijital etkileşimin duygusal ödüllendirici yapısına bağlı olarak gelişen bir kontrol kaybını da yansıtmaktadır. Literatürde, sosyal medya platformlarının hem koruyucu hem de risk faktörü olabileceği, bu etkinin bireyin kullanım biçimine ve psikososyal ihtiyaçlarına göre değişebileceği belirtilmektedir (130,131).

Araştırmamızda Facebook kullanıcılarının sosyal medya bağımlılığı puanları, kullanmayan bireylere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, Facebook'un etkileşim temelli yapısı nedeniyle bireylerde dijital bağlılık geliştirme eğilimini desteklediğini göstermektedir. Literatürde de bu platformun, özellikle geri bildirim (beğeni, yorum) döngülerine dayalı ödül sisteminin bağımlılık riskini artırabileceği vurgulanmaktadır (132).

Facebook kullanan bireylerin yalnızlık düzeylerinin de daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal yalnızlık ve aile ile duygusal yalnızlık puanları, kullanıcı olmayanlara kıyasla anlamlı düzeyde yüksektir. Bu bulgu, Facebook'un görünürde sosyal bağlar kurmayı kolaylaştırır da gerçek sosyal ihtiyaçları yeterince karşılamadığına işaret edebilir. Nitekim Burke ve arkadaşları (2010), Facebook'un pasif kullanım biçimlerinin yalnızlık hissini artırabileceğini, aktif sosyal etkileşimin ise bu riski azaltabileceğini belirtmiştir(130).

Siber mağduriyet açısından da Facebook kullanıcıları, daha yüksek puanlara sahiptir. Bu sonuç, Facebook'un geniş sosyal ağlara açık yapısının bireyleri daha görünür ve dolayısıyla daha savunmasız hale getirdiğini düşündürmektedir. Bu platformda kişisel bilgilerin daha fazla paylaşılması, kullanıcıları siber saldırılara daha açık kılabilir (133,134). Buna karşın, Facebook kullanımı ile intihar olasılığı arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu durum, platformun doğrudan intihar riskiyle ilişkili olmayabileceğini, ancak yalnızlık ve siber mağduriyet gibi dolaylı psikososyal stresörleri artırarak risk profiline katkı sunabileceğini düşündürmektedir.

Çalışmamızda, Twitter kullanıcılarının sosyal medya bağımlılığı puanları, kullanmayan bireylere kıyasla anlamlı biçimde daha yüksektir. Bu bulgu, Twitter'ın sürekli içerik güncelleme, etkileşimli yorum döngüleri ve haber akışı yoğunluğu gibi özelliklerinin kullanıcıda bağımlılık geliştirme riskini artırabileceğini göstermektedir.

Literatürde de benzer şekilde, sosyal medya platformlarının bilgiye erişim, haberleşme ve kimlik sunumu gibi yönlerinin bağımlılığı tetikleyebileceği vurgulanmaktadır(135).

Yalnızlık puanları Twitter kullanıcılarında anlamlı biçimde daha düşüktür. Görünen o ki, Twitter her ne kadar bilgi ağırlıklı bir platform olsa da, bireylerin sosyal etkileşim ve gündeme dahil olma yoluyla yalnızlık hissini azaltabildiği düşünülmektedir. Etkileşimli içeriklerin bireyde "ait olma" duygusunu güçlendirmesi, yalnızlık düzeylerini düşürebilir (130).

İntihar olasılığı açısından bakıldığında, Twitter kullanımı ile İÖÖ toplam puanları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ancak alt boyutlar incelendiğinde, “öfke” puanı Twitter kullanıcılarında daha yüksek çıkmıştır, bu da platformda karşılaşılan gerilimli tartışma ortamlarının bireylerde duygusal tepkiselliği artırabileceğini düşündürmektedir. Literatürde de Twitter kullanımının bireylerde iyi oluş düzeylerinde azalma ve öfke, kutuplaşma gibi duygusal durumlarda artışa neden olduğunu belirten çalışmalar mevcuttur (136,137).

Araştırmamızda YouTube kullanan bireylerin, kullanmayanlara kıyasla sosyal yalnızlık, aileyle duygusal yalnızlık ve SELSA-S toplam yalnızlık puanları anlamlı düzeyde daha düşüktür. Bu bulgu, YouTube'un bazı kullanıcılar için pasif içerik tüketimi yoluyla bir tür sosyal telafi aracı olarak işlev gördüğünü düşündürmektedir (138). Bununla birlikte, sosyal medya bağımlılığı düzeyleri açısından, YouTube kullanıcılarının “sanal tolerans” alt boyutu puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum, bireylerin YouTube kullanımında zaman yönetimi güçlükleri, ekran karşısında geçirilen sürenin artması ve içerik tüketiminde kontrol kaybı gibi davranışsal bağımlılık özellikleri geliştirdiğini düşündürebilir. Sürekli önerilen video zincirleri, algoritmik akış ve "otomatik oynatma" gibi işlevlerin, bireyin içerik tüketimini sınırlandırmakta zorlanmasına neden olduğu daha önceki çalışmalarla da gösterilmiştir (139).

YouTube kullanımı ile intihar olasılığı ve siber mağduriyet değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştı. Bu bulgu, YouTube'un diğer sosyal medya platformlarından farklı olarak daha pasif bir kullanım biçimine dayanmasıyla açıklanabilir. Kullanıcıların büyük çoğunluğu içerik üreticisi değil, yalnızca izleyici konumundadır dolayısıyla doğrudan sosyal etkileşime maruz

kalmadıkları için hem siber mağduriyet hem de intihar riskiyle ilişkili duygusal yüklenmelere daha az açık olabilirler.

Araştırma kapsamında yapılan korelasyon analizi, sosyal medya kullanım süresi ile çeşitli psikososyal değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. En dikkat çekici bulgulardan biri, sosyal medya kullanım süresi ile sosyal medya bağımlılığı toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Özellikle “sanal iletişim” ve “sanal tolerans” alt boyutları da bu ilişkiyi desteklemektedir. Bu durum, sosyal medyada geçirilen sürenin yalnızca teknik bir kullanım süresi değil, aynı zamanda duygusal ve davranışsal bağıllık düzeyini de yansıttığını göstermektedir. Süre uzadıkça bireylerin bağımlılık puanlarında da artış gözlenmektedir. Bu bulgu, sosyal medya bağımlılığı literatüründe sıkça vurgulanan zaman yönetimi kaybı ve kompulsif kullanım gibi olgularla örtüşmektedir (25,140).

SMBÖ Sanal tolerans, sanal iletişim alt boyutları ve toplam puanları ile siber mağduriyet alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif korelasyonlar tespit edilmiştir. Literatür ışığında; bu veriler, sosyal medya bağımlılığı düzeyi yüksek bireylerin, sosyal medya bağımlılığı düzeyi arttıkça, bireylerin dijital ortamlarda grup dışına itilme ya da yok sayılma gibi mağduriyet deneyimlerini daha sık yaşadıklarını düşündürmektedir (141,142).

Çalışmamızda yalnızlık düzeyleri ile sosyal medya bağımlılığı ve siber mağduriyet arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişkiler saptanmıştır. Duygusal yalnızlık genel puanı, SMBÖ toplam ve tüm alt boyutları ile anlamlı pozitif korelasyon gösterirken; SELSA-S sosyal yalnızlık alt ölçek puanları ise SMBÖ sanal iletişim, SMBÖ toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı seviyede pozitif korelasyon saptandı. Literatürde de sosyal medya kullanmanın yalnızlık hissini artırdığı ve yalnızlık hissini de sosyal medya kullanımını besleyen döngüselligi çalışmalarda sıkça vurgulanmıştır (143–145).

Çalışmamızda bütün SELSA-S alt ölçekleri ve toplam SELSA-S puanları ile siber mağduriyet türlerinin hepsi ve toplam SMO puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif korelasyonlar gözlenmiştir. Bu, yalnızlık düzeyi yüksek bireylerin, siber ortamda daha fazla mağduriyet yaşadığını veya yaşama olasılıklarının arttığını göstermektedir (146,147).

Çalışmamızda İÖÖ; olumsuz benlik tükenme, hayata bağlılıktan kopma, öfke alt ölçekleri ve toplam puanları, siber mağduriyetin tüm türleriyle anlamlı ilişkileri olduğu saptanmıştır. Literatürde de siber mağduriyet ve intihar düşüncesi ilişkisini gösteren birçok çalışma mevcuttur (148,149).

İÖÖ tüm alt ölçekleri ve toplam puanları, SELSA-S duygusal yalnızlık, sosyal yalnızlık ve toplam puanlarıyla pozitif korelasyon saptanan çalışmamız, literatürdeki sosyal destek eksikliğinin ve ilişki kopukluklarının intihara yönelik davranışlarda risk artışı vurgulayan araştırmaları desteklemektedir (150,151).

Çalışmamız İÖÖ alt ölçekleri ve toplam puanları ile SMBÖ sanal iletişim, sanal tolerans alt boyutları ve toplam puanları arasında pozitif ilişki saptamıştır. Bu bulgu bireylerin dijital platformlarda geçirdikleri sürenin artmasıyla birlikte psikolojik kırılganlıklarının da arttığını göstermektedir. Özellikle sosyal etkileşim ihtiyacını sanal ortamda karşılamaya çalışan bireyler, gerçek sosyal destekten uzaklaştıkça yalnızlık ve değersizlik duygularını daha yoğun yaşayabilir; bu da intihar eğilimlerini tetikleyebilir. Sanal toleransın artması, bireyin gerçek yaşamdan kopuşunu ve dijital bağımlılığını pekiştirirken, duygusal doyumsuzluk ve tükenmişlik hissiyle birlikte hayata bağlılığın azalmasına ve olumsuz benlik algısının derinleşmesine neden olabilir. Bu bulgular, Twenge ve arkadaşları ile O'Reilly ve arkadaşlarının yaptıkları araştırmalarla örtüşmekte; sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık, depresyon ve intihar düşünceleri arasındaki güçlü ilişkiyi desteklemektedir (152,153).

İÖÖ olumsuz benlik tükenme puanlarının %6'sı sosyal medya bağımlılığı ile açıklanabilmiştir. Bu modele yalnızlık değişkenlerinin eklenmesiyle açıklama gücü %25'e yükselmiştir, bu da yalnızlık algısının benlik tükenmesini açıklamada güçlü bir rol oynadığını gösterir. Son olarak SMO (Siber Mağduriyet) alt ölçekleri eklendiğinde açıklama gücü %27'ye ulaşmıştır, bu artış daha mütevazı olsa da anlamlıdır. Bu analiz, benlik tükenmesi duygusunun hem çevrim içi davranış biçimleri (bağımlılık), hem sosyal yalıtılmışlık (yalnızlık), hem de dijital şiddet deneyimleri (siber mağduriyet) ile anlamlı düzeyde ilişkilendiğini ortaya koymaktadır. Özellikle sosyal destekten yoksun bireylerin, dijital ortama bağımlı hale geldiklerinde daha yüksek benlik tükenmesi ve psikolojik çöküntü yaşadıkları sonucuna ulaşılmaktadır. Bu bulgular olumsuz benlik algısı, yalnızlık ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisini araştıran çalışmalar ile örtüşmektedir (154).

Çalışmamızda elde edilen çok değişkenli doğrusal regresyon analizi sonuçları, bireylerin İÖÖ hayata bağlılıktan kopma puanlarının anlamlı bir bölümünün çeşitli psikososyal değişkenlerce açıklandığını göstermektedir. İlk modelde yalnızca Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) sanal iletişim alt boyutu anlamlı bir yordayıcı olarak öne çıkmış ve modelin açıklayıcılığı %2 düzeyinde kalmıştır. İkinci modelde yalnızlık düzeylerinin dahil edilmesiyle açıklanan varyans %24'e yükselmiştir; bu artış, yalnızlık hissinin hayata bağlılıktan kopma üzerinde daha belirleyici bir etken olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle sosyal yalnızlık ile duygusal yalnızlık (aile ve romantik bağlamlarda) boyutlarının anlamlı etkileri, Weiss'in yalnızlık kuramına da paralel biçimde, bireyin ilişkisel destek sistemlerinden yoksun kalmasının psikolojik kırılganlıkları artırdığını göstermektedir (6). Üçüncü modelde Sosyal Mağduriyet Ölçeği (SMO) alt boyutları eklense de açıklayıcılık %15'e gerilemiş, ancak önceki anlamlı değişkenler etkilerini sürdürmüştür. Bu durum, yalnızlık algısının intihara eğilim gibi ciddi psikolojik sonuçlar üzerinde daha baskın bir rol oynadığını göstermektedir. Daha önceki intihar önleme çalışmalarında da sosyal desteğin öneminden sıkça bahsedilmiştir (155).

Bu çalışmada yürütülen çok değişkenli doğrusal regresyon analizleri sonucunda, bireylerin İntihar Olasılığı Ölçeği (İÖÖ) öfke alt boyutu puanlarının dijital alışkanlıklar, yalnızlık düzeyi ve siber mağduriyet deneyimleri ile istatistiksel olarak anlamlı şekilde ilişkili olduğu belirlenmiştir. İlk modelde, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutlarından sanal tolerans ve sanal iletişimin İÖÖ öfke puanlarının %7'sini açıkladığı görülmüştür. Bu bulgu, sosyal medyada geçirilen sürenin artışı ve dijital iletişim yoğunluğunun bireyde dışa vurumcu duyguların (örneğin öfke) tetikleyicisi olabileceğine işaret etmektedir. Yalnızlık boyutlarının eklendiği ikinci modelde açıklanan varyans %12'ye yükselmiş; sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık (aile bağlamında) öfke düzeyini artıran anlamlı prediktörler olarak saptanmıştır. Bu durum, yalnızlıkla bağlantılı olarak bireyin içsel gerginlik düzeyinin yükseldiğini ve öfke gibi dışa dönük tepkilere daha yatkın hale geldiğini ortaya koyan literatürü desteklemektedir (156). Üçüncü modelde ise Siber Mağduriyet Ölçeği (SMÖ) alt boyutlarının eklenmesiyle açıklanan varyans %17'ye yükselmiş ve bu dijital şiddete maruz kalmanın bireyde öfke düzeyini artırdığını ve psikolojik kırılganlıkları derinleştirdiğini göstermektedir. Siber mağduriyetin, öfke, çaresizlik ve

intikam arzusunu tetikleyen güçlü bir stres kaynağı oluşu güncel çalışmalarda vurgulanmıştır (157).

Son olarak İÖÖ toplam puanına gelirsek; ilk modelde, yalnızca Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ) alt boyutlarının modele dahil edilmesiyle açıklanan varyans %8 düzeyindeyken, sanal tolerans ve sanal iletişim alt boyutlarının anlamlı yordayıcılar olduğu görülmüştür. İkinci modelde, yalnızlık algısının eklendiği SELSA-S alt boyutlarının dahil edilmesiyle açıklanan varyans %29'a yükselmiş ve yalnızlık algısı (sosyal, duygusal – aile ve romantik) güçlü yordayıcılar olarak öne çıkmıştır. Bu durum, yalnızlık ile intihara yatkınlık arasında güçlü bir ilişki olduğunu vurgulayan mevcut literatürle örtüşmektedir (123,124). Üçüncü modelde Siber Mağduriyet Ölçeği (SMÖ) alt boyutlarının dahil edilmesiyle açıklanan varyans %32'ye ulaşmış ve özellikle sosyal dışlanma ile anonim siber mağduriyet alt boyutlarının anlamlı etkileri olduğu gözlenmiştir. Sonuç olarak, dijital yaşamda geçirilen zamanın niteliği kadar, bireyin sosyal destek düzeyleri ve dijital travmalara maruz kalma sıklığı da intihar olasılığı üzerinde belirleyici rol oynamaktadır. Bu bulgular, ruh sağlığı politikalarının sosyal medya kullanımı, yalnızlıkla mücadele ve dijital zorbalığın önlenmesine yönelik çok katmanlı müdahaleler içermesi gerektiğini göstermektedir.

6. SONUÇ

Çalışmamızda, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencileri sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve intihar olasılığı açısından incelenmiştir. Elde edilen bulgular, sosyal medyanın bireylerin ruh sağlığını doğrudan etkileyebilecek güçte bir faktör olduğunu göstermiştir. Araştırmanın temel çıktılarından biri, sosyal medya bağımlılığı düzeyi ile yalnızlık ve siber mağduriyet arasında güçlü ve pozitif yönlü ilişkilerin varlığıdır. Özellikle “sanal tolerans” ve “sanal iletişim” gibi sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarının, hem yalnızlık düzeylerini hem de siber mağduriyet riskini artırdığı gözlemlenmiştir. Bu durum, sosyal medya platformlarının yalnızca sosyal etkileşim sağlamakla kalmayıp aynı zamanda bireylerin duygusal kırılganlıklarını da artırabildiğini ortaya koymaktadır. Araştırma verileri, sosyal medya bağımlılığı arttıkça siber ortamda sözlü sataşma, sosyal dışlanma ve yerine geçme gibi olumsuz deneyimlerin de sıklıkla yaşandığını göstermiştir.

Yalnızlık değişkeni, çalışmanın en belirleyici psikososyal etkenlerinden biri olarak öne çıkmıştır. Hem sosyal yalnızlık hem de duygusal yalnızlık (aile ve romantik düzeyde) puanları, intihar olasılığı ve siber mağduriyet ile anlamlı şekilde ilişkilidir. Özellikle daha önce intihar girişiminde bulunan bireylerin yalnızlık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olması, yalnızlığın psikolojik dayanıklılığı zayıflattığını ve intihar davranışları açısından temel bir risk faktörü olduğunu göstermektedir.

Cinsiyet değişkeni bağlamında, erkek öğrencilerin hem sosyal medya bağımlılığı alt boyutlarında hem de yalnızlık ve siber mağduriyet ölçeklerinde kadınlara göre daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır. Erkeklerin sosyal medya aracılığıyla daha fazla dijital etkileşim kurma eğiliminde oldukları, ancak bu süreçte daha fazla dışlanma, sözlü sataşma ve ifşa gibi mağduriyet deneyimlerine maruz kaldıkları gözlenmiştir. Bu sonuçlar, erkek bireylerin çevrimiçi ortamlarda daha görünür ve savunmasız hale geldiklerini düşündürmektedir.

Araştırmada sosyal medya platformlarına yönelik analizlerde, Instagram kullanıcılarının sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin yüksek, ancak yalnızlık ve intihar olasılığı puanlarının daha düşük olması dikkat çekicidir. Bu bulgu, Instagram’ın sosyal etkileşim ihtiyacını dijital olarak karşılama potansiyeline işaret ederken, aynı

zamanda bağımlılık geliştirme riskini de barındırdığını göstermektedir. Diğer yandan, Facebook kullanıcılarında hem sosyal medya bağımlılığı hem yalnızlık hem de siber mağduriyet puanlarının anlamlı şekilde yüksek olması, bu platformun dijital etkileşimden çok psikososyal risk faktörü taşıyan bir yapı kazandığını düşündürmektedir. Twitter kullanıcılarının ise daha düşük yalnızlık puanlarına sahip olmalarına rağmen, “öfke” gibi duygusal tepkilerde daha yüksek risk taşıdıkları görülmektedir. YouTube kullanıcılarının daha düşük yalnızlık puanlarına sahip olmaları ise pasif içerik tüketiminin bazı bireyler için bir tür sosyal telafi sağladığını düşündürmektedir.

Çok değişkenli doğrusal regresyon analizleri, sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve siber mağduriyetin, intihar olasılığı üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle yalnızlık değişkenlerinin, “olumsuz benlik tükenme” ve “hayata bağlılıktan kopma” gibi intiharın öncül psikolojik belirtilerini öngörmede güçlü bir etkene dönüştüğü saptanmıştır. Bununla birlikte, siber mağduriyetin de bireyin duygusal tepkiselliğini (örneğin öfke) artırarak psikolojik kırılganlıkları derinleştirdiği görülmüştür.

Sonuç olarak, bu çalışma üniversite gençliğinde sosyal medya kullanımının, yalnızlık algısı ve dijital ortamda karşılaşılan olumsuz deneyimlerle birlikte bireyin ruh sağlığı üzerinde belirleyici etkiler oluşturduğunu göstermektedir. Çağımızda sosyal iletişim yüz yüze olmaktan çok teknoloji aracılığıyla gerçekleştiği için bunun olumlu ve olumsuz yönlerinin gençler üzerindeki etkilerinin dikkatle ele alınması koruyucu ruh sağlığı hizmetleri açısından önemlidir. Sosyal medya, bireyler için hem bir bağ kurma aracı hem de psikolojik riskleri barındıran bir alan haline gelmiştir. Bu bulgular, sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve siber mağduriyetin intihar olasılığı üzerindeki etkilerini azaltmaya yönelik olarak üniversitelerde psikolojik danışmanlık, sosyal destek programları ve dijital farkındalık çalışmaları yürütülmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Özellikle sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, dijital şiddetle mücadele stratejilerinin geliştirilmesi ve yalnızlıkla baş etme becerilerinin kazandırılması, intihar riskinin azaltılmasında etkili olacaktır.

7. KISITLILIKLAR

Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve intihar olasılığı ilişkisini amaçladığımız çalışmamızda bazı kısıtlılıklar bulunmaktadır.

Çalışmamızdaki kısıtlılıklardan birisi çalışmamızın kesitsel olmasıdır. Takip çalışması olmadığı için nedensellik ile ilgili net veri sağlayamamaktadır.

Tek merkezli olması nedeniyle genellenebilir olmaması kısıtlılık sayılabilir.

Ruhsal bozukluk varlığı öğrencilerin beyanlarına göre değerlendirildi, hastalığı bulunup henüz tanı almamış kişiler atlanmış olabilir.

Kullanılan ölçeklerin hepsinin öz bildirim dayalı olması çalışmanın kısıtlılıklarından olup ölçek sorularının görece fazla olması sebebiyle katılımcıların ilerleyen sorularda ilgi kaybı yaşayabilmeleri kısıtlılıklar arasındadır.

8. KAYNAKÇA

1. Vural ZB, Bat M. Social media as a new communication environment: A research on Ege University Faculty of Communication. J Yasar Univ. 2010;20(5):3348–82.
2. Çam E, İşbulan O. A new addiction for teacher candidates: social networks. Tojet Turkish Online J Educ Technol. 2012;11(3).
3. Plutchik R. The circumplex as a general model of the structure of emotions and personality. In: Circumplex models of personality and emotions. Washington: American Psychological Association; 1997. p. 17–45.
4. Giffin K. Basic Readings in Interpersonal Communication: Theory and Application. Giffin K, Patton BR, editors. New York: Harper-Row; 1997.
5. Perlman D, Peplau LA. Loneliness Research: A Survey Of Empirical Findings. In: Peplau Letitia, Goldston Stephen E., editors. Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness. Los Angeles: US Government Printing Office; 1984. p. 13–46.
6. Weiss RS. Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation. Weiss RS, editor. Cambridge : MIT Press; 1973.
7. Conroy RW, Smith K. Family Loss and Hospital Suicide. Suicide Life-Threatening Behav. 1983 Sep 10;13(3):179–94.
8. Stravynski A, Boyer R. Loneliness in Relation to Suicide Ideation and Parasuicide: A Population-Wide Study. Suicide Life-Threatening Behav. 2001 Mar 7;31(1):32–40.
9. Bill Belsey. Cyberbullying: An Emerging Threat to the “Always On” Generation By Bill Belsey, President, Bullying.org Canada April 20 [Internet]. 1999 [cited 2025 Mar 12]. Available from: <https://billbelsey.com/?p=1827>
10. Hinduja S, Patchin JW. Social Influences on Cyberbullying Behaviors Among Middle and High School Students. J Youth Adolesc. 2013 May 8;42(5):711–22.
11. Cacioppo JT, Hawkley LC. Social Isolation and Health, with an Emphasis on Underlying Mechanisms. Perspect Biol Med. 2003 Jun;46(3):S39–52.
12. TÜİK - Veri Portalı [Internet]. [cited 2025 Mar 13]. Available from: <https://data.tuik.gov.tr/Search/Search?text=intihar>

13. Suicide [Internet]. [cited 2025 Mar 13]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
14. Büyükşener E. Türkiye’de Sosyal Ağların Yeri ve Sosyal Medyaya Bakış. In: 14 Türkiye’de İnternet Konferansı. istanbul; 2009. p. 39–45.
15. Kuss D, Griffiths M. Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *Int J Environ Res Public Health*. 2017 Mar 17;14(3):311.
16. Ayeni PT. Social Media Addiction: Symptoms And Way Forward. *Am J Interdiscip Innov Res*. 2019;1(4):19–42.
17. Lenhart A, Purcell K, Smith A, Zickuhr K. Social Media & Mobile Internet Use Among Teens and Young Adults. 2010 Jan.
18. Boyd DM, Ellison NB. Social network sites: Definition, history, and scholarship. *J Comput Commun*. 2007 Oct;13(1):210–30.
19. Mancinelli E, Bassi G, Salcuni S. Predisposing and Motivational Factors Related to Social Network Sites Use: Systematic Review. *JMIR Form Res*. 2019 Jun 9;3(2):e12248.
20. Gürsakal N. Sosyal Ağ Analizi. Bursa: Dora Yayıncılık; 2009.
21. Digital 2025: The essential guide to the global state of digital - We Are Social UK [Internet]. [cited 2025 Mar 25]. Available from: <https://wearesocial.com/uk/blog/2025/02/digital-2025-the-essential-guide-to-the-global-state-of-digital/>
22. Digital 2025: Turkey DataReportal Global Digital Insights [Internet]. [cited 2025 Mar 25]. Available from: <https://datareportal.com/reports/digital-2025-turkey>
23. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. American Psychiatric Association; 2013.
24. Grant JE, Potenza MN, Weinstein A, Gorelick DA. Introduction to Behavioral Addictions. *Am J Drug Alcohol Abuse*. 2010 Aug 1;36(5):233–41.
25. Andreassen C, Pallesen S. Social Network Site Addiction - An Overview. *Curr Pharm Des*. 2014 Jun;20(25):4053–61.
26. Albrecht U, Kirschner NE, Grüsser SM. Diagnostic instruments for behavioural addiction: an overview. *Psychosoc Med*. 2007 Oct 4;4:Doc11.
27. Griffiths M. Internet Addiction - Time to be Taken Seriously? *Addict Res*. 2000 Jan 11;8(5):413–8.

28. Starcevic V. Is Internet addiction a useful concept? *Aust New Zeal J Psychiatry*. 2013 Jan 4;47(1):16–9.
29. Andreassen CS, Pallesen S, Griffiths MD. The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addict Behav*. 2017 Jan;64:287–93.
30. Alimoradi Z, Lin CY, Imani V, Griffiths MD, Pakpour AH. Social media addiction and sexual dysfunction among Iranian women: The mediating role of intimacy and social support. *J Behav Addict*. 2019 May 23;8(2):318–25.
31. Turel O, Serenko A. The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *Eur J Inf Syst*. 2012 Sep 19;21(5):512–28.
32. Bányai F, Zsila Á, Király O, Maraz A, Elekes Z, Griffiths MD, et al. Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample. *PLoS One*. 2017 Jan 9;12(1):e0169839.
33. Dong G, Li H, Wang L, Potenza MN. Cognitive control and reward/loss processing in Internet gaming disorder: Results from a comparison with recreational Internet game-users. *Eur Psychiatry*. 2017 Jul 23;44:30–8.
34. Dalley JW, Roiser JP. Dopamine, serotonin and impulsivity. *Neuroscience*. 2012 Jul;215:42–58.
35. Noël X, Van Der Linden M, Bechara A. The Neurocognitive Mechanisms of Decision-making, Impulse Control, and Loss of Willpower to Resist Drugs. *Psychiatry (Edgmont)*. 2006 May;3(5):30–41.
36. O'Brien CP, Volkow N, Li TK. What's in a Word? Addiction Versus Dependence in DSM-V. *Am J Psychiatry*. 2006 May;163(5):764–5.
37. Redish AD, Jensen S, Johnson A. Addiction as vulnerabilities in the decision process. *Behav Brain Sci*. 2008 Aug 29;31(4):461–87.
38. Potenza MN. Non-substance addictive behaviors in the context of DSM-5. *Addict Behav*. 2014 Jan;39(1):1–2.
39. Tereshchenko SY. Neurobiological risk factors for problematic social media use as a specific form of Internet addiction: A narrative review. *World J Psychiatry*. 2023 May 19;13(5):160–73.

40. Lee YS, Han DH, Yang KC, Daniels MA, Na C, Kee BS, et al. Depression like characteristics of 5HTTLPR polymorphism and temperament in excessive internet users. *J Affect Disord*. 2008 Jul;109(1–2):165–9.
41. Lejoyeux M, Haberman N, Solomon J, Adès J. Comparison of buying behavior in depressed patients presenting with or without compulsive buying. *Compr Psychiatry*. 1999 Jan;40(1):51–6.
42. Xu H, Tan BCY. Why Do I Keep Checking Facebook: Effects Of Message Characteristics On The Formation Of Social Network Services Addiction Research-in-Progress. 2012;
43. Roisman GI, Masten AS, Coatsworth JD, Tellegen A. Salient and Emerging Developmental Tasks in the Transition to Adulthood. *Child Dev*. 2004 Jan 3;75(1):123–33.
44. Heffernan CJ. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory, Albert Bandura Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, 1986, xiii + 617 pp. Hardback. US\$39.50. *Behav Chang*. 1988 Mar 6;5(1):37–8.
45. Ji YG, Hwangbo H, Yi JS, Rau PLP, Fang X, Ling C. The Influence of Cultural Differences on the Use of Social Network Services and the Formation of Social Capital. *Int J Hum Comput Interact*. 2010 Nov;26(11–12):1100–21.
46. Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR, Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Comput Human Behav*. 2013 Jul;29(4):1841–8.
47. Al-Menayes J. The Fear of Missing out Scale: Validation of the Arabic Version and Correlation with Social Media Addiction. *Int J Appl Psychol*. 2016;
48. Perlman D, Peplau LA. Loneliness. In: Friedman HS, editor. *Encyclopedia of Mental Health*. San Diego, CA: Academic Press; 1998. p. 571–82.
49. Lichner V, Lichnerová K, Kovalčíková I. Assessment of the Loneliness of Slovak Adolescents: Adaptation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S) to Adolescents and Verification of Psychometric Attributes in the Slovak Version. *J Psychol Educ Res*. 2021;29(1):34–56.
50. DiTommaso E, Spinner B. Social and emotional loneliness: A re-examination of weiss' typology of loneliness. *Pers Individ Dif*. 1997 Mar;22(3):417–27.

51. Kahraman H. Klinik Bir Olgu Olarak Yalnızlık: Yalnızlık ve Psikolojik Bozukluklar. *Ayna Klin Psikol Derg.* 2018 Jun 25;5(2):1–24.
52. Aydoğan D, Kararırmak Ö. Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Yalnızlığın Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derg.* 2013;4(39):198–209.
53. Gürkan U, Karaman B, Minaz B. 4-24 Yaş Arası Öğrencilerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi. In: *Uluslararası Necatibey Eğitim ve Sosyal Bilimler Araştırmaları Kongresi (UNESAK).* 2018. p. 303–56.
54. Russell D, Cutrona CE, Rose J, Yurko K. Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *J Pers Soc Psychol.* 1984;46(6):1313–21.
55. Chou C, Hsiao MC. Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Comput Educ.* 2000 Aug;35(1):65–80.
56. Whang LSM, Lee S, Chang G. Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychol Behav.* 2003 Apr;6(2):143–50.
57. Nalwa K, Anand AP. Internet addiction in students: a cause of concern. *Cyberpsychol Behav.* 2003 Dec;6(6):653–6.
58. Mao J, Fu G xi, Huang J jun. The double-edged sword effects of active social media use on loneliness: The roles of interpersonal satisfaction and fear of missing out. *Front Psychol.* 2023 Feb 9;14.
59. Salimi A. Social-Emotional Loneliness and Life Satisfaction. *Procedia - Soc Behav Sci.* 2011;29:292–5.
60. Bračič M, Roškar S, Zager Kocjan G, Jeriček Klanšček H. The Prevalence and Predictors of Suicidal Ideation Among Slovene Adolescents. *Community Ment Health J.* 2019 Oct 29;55(7):1210–7.
61. Mata AD, van Dulmen MHM, Schinka KC, Swahn MH, Bossarte RM, Flannery DJ. Extracurricular activity involvement is associated with adolescent suicidality through school belongingness. *Vulnerable Child Youth Stud.* 2012 Dec 1;7(4):347–56.
62. Olweus D. Bullying at School. In 1994. p. 97–130.

63. Jeffrey LR. Bullying Bystanders. *Prev Res.* 2004;11(3):7–8.
64. Smith PK. Bullying in schools: thirty years of research. In: *Bullying in Different Contexts.* Cambridge University Press; 2011. p. 36–60.
65. Kowalski RM, Giumetti GW, Schroeder AN, Lattanner MR. Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychol Bull.* 2014 Jul;140(4):1073–137.
66. Patchin JW, Hinduja S. Bullies Move Beyond the Schoolyard. *Youth Violence Juv Justice.* 2006 Apr 1;4(2):148–69.
67. Li Q. A cross-cultural comparison of adolescents' experience related to cyberbullying. *Educ Res.* 2008 Sep 5;50(3):223–34.
68. Hoff DL, Mitchell SN. Cyberbullying: causes, effects, and remedies. *J Educ Adm.* 2009 Aug 14;47(5):652–65.
69. Milson AJ, Chu BW. Character Education for Cyberspace: Developing Good Netizens. *Soc Stud.* 2002 May;93(3):117–9.
70. Strom PS, Strom RD. Cyberbullying by Adolescents: A Preliminary Assessment. *Educ Forum.* 2006 Mar 31;70(1):21–36.
71. Kowalski RM, Limber SP. Electronic Bullying Among Middle School Students. *J Adolesc Heal.* 2007 Dec;41(6):S22–30.
72. Dehue F, Bolman C, Völlink T. Cyberbullying: Youngsters' Experiences and Parental Perception. *CyberPsychology Behav.* 2008 Apr;11(2):217–23.
73. Slonje R, Smith PK. Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scand J Psychol.* 2008 Apr 22;49(2):147–54.
74. Livingstone S, Haddon L, Görzig A, Ólafsson K. Risks and safety on the internet: The perspective of European children. Full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries. London; 2011.
75. Arıcak O, Tolga Kınay H, Tanrıkulu T. Siber Mağduriyet Ölçeği'nin İlk Psikometrik Bulguları. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Derg.* 2012;6(11):1–6.
76. Willard NE. *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress.* Research Press, editor. 2007.

77. Sticca F, Ruggieri S, Alsaker F, Perren S. Longitudinal Risk Factors for Cyberbullying in Adolescence. *J Community Appl Soc Psychol*. 2013 Jan 11;23(1):52–67.
78. Chang FC, Chiu CH, Miao NF, Chen PH, Lee CM, Huang TF, et al. Online gaming and risks predict cyberbullying perpetration and victimization in adolescents. *Int J Public Health*. 2015 Feb;60(2):257–66.
79. Klomek AB, Marrocco F, Kleinman M, Schonfeld IS, Gould MS. Peer Victimization, Depression, and Suicidality in Adolescents. *Suicide Life-Threatening Behav*. 2008 Apr;38(2):166–80.
80. Durkheim E. *Suicide: A Study in Sociology*. Routledge; 2005.
81. Karamustafalıoğlu PD. *Temel ve Klinik Psikiyatri*. Nobel Tıp Kitabevi; 2020.
82. Beck AT, Weissman A, Lester D, Trexler L. The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *J Consult Clin Psychol*. 1974;42(6):861–5.
83. Posner K, Oquendo MA, Gould M, Stanley B, Davies M. Columbia Classification Algorithm of Suicide Assessment (C-CASA): Classification of Suicidal Events in the FDA's Pediatric Suicidal Risk Analysis of Antidepressants. *Am J Psychiatry*. 2007 Jul;164(7):1035–43.
84. Hill RM, Castellanos D, Pettit JW. Suicide-related behaviors and anxiety in children and adolescents: A review. *Clin Psychol Rev*. 2011 Nov;31(7):1133–44.
85. Nock MK, Borges G, Bromet EJ, Cha CB, Kessler RC, Lee S. Suicide and Suicidal Behavior. *Epidemiol Rev*. 2008 May 14;30(1):133–54.
86. World Health Organization. *Suicide in the world: Global health estimates*. Geneva; 2019.
87. Türkiye İstatistik Kurumu. Türkiye İstatistik Kurumu, Accessed Date: 2025-03-10. 2022. Ölüm ve Ölüm Nedeni İstatistikleri, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri>.
88. World Health Organization. *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*, Erişim adresi: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>. Geneva; 2021.
89. Turecki G, Brent DA. Suicide and suicidal behaviour. *Lancet (London, England)*. 2016 Mar 19;387(10024):1227–39.

90. Arsenault-Lapierre G, Kim C, Turecki G. Psychiatric diagnoses in 3275 suicides: a meta-analysis. *BMC Psychiatry*. 2004 Nov 4;4(1):37.
91. Fazel S, Runeson B. Suicide. *N Engl J Med*. 2020 Jan 16;382(3):266–74.
92. Gunnell D, Lewis G. Studying suicide from the life course perspective: Implications for prevention. *Br J Psychiatry*. 2005 Sep 2;187(3):206–8.
93. Owens D, House A. General hospital services for deliberate self-harm: Haphazard clinical provision, little research, no central strategy. *J R Coll Physicians Lond*. 1994;28(4):370.
94. Mann JJ, Currier DM. Stress, genetics and epigenetic effects on the neurobiology of suicidal behavior and depression. *Eur Psychiatry*. 2010 Jun 16;25(5):268–71.
95. Serafini G, Muzio C, Piccinini G, Flouri E, Ferrigno G, Pompili M, et al. Life adversities and suicidal behavior in young individuals: a systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2015 Dec 25;24(12):1423–46.
96. Gini G, Card NA, Pozzoli T. A meta-analysis of the differential relations of traditional and cyber-victimization with internalizing problems. *Aggress Behav*. 2018 Mar 21;44(2):185–98.
97. Biddle L, Donovan J, Hawton K, Kapur N, Gunnell D. Suicide and the internet. *BMJ*. 2008 Apr 12;336(7648):800–2.
98. Recupero PR, Harms SE, Noble JM. Googling suicide: surfing for suicide information on the Internet. *J Clin Psychiatry*. 2008 Jun;69(6):878–88.
99. Luxton DD, June JD, Fairall JM. Social Media and Suicide: A Public Health Perspective. *Am J Public Health*. 2012 May;102(S2):S195–200.
100. Nesi J, Burke TA, Bettis AH, Kudinova AY, Thompson EC, MacPherson HA, et al. Social media use and self-injurious thoughts and behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev*. 2021 Jul;87:102038.
101. Brown RC, Fischer T, Goldwisch AD, Keller F, Young R, Plener PL. #cutting: Non-suicidal self-injury (NSSI) on Instagram. *Psychol Med*. 2018 Jan 14;48(2):337–46.
102. Sedgwick R, Epstein S, Dutta R, Ougrin D. Social media, internet use and suicide attempts in adolescents. *Curr Opin Psychiatry*. 2019 Nov;32(6):534–41.
103. Blai B. Health Consequences of Loneliness: A Review of the Literature. *J Am Coll Heal*. 1989 Jan 9;37(4):162–7.

- 104.Cacioppo S, Grippo AJ, London S, Goossens L, Cacioppo JT. Loneliness. *Perspect Psychol Sci*. 2015 Mar 11;10(2):238–49.
- 105.Yang K, Victor C. Age and loneliness in 25 European nations. *Ageing Soc*. 2011 Nov 9;31(8):1368–88.
- 106.Nock MK, Prinstein MJ. Contextual Features and Behavioral Functions of Self-Mutilation Among Adolescents. *J Abnorm Psychol*. 2005 Feb;114(1):140–6.
- 107.Dunkel-Schetter C, Lobel M. Stress in college students. In: Pruett H, Brown V, editors. *Crisis prevention and intervention on campus: New directions for student services*, No 49. Jossey-Bass; 1990. p. 17–34.
- 108.Chang EC, Wan L, Li P, Guo Y, He J, Gu Y, et al. Loneliness and Suicidal Risk in Young Adults: Does Believing in a Changeable Future Help Minimize Suicidal Risk Among the Lonely? *J Psychol*. 2017 Jul 4;151(5):453–63.
- 109.Şahin C, Yağcı M. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu: Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Derg*. 2017 Jan 1;18(1):523–38.
- 110.DiTommaso E, Spinner B. The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Pers Individ Dif*. 1993 Jan;14(1):127–34.
- 111.DiTommaso E, Brannen C, Best LA. Measurement and Validity Characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educ Psychol Meas*. 2004 Feb 1;64(1):99–119.
- 112.Akgül H. Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin (SELSA-S) Türk Kültürüne Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Yalova Üniversitesi Sos Bilim Derg*. 2020;10(21):54–69.
- 113.Bayar A, Kurt BS, Mutlu M, Öven Ç, Bayar Y. The Validity and the Reliability Study of A Cyber Victimization/Bullying Scale For University Students. *Res Educ Psychol*. 2023 Jun 30;7(1):149–63.
- 114.Cull JG, Gill WS. Suicide Probability Scale. *PsycTESTS Dataset*. 2011.
- 115.Atlı Z, Eskin M, Dereboy Ç. İntihar Olasılığı Ölçeğinin (İÖÖ) klinik örneklemde geçerlik ve güvenirliliği. *Klin Psikiyatr Derg*. 2009;12(3):111–24.
- 116.Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2022/04/07/social-media-use-in-2022/>. 2022. Social Media Use in 2022.

- 117.Kuss DJ, Griffiths MD. Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *Int J Environ Res Public Health*. 2011 Aug 29;8(9):3528–52.
- 118.Canetto SS, Sakinofsky I. The Gender Paradox in Suicide. *Suicide Life-Threatening Behav*. 1998 Mar 30;28(1):1–23.
- 119.Bostwick JM, Pabbati C, Geske JR, McKean AJ. Suicide Attempt as a Risk Factor for Completed Suicide: Even More Lethal Than We Knew. *Am J Psychiatry*. 2016 Nov 1;173(11):1094–100.
- 120.O'Connor RC, Nock MK. The psychology of suicidal behaviour. *The Lancet Psychiatry*. 2014 Jun;1(1):73–85.
- 121.Maes M, Qualter P, Vanhalst J, Van den Noortgate W, Goossens L. Gender Differences in Loneliness across the Lifespan: A Meta-Analysis. *Eur J Pers*. 2019 Nov 1;33(6):642–54.
- 122.Koenig LJ, Abrams RF. Adolescent Loneliness and Adjustment: A Focus on Gender Differences. In: *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge University Press; 1999. p. 296–322.
- 123.Heinrich LM, Gullone E. The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clin Psychol Rev*. 2006 Oct;26(6):695–718.
- 124.Van Orden KA, Witte TK, Cukrowicz KC, Braithwaite SR, Selby EA, Joiner TE. The interpersonal theory of suicide. *Psychol Rev*. 2010;117(2):575–600.
- 125.Lozano-Blasco R, Quilez-Robres A, Latorre-Cosculluela C. Sex, age and cyber-victimization: A meta-analysis. *Comput Human Behav*. 2023 Feb;139:107491.
- 126.Zhou J, Li X, Zhu D, Gong X. Cyber-victimization and Suicidal Ideation in Adolescents: A Longitudinal Moderated Mediation Model. *J Youth Adolesc*. 2023 Jan 17;52(1):122–33.
- 127.Benatov J, Brunstein Klomek A, Chen-Gal S. Bullying perpetration and victimization associations to suicide behavior: a longitudinal study. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2022 Sep 16;31(9):1353–60.
- 128.Washo AH. An interdisciplinary view of social engineering: A call to action for research. *Comput Hum Behav Reports*. 2021 Aug;4:100126.

129. Pedalino F, Camerini AL. Instagram Use and Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jan 29;19(3).
130. Burke M, Marlow C, Lento T. Social network activity and social well-being. In: *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. New York, NY, USA: ACM; 2010. p. 1909–12.
131. Piteo EM, Ward K. Review: Social networking sites and associations with depressive and anxiety symptoms in children and adolescents – a systematic review. *Child Adolesc Ment Health*. 2020 Nov 6;25(4):201–16.
132. Andreassen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S. Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychol Rep*. 2012 Apr 1;110(2):501–17.
133. Kwan GCE, Skoric MM. Facebook bullying: An extension of battles in school. *Comput Human Behav*. 2013 Jan;29(1):16–25.
134. Tynes BM, Mitchell KJ. Black Youth Beyond the Digital Divide. *J Black Psychol*. 2014 Jun 10;40(3):291–307.
135. Lin J, Lin S, Turel O, Xu F. The buffering effect of flow experience on the relationship between overload and social media users' discontinuance intentions. *Telemat Informatics*. 2020 Jun;49:101374.
136. Oldemburgo de Mello V, Cheung F, Inzlicht M. Twitter (X) use predicts substantial changes in well-being, polarization, sense of belonging, and outrage. *Commun Psychol*. 2024 Feb 24;2(1):15.
137. Andangsari E, Putri T, Ghaisani S, Ali M, Paramita G, Kemala A. Emotional Reactivity and Dysregulation and Problematic Internet Use on Twitter. In: *IEEE ICEIB 2024*. Basel Switzerland: MDPI; 2024. p. 7.
138. Niu S, Bartolome A, Mai C, Ha NB. #StayHome #WithMe: How Do YouTubers Help with COVID-19 Loneliness? In: *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. New York, NY, USA: ACM; 2021. p. 1–15.
139. Konkolý Thege B, Hodgins DC, Wild TC. Co-occurring substance-related and behavioral addiction problems: A person-centered, lay epidemiology approach. *J Behav Addict*. 2016 Nov 7;5(4):614–22.

- 140.Griffiths M. A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *J Subst Use*. 2005 Jan 12;10(4):191–7.
- 141.Marttila E, Koivula A, Räsänen P. Cybercrime Victimization and Problematic Social Media Use: Findings from a Nationally Representative Panel Study. *Am J Crim Justice*. 2021 Dec 25;46(6):862–81.
- 142.Demircan Ü, IŞIK M, Gürhan N. Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Siber Zorbalık. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilim Derg*. 2022 Jun 30;11(2):596–609.
- 143.Coyne SM, Rogers AA, Zurcher JD, Stockdale L, Booth M. Does time spent using social media impact mental health?: An eight year longitudinal study. *Comput Human Behav*. 2020 Mar;104:106160.
- 144.Song H, Zmyslinski-Seelig A, Kim J, Drent A, Victor A, Omori K, et al. Does Facebook make you lonely?: A meta analysis. *Comput Human Behav*. 2014 Jul;36:446–52.
- 145.Zhang L, Li C, Zhou T, Li Q, Gu C. Social Networking Site Use and Loneliness: A Meta-Analysis. *J Psychol*. 2022 Oct 3;156(7):492–511.
- 146.Heiman T, Olenik-Shemesh D. Cyber-Victimization Experience among Higher Education Students: Effects of Social Support, Loneliness, and Self-Efficacy. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 16;19(12):7395.
- 147.Bonsaksen T, Kleppang AL, Steigen AM. Cyberbullying Among Adolescents in Norway: Time Trends and Factors Associated with Perpetration and Victimization. *Behav Sci (Basel)*. 2024 Nov 5;14(11):1043.
- 148.Quintana-Orts C, Rey L, Neto F. Beyond Cyberbullying: Investigating When and How Cybervictimization Predicts Suicidal Ideation. *J Interpers Violence*. 2022 Jan 29;37(1–2):935–57.
- 149.Wang X, Wang S. The Bridge between Cybervictimization and Suicidal Ideation among Adolescents: A Vicious Cycle of Hopelessness. *J Youth Adolesc*. 2023 May 11;52(5):996–1009.
- 150.Torales J, Almirón-Santacruz J, Torres-Romero AD, O’Higgins M, Caycho-Rodríguez T, Ventriglio A, et al. Mental health in adolescents: a first study on the prevalence and associated factors of self-injurious thoughts, behaviours, and psychosocial challenges in Paraguay. *Int Rev Psychiatry*. 2025 Apr 15;1–12.

- 151.Liu S, English D, Xiao Y, Li Y, Niu L. Sexual and gender minority identity, peer victimization, and suicidality in adolescents: A mediation study using the ABCD Study. *J Child Psychol Psychiatry*. 2025 Mar 24;
- 152.Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML, Martin GN. Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time. *Clin Psychol Sci*. 2018 Jan 14;6(1):3–17.
- 153.O'Reilly M, Dogra N, Whiteman N, Hughes J, Eruyar S, Reilly P. Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clin Child Psychol Psychiatry*. 2018 Oct 20;23(4):601–13.
- 154.Pop LM, Iorga M, Iurcov R. Body-Esteem, Self-Esteem and Loneliness among Social Media Young Users. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Apr 21;19(9):5064.
- 155.Miller AB, Esposito-Smythers C, Leichtweis RN. Role of Social Support in Adolescent Suicidal Ideation and Suicide Attempts. *J Adolesc Heal*. 2015 Mar;56(3):286–92.
- 156.Karroumi S, Akbour K, Sebbar C, Manoudi F. The Use of Physical Restraints: Ethical Approach, Legislative Framework and Patient Experience. *SAS J Med*. 2024 May 25;10(05):450–2.
- 157.Bharatvaraj SG, Iyyanar S. Communication Technology and Gender Violence. *Mass Commun Soc*. 2025 Feb 24;1–2.

9. EKLER

Ek 1: Sosyodemografik Veri Formu

1. ADI-SOYADI:

2. YAŞ(Belirtiniz) :.....

3. CİNSİYET

1 () KADIN 2 () ERKEK

4. KARDEŞİNİZ VAR MI?

a) var b) yok

5. MEDENİ DURUM

1 () bekar 2 () evli 3 () boşanmış 4 () dul

6. ÇOCUK

1 () Yok 2 () var

7. AYLIK GELİR DÜZEYİ

1 () 8.506,00 TL'den az

2 () 8.506,00 TL-17 012 TL arası

3 () 17 012 TL'den fazla

8. Birlikte yaşadığı kişiler:

1 () Yalnız

2 () Eşi ve çocukları ile

3 () Aile-akraba

4 () Arkadaş ile (yurt-ev)

9) İlişki Durumunuz

() Var Var ise ne kadar süredir..... gün/ay/yıl () Yok

10.Sigara kullanımı:

1 () hiç kullanmamış 2 () bırakmış 3 () kullanıyor

11. Alkol kullanımı

1 () hiç kullanmamış 2 () bırakmış 3 () kullanıyor

12. Madde kullanımı

1 () var 2 () yok

13.Bilinen kronik hastalıkları

belirtiniz:.....
.....
.....

14.Kullanmakta olduğu psikiyatri ilaçları:

1() yok

2() varsa

belirtiniz:.....
.....
.....

15. Daha önce intihar girişimi

1 () yok 2 () var

16.Ailede Ruhsal Bozukluk

1 () yok

2 () var,

belirtiniz:.....
.....

17. Ailede intihar girişimi

1 () yok 2 () var

18.Herhangi bir sosyal medya platformunu kullanıyor musunuz?

1 () Evet 2 () Hayır

19. Hangi sosyal medya platformlarını kullanıyorsunuz?

() Facebook () Twitter () Instagram () Youtube () Diğeri:

Bir önceki soruda "Diğeri" seçeneğini işaretlediyseniz lütfen açıklayınız:.....

20. En çok hangi sosyal medya platformunu kullanıyorsunuz?

() Facebook () Twitter () Instagram () Youtube () Diğeri:

Bir önceki soruda "Diğeri" seçeneğini işaretlediyseniz lütfen açıklayınız:.....

21. Ortalama günlük sosyal medya kullanım süreniz nedir? Lütfen dakika veya saat olarak belirtiniz. (... dk, ... saat vb.).....

Ek 2: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği – Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)

SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ- YETİŞKİN FORMU (SMBÖ-YF)

AÇIKLAMA: Aşağıda internette ve sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine X işareti koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız. 1-Bana hiç uygun değil, 2-Bana uygun değil, 3-Kararsızım, 4-Bana uygun, 5-Bana çok uygun

1	Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum.	1	2	3	4	5
2	Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.	1	2	3	4	5
3	Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır.	1	2	3	4	5
4	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum.	1	2	3	4	5
5	Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem.	1	2	3	4	5
6	Sosyal medya yüzünden verimliliğimin azaldığını fark ediyorum.	1	2	3	4	5
7	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler.	1	2	3	4	5
8	Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum.	1	2	3	4	5
9	Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum.	1	2	3	4	5
10	Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur.	1	2	3	4	5
11	Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum.	1	2	3	4	5
12	Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum.	1	2	3	4	5
13	Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
14	Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum.	1	2	3	4	5
15	Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur.	1	2	3	4	5
16	İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum.	1	2	3	4	5
17	Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.	1	2	3	4	5
18	Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.	1	2	3	4	5
19	Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım.	1	2	3	4	5
20	Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor.	1	2	3	4	5

Ek 3: SELSA-S Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

SELSA-S Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

Açıklama: Lütfen aşağıdaki 15 ifadeyi okuyunuz ve o duruma ilişkin olarak genelde ne hissettiğinizi değerlendiriniz. Ölçekte her bir madde ile ilgili görüşleriniz için **1'den (Kesinlikle katılmıyorum) 7'ye (Kesinlikle katılıyorum)** kadar olan sayıları dikkate alarak, sayı altındaki boşlukları işaretleyiniz. Cevaplarınızda samimi ve içten olacağınıza olan inancımız tamdır, şimdiden teşekkür ederiz.

Kesinlikle Katılmıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	7

	1	2	3	4	5	6	7
1- Ailemle birlikteyken kendimi yalnız hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
2- Kendimi, arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
3- En samimi düşünce ve hislerimi paylaştığım bir sevgilim/ eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
4- Ailemde bana destek verme ve beni teşvik etme konusunda güvенеbileceğim hiç kimse yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
5- Arkadaşlarım, davranışlarımın sebeplerini ve düşüncelerimi anlıyorlar.	()	()	()	()	()	()	()
6- Bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/ eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
7- Görüşlerimi paylaştığım hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
8- Kendimi aileme yakın hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
9- Yardım alma konusunda arkadaşlarıma güvenebilirim	()	()	()	()	()	()	()
10- Duygusal ilişkimin daha tatmin edici olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
11- Kendimi, ailemin bir parçası gibi hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
12- Ailem beni gerçekten önemsiyor.	()	()	()	()	()	()	()
13- Beni anlayan hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
14- Mutluluğuna katkıda bulunduğum bir sevgilim/ eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
15- Duygusal gereksinimlerimi karşılayacak yakın duygusal ilişkiye ihtiyacım var.	()	()	()	()	()	()	()

Ek 4: Üniversite Öğrencileri için Siber Mağduriyet Ölçeği Uygulama Formu

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatlice okuyunuz. Söz konusu her bir olayın **son altı ay içerisinde** ne sıklıkla başınıza geldiğini size uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz.

1. Hiçbir zaman	2. Bir kere	3. İki üç kez	4. Üçten çok	
1)Şifrelerimi ele geçirip, bu hesaplardan başkalarına saldırdılar.	1	2	3	4
2)Sosyal medya üzerinden beni aşağıladılar.	1	2	3	4
3)Sosyal paylaşım sitelerinde özel hayatımla ilgili bilgileri ifşa ettiler.	1	2	3	4
4)Sosyal medya hesaplarımda yaptığım paylaşımları asılsız yere şikâyet ettiler.	1	2	3	4
5)Sosyal paylaşım sitelerinde yaptığım paylaşımlarla alay ettiler.	1	2	3	4
6)Şifrelerimi ele geçirip, benim adıma paylaşımlar yaptılar.	1	2	3	4
7)Sosyal medya üzerinden beni tehdit ettiler.	1	2	3	4
8)Cinsel içerikli sitelerde sosyal medya hesaplarımı ya da telefon numaramı paylaştılar.	1	2	3	4
9)Yazışmaları benim dâhil olmadığım gruplardan yürüttüler	1	2	3	4
10)Telefonda / internette benimle cinsel içerikli konuşmalar yapmaya çalıştılar.	1	2	3	4
11)Adıma sahte hesaplar açarlar ve bu hesaplardan başkalarına saldırdılar.	1	2	3	4
12)Çevrim içi arkadaş gruplarından beni çıkardılar.	1	2	3	4
13)Sosyal paylaşım sitelerinde hakkımda asılsız söylentiler çıkarttılar.	1	2	3	4
14)Çevrim içi arkadaş gruplarına beni dâhil etmediler.	1	2	3	4
15)Gizli numaralardan arayarak veya mesaj atarak beni rahatsız ettiler.	1	2	3	4
16)Uygunsuz fotoğraflarımı / videolarımı paylaşmam için beni zorladılar.	1	2	3	4
17)Şifrelerimi ele geçirir ve hesaplarıma girişimi engellediler.	1	2	3	4
18)Sahte hesaplar üzerinden benimle alay ettiler.	1	2	3	4
19.Çevrim içi arkadaş gruplarında benim paylaşımlarımı yok saydılar.	1	2	3	4
20)Cinsel içerikli sitelerde görüntülerimi paylaştılar.	1	2	3	4
21)Benimle, istemediğim halde, cinsel içerikli resimler veya videolar paylaştılar.	1	2	3	4
22)Şifrelerimi ele geçirir ve hesaplarımdaki özel bilgileri kurcaladılar.	1	2	3	4
23)Rahatsız edici mailler/mesajlar attılar.	1	2	3	4

24)İznim olmadan bana ait fotoğraf veya videoları paylaştılar.	1	2	3	4
25)Sahte hesaplar üzerinden bana uygunsuz içerikli (şiddet, cinsellik vb.) fotoğraf, video vb. gönderdiler.	1	2	3	4
26)Bana cinsel içerikli mesajlar gönderiler.	1	2	3	4
27)Adıma sahte hesaplar açarlar ve bu hesaplardan paylaşımlar yaptılar.	1	2	3	4
28)Sahte hesaplar üzerinden bana aşağılayıcı / tehdit içerikli mesajlar attılar.	1	2	3	4



Ek 5: İntihar Olasılığı Ölçeği

Lütfen sıra ile her cümleyi okuyun ve okuduğunuz cümlelerin sizin için hangi sıklıkta doğru olduğunu belirtiniz.

		HİÇBİR ZAMAN	BAZEN	ÇOĞU ZAMAN	HER ZAMAN
1	Öfkeli olduğum zaman elime geçen her şeyi fırlatırım.	D	D	D	D
2	Birçok insanın benimle içtenlikle ilgilendiklerini hissedirim.	D	D	D	D
3	Ani ve kontrolsüz(dürtüsel) davrandığımı hissedirim.	D	D	D	D
4	Başkalarıyla paylaşamayacağım kadar kötü şeyler düşünürüm.	D	D	D	D
5	Çok fazla sorumluluk yüklediğimi düşünürüm.	D	D	D	D
6	Yapabileceğim daha birçok yararlı şey olduğunu hissedirim.	D	D	D	D
7	Başkalarını cezalandırmak için intihar etmeyi düşünürüm.	D	D	D	D
8	Başkalarına karşı düşmanca duygular beslediğimi hissedirim.	D	D	D	D
9	İnsanlardan koptuğumu hissedirim.	D	D	D	D
10	İnsanların bana ben olduğum için değer verdiklerini hissedirim.	D	D	D	D
11	Eğer ölürsem birçok insanın üzüleceğini hissedirim.	D	D	D	D
12	Öylesine yalnızlık hissedirim ki buna dayanmam.	D	D	D	D
13	Başkalarının bana düşmanca duygular beslediğini hissedirim.	D	D	D	D
14	Eğer hayata yeniden başlayabilsem, yaşamımda birçok değişiklik yapacağımı hissedirim.	D	D	D	D
15	Pek çok şeyi iyi yapamadığımı düşünürüm.	D	D	D	D
16	Beğendiğim bir işi bulmak ve sürdürmekte güçlüğümdür.	D	D	D	D
17	Gittiğim zaman hiç kimsenin beni özlemeyeceğini düşünürüm.	D	D	D	D
18	Benim için işler yolunda gidiyor gibi görünür.	D	D	D	D
19	İnsanların benden çok fazla şeyler beklediklerini hissedirim.	D	D	D	D
20	Düşündüğüm ve yaptığım şeyler için kendimi cezalandırmam gerektiğini düşünürüm.	D	D	D	D
21	Dünyanın yaşama değer olmadığını hissedirim.	D	D	D	D
22	Gelecekle ilgili çok titiz bir şekilde plan yaparım.	D	D	D	D
23	Kendisine güvenebileceğim kadar çok arkadaşım olmadığını düşünürüm.	D	D	D	D
24	Eğer ölmüş olsaydım insanların daha rahat edeceğini hissedirim.	D	D	D	D
25	Bu şekilde yaşamaktansa ölmenin daha az acılı olacağını hissedirim.	D	D	D	D
26	Anneme duygusal açıdan daha yakın olduğumu hissedirim/hissederdim.	D	D	D	D
27	Eşime duygusal açıdan daha yakın olduğumu hissedirim/hissederdim.	D	D	D	D
28	İşlerin düzeleceğine ilişkin umutsuzluk hissedirim.	D	D	D	D
29	İnsanların beni ve yaptıklarımı onaylamadıklarını hissedirim.	D	D	D	D
30	Kendimi nasıl öldüreceğimi düşündüm.	D	D	D	D
31	Parayla ilgili endişelerim var.	D	D	D	D
32	İntihar etmeyi düşünürüm.	D	D	D	D
33	Kendimi yorgun ve birçok şeye ilgisiz hissedirim.	D	D	D	D
34	Çok öfkelenince bazı şeyleri kırıp dökerim.	D	D	D	D
35	Babama duygusal açıdan yakın olduğumu hissedirim/hissederdim.	D	D	D	D
36	Nerede olursam olayım, mutlu olamadığımı hissedirim.	D	D	D	D

Ek 6: Etik Kurul Onayı



T.C.
ZONGULDAK BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar
Etik Kurul Başkanlığı

TOPLANTI TARİHİ : 29/05/2024
TOPLANTI NO : 2024/10

KARARLAR :

- 3- Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. Nuray ATASOY'un sorumluluğunda yürütülecek olan "Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı, Yalnızlık düzeyi ve İntihar Olasılığı İlişkisinin İncelenmesi" konulu çalışmanın Etik Kurul İlkelerine uygun olduğuna,

Oy birliği ile karar verilmiştir.

A S L İ G İ B İ D İ R

Prof. Dr. Günnur ÖZBAKİŞ DENGİZ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanı