

# Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Riski ile Bireysel-Sosyal Sorunların İncelenmesi

## Investigation of the Risk of Social Media Addiction and Individual-Social Problems in Adolescents

✉ Damla Duman<sup>1</sup>, ✉ Nazan Turan<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fırat Üniversitesi Hastanesi, Elazığ

<sup>2</sup>Gazi Üniversitesi, Ankara

### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışmada, ergenlerde sosyal medya bağımlılığı riski ile bireysel ve sosyal sorunların incelenmesi amaçlanmıştır.

**Yöntem:** Çalışma Ekim 2020 – Ekim 2021 tarihleri arasında 1007 öğrenci ile kesitsel ve ilişkisel olarak yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak Katılımcı Bilgi Formu (KBF), Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (ESMBÖ) ve Çok Boyutlu Ergen Derecelendirme Ölçeği (ÇBEDÖ) kullanılmıştır. **Bulgular:** Çalışmada ergenlerde sosyal medya bağımlılığı riski ile bireysel-sosyal sorunlar arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Ancak ergenlerin sosyal medya bağımlılık puanlarının sosyal medya kullanım süresine ve kullanım sıklığına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra ergenlerin depresyon, okul ve aile sorunları, kafa karışıklığı ve rahatsız edici düşüncelerin sosyal medya kullanım süreleri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Sonuçlara göre sosyal medya kullanım süresi ile kullanım sıklığı ergenlerin sosyal medya bağımlılık puanlarını ve aynı zamanda psikolojik durumlarını etkilemektedir.

**Anahtar sözcükler:** Ergenlik, ergenlik dönemi sorunları, sosyal medya bağımlılığı

### ABSTRACT

**Objective:** This study aimed to investigate the relationship between social media addiction and individual as well as social problems in adolescents.

**Method:** A cross-sectional, relational design was employed from October 2020 to October 2021, involving 1007 students. Data were collected using the Participant Information Form (PIF), Social Media Addiction Scale for Adolescents (SMASA), and Multidimensional Adolescent Rating Scale (MARS).

**Results:** The findings revealed no direct relationship between social media addiction risk and individual or social problems in adolescents. However, social media addiction scores significantly varied based on the duration and frequency of social media use. Additionally, the study identified associations between the duration of social media use and factors such as depression, school and family problems, confusion, and intrusive thoughts among adolescents.

**Conclusion:** The results indicate that both the duration and frequency of social media use influence adolescents' social media addiction levels and their psychological well-being.

**Keywords:** Adolescence, adolescence problems, social media addiction

## Giriş

Teknolojide yaşanan gelişmelerle birlikte 4,2 milyar aktif sosyal medya kullanıcısı olduğu ifade edilmektedir (Statista 2020). Bireylerin hızla yaygınlaşan internet bağlantısı sayesinde pek çok sosyal medya platformu üzerinden haber alma, bilgi edinme, eğlenme, fotoğraf gönderme, arkadaşlık arama, aile ilişkilerini sürdürebilir olmaları ile birlikte bu oran her geçen gün artış göstermektedir (Ryan ve ark. 2014). Ancak, sosyal medya ile etkileşimin her ne kadar kullanıcıların birbirleri ile olan iletişimlerini, aile ve sosyal bağlarını güçlendirdiği belirtilse de yapılan çalışmalarda aşırı kullanımının sosyal medya bağımlılığına yol açabildiğine dikkat çekildiği görülmektedir (Griffiths ve Kuss 2017, Kuss ve Griffiths 2017).

Sosyal medya bağımlılığı Andreassen ve Pallesen (2015) tarafından sosyal ağlarla ilgili aşırı endişe duymak, sosyal ağlarda oturma açmak veya bunları kullanmak için güçlü bir motivasyonla hareket etmek ve bu sitelerde çalışmalara/işe, kişilerarası ilişkilere, psikolojik sağlık ve esenliğe zarar verecek kadar çok zaman ve çaba harcamak olarak tanımlanmıştır. Kuss ve Griffiths (2012) sosyal medya bağımlılığını bir tür internet bağımlılığı,

Dünya Sağlık Örgütü ise sosyal medyanın bağımlılık yapıcı bir davranış haline gelen aşırı kullanımını olarak ifade etmiştir (WHO 2019). Ancak sosyal medya bağımlılığı üzerine çeşitli tanımlar yapılmış olmasına rağmen tanı kriterlerine dair yeterli kant yoktur. O nedenle maddeye bağlı bozukluklar ve internet bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklarının yer aldığı DSM-5'e dahil edilmemiştir (APA 2013).

Griffiths (2007) belirginlik, hoşgörü, ruh hali değişikliği, çatışma, geri çekilme sorunları ve nüksetme kriterleri karşılayan her davranışın bağımlılık olarak tanımlanabileceğini belirtmiştir. Buna göre sosyal medyanın kişinin hayatına hâkim olması ve/veya önemli bir parçası haline gelmesi durumunda belirginlik; kaygı ve stresle başa çıkma stratejisi olarak kullanıldığında ruh halinde değişiklik ortaya çıkar. Sosyal medya kullanıcısının ruh halini değiştirmek amacıyla kullanım süresini kademeli olarak artırması durumunda hoşgörü gelişir. Ancak kişinin sosyal medyaya erişemediğinde yaşadığı stres ve diğer olumsuz duygular sonucunda geri çekilme sorunları; sosyal medyayı yüz yüze etkileşimler, bir hobi veya aktivite yerine kullanmayı tercih etme durumunda ise çatışmalar görülür. Kişinin sosyal medya kullanımını azaltmak istemesine rağmen başaramaması halinde de nüksetme meydana gelir (Griffiths ve ark. 2014).

Davranışsa bağımlılıklar bağlamında, ergenlerin diğer yaş gruplarına göre daha fazla risk altında olduğu belirtilmektedir (Ceyhan ve ark. 2007, Yang ve Tung 2007). Bu doğrultuda yapılan çalışmalar, ergenlerde duygusal ihtiyaçları gidermek ve algıladıkları yalnızlığı azaltmak için sosyal medya kullanımının artış gösterdiğine değinmektedir (Fernandes ve ark. 2020, O'Day ve Heimberg 2021). Öyle ki 13-17 yaş arası ergenlerin %71'i akıllı telefon kullanımının artışıyla birlikte birden fazla sosyal medya kullandığını ve %24'ünün gün içinde nerdeyse sürekli çevrimiçi olduğu ileri sürülmektedir (Lenhart ve ark. 2015). Ancak bu noktada, sosyal medya ile ruhsal problemler açısından değerlendirme yaparken aralarındaki ilişkiye dikkat edilmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Beeres ve ark. 2020). Çünkü araştırmalara göre sosyal medyanın ergenlerin ruh sağlığı ile nedensel olarak ilişkili olup olmadığı henüz belirsizliği korumaktadır (Tromholt 2016, Heffer ve ark. 2019, Nesi ve ark. 2021).

Teorik olarak amprik ve boylamsal kanıtlar sosyal medya bağımlılığı ile zayıf ruh sağlığı ilişkisini destekler niteliktedir (Baldwin ve ark. 2020, Beeres ve ark. 2020). Bu doğrultuda araştırmacıların aşırı sosyal medya kullanımı sonucu ortaya çıktığı ileri sürülen sosyal medya bağımlılığının yaygın olarak ergenlerde pek çok ruhsal sorunlara yol açabildiğine değinmektedir. Örneğin Banyai ve arkadaşları (2017) 5961 ergen üzerine yaptığı çalışmada, ergenlerin %4,5'inde aşırı sosyal medya kullanımıyla birlikte bağımlılık davranışı ile ilişkilendirilen düşük benlik saygısı, yüksek düzeyde depresyon belirtileri saptamışlardır. Yakın zamanda yürütülen ve 42 çalışmanın dahil edildiği sistematik derlemede sosyal medya bağımlılığı ile olumsuz ruh sağlığının uyku kalitesine etki ettiği sonucunu ortaya koymuştur (Alonzo ve ark. 2020). Aynı zamanda araştırmacılar aşırı sosyal medya kullanımının ergenlerde görülen kaygı, suçluluk ve strese aracılık ettiği okul performansını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir (Dagher ve ark. 2021, Luo ve ark. 2021, Ohannessian ve ark. 2021).

Elde edilen bilgiler değerlendirildiğinde, sosyal medya bağımlılığından korunmak için ergenlerin öncelikli grupta yer alması gerektiği söylenebilmektedir. Çünkü şüphesiz ergenler hem fiziksel hem de çevresel değişiklikler nedeniyle ruhsal sorunlar açısından savunmasız bir dönem içinde yer almaktadır (Mastrotheodoros ve ark. 2020). Bu nedenle çalışmada ergenlik döneminde görülen bireysel ve sosyal sorunlar ile sosyal medya bağımlılığı riski arasındaki ilişkiyi inceleyerek alan yazına katkı sağlanması amaçlanmıştır.

## Yöntem

### Örneklem

Araştırma Ekim 2020 – Ekim 2021 tarihleri arasında kesitsel ve ilişkisel olarak yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini Ankara ilinin Yenimahalle ilçesinde bulunan ve araştırma duyurusuna olumlu yanıt veren devlet liselerinin 9, 10, 11 ve 12'nci sınıf öğrencileri olan 5520 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aşamasından önce 100 ergen ile pilot uygulama yapılmış ve "G. Power-3.1.9.2" programı kullanılarak, %95 güven düzeyinde örneklem büyüklüğü hesaplanmıştır. Pilot çalışmanın etki büyüklüğü korelasyon için 0,05 alfa değeri 0,217 etki büyüklüğü ve teorik güç %99 alınarak minimum toplam örnek sayısı 374 olarak belirlenmiştir. Dahil edilme kriterlerini karşılayan toplam 1007 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir.

Bu çalışma için dahil edilme kriterleri şu şekilde belirlenmiştir: konuşma, görme ve işitme engeli olmamak (1), ince ve kaba motor becerilerde engeli olmamak (2) ve çalışmaya katılmayı kabul etmek (3). Eğitim içeriğindeki farklılıklar nedeniyle sağlık meslek liseleri, ticaret liseleri ve teknik ve meslek liseleri kapsam dışı bırakılmıştır. Aynı zamanda çalışma sonuçlarını etkileyebileceği düşüncesiyle duygusal işlevler ve kişilerarası ilişkilerde zorluk yaşamaları nedeniyle (Coenen ve ark. 2016) nöropsikiyatrik sorunu olduğunu bildirenler araştırmaya dahil

edilmemiştir. Çalışma davetine 1027 olumlu yanıt alınmıştır. Ancak 20 anket eksik doldurulduğu için çalışma dışı bırakılmıştır. Dahil edilme kriterlerini karşılayan toplam 1007 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir.

## Uygulama

Helsinki Bildirgesine uygun olarak hazırlanan çalışmanın uygulanabilmesi için, Ufuk Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Enstitüsü Etik Kurul'undan (Kurul tarihi: 24.09.2020 Karar Sayısı: 2020/62), Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır (Kurul tarih: 04.01.2021 Karar sayısı: E-14588481-605.99-18761777). Bu izinlerin haricinde, çalışmada kullanılmasına karar verilen ESMBÖ ile ÇBEDÖ' nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapan araştırmacıların e posta yolu ile yazılı izinleri alınmıştır. Veri toplama aşamasından önce, araştırmaya katılacak öğrencilerden ve velilerinden yazılı izin alınmıştır.

Araştırmada ilk olarak bilimsel araştırmalarda sıklıkla kullanılan Google Formlar üzerinden önceden hazırlanan "Veli Onay Formu", "Öğrenci Onay Formu" ile "Katılımcı Bilgi Formu", "Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu" ile "Çok Boyutlu Ergen Değerlendirme Ölçeği" nin yer aldığı anket formu hazırlanmıştır. Katılımcılar için soruların tamamının yanıtlanması zorunlu kılınmıştır. Katılımcıların anketi birden çok doldurmalarını önlemek için IP adresi kısıtlama teknolojisi uygulanmıştır. Çevrimiçi hazırlanan anket formunun uygulanabilmesi için rehberlik öğretmenleri ile iletişime geçilmiştir. Ardından WhatsApp üzerinden araştırmayla ilgili duyuru yapılmış ve araştırmaya katılım da herhangi bir ücret ödenmeyeceği bilgisi belirtilerek formlar paylaşılmıştır.

## Veri Toplama Araçları

### *Katılımcı Bilgi Formu (KBF)*

Araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan bu form; cinsiyet, yaş, ailenin gelir düzeyi, anne baba birliktelik ve anne-baba eğitim durumu, katılımcının sosyal medya üyelik süresi ve kullanım sıklığı şeklindeki toplam 8 sorudan oluşmuştur.

### *Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (ESMBÖ)*

Regina ve ark. (2016) tarafından geliştirilen sosyal medya bağımlılığı ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirliği Özgenel ve ark. (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek 9 maddeden oluştuğu için ölçekten en az 9 puan, en fazla ise 45 puan alınabilmektedir. Ölçek beşli Likert olarak derecelendirilmiştir (Hiçbir zaman-1, Nadiren-2, Bazen-3, Çoğunlukla-4, Her zaman-5). Ölçekten yüksek puan alınması, bireyin sosyal medya bağımlılık düzeyinin yüksek, düşük alınması ise sosyal medya bağımlılık düzeyinin düşük düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.90'dır (Özgenel ve ark. 2019). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.88 olarak tespit edilmiştir.

### *Çok Boyutlu Ergen Değerlendirme Ölçeği (ÇBEDÖ)*

Hudson (1996) tarafından geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Mathiesen et al. (2002) tarafından yapılmıştır. Türkçe uyarlaması ise Özmete ve Kogar (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. 177 madde içeren ve ortalama 15-20 dakika arasında tamamlanan bir ölçektir. Her soru 7 puan üzerinden ayrı kategoriler altında yanıtlanmaktadır.

Ölçek 16 farklı alt ölçeğe (depresyon, benlik saygısı, anne ile ilgili sorunlar, baba ile ilgili sorunlar, stres, arkadaşlar ile sorunlar, okul ile sorunlar, saldırganlık, aile ile sorunlar, suçluluk duygusu, karmaşık düşünceler, rahatsız edici düşünceler, hafıza kaybı/unutkanlık, intihar, alkol kullanımı, madde kullanımı) ayrılmış olup; her alt kategori 10-15 arasında madde içermektedir. Böylece her alt ölçek kendi puanlamasına sahiptir. Katılımcılar, 177 maddenin her birine 7 puanlı ölçek üzerinde bir seçeneği işaretleyerek yanıt vermektedirler. Ölçek, hiçbir zaman (1), çok nadir (2), ara sıra (3), bazen (4), çoğunlukla (5) sıklıkla (6), her zaman (7) olarak puanlanmıştır. Katılımcılar sorunun uygun olmadığını düşünürlerse X ile işaretleyebilmektedir. Bir yıldız (\*) ile işaretlenmiş reverse/problematik olmayan sorular; 1 için 7, 2 için 6, 3 için 5, 4 için 4,5 için 3, 6 için 2 ve 7 için 1 olarak puanlanmaktadır.

ÇBEDÖ'nin alt ölçeklerinde gençlerin yanıtlarının daha kolay yorumlanması için, her alt ölçeğin 0-100 arası bir puan üretmesi tasarlanmıştır. Düşük puanlar o ölçeğin konusuyla ilgili gencin bir sorununun bulunmadığını, yüksek puanlar ise ciddi sorunlar bulunduğunu temsil etmektedir. Her alt ölçek tek bir formülle puanlanmakta ve 16 alt ölçek için tek bir puanlama prosedürü bulunmaktadır. Çok boyutlu ergen değerlendirme ölçeğinin tüm alt boyutlarından elde edilen Cronbach alfa katsayıları 0,75 ile 0,95 arasında değiştiği belirlenmiştir (Özmete ve

Kogar 2015). Bu çalışmada ölçek ve alt boyutların alfa değeri 0,62-0,95 arasında hesaplanmıştır ve Milli Eğitim Bakanlığı tarafından izin verilen alt boyutları çalışılmıştır.

## İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı normallik testleri ve basıklık çarpıklık değerleri ile kontrol edilmiştir. Ölçek puanlarının normal dağılım varsayımını sağladığı tespit edilmiştir. Demografik özellikler ve Sosyal Medya Bağımlılığı puanları açısından iki gruplu karşılaştırmalar için bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla gruplu karşılaştırmalar için ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Sosyal Medya Bağımlılığı puanları ile bireysel ve toplumsal sorunlar arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ile bireysel ve sosyal sorunların karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi testi kullanılmıştır. Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için Bonferroni post hoc testi kullanılmıştır.

## Bulgular

Araştırmada yer alan katılımcıların çoğunluğunun 13 ile 15 yaş aralığında, kadın (%55,9), anne babası birlikte yaşayan (%92,3), anne-baba eğitim durumu lise (%37,2; %37,4), sosyal medya kullanım süresi 1-3 yıl arası olup (%37,1), sosyal medya kullanım sıklığının her gün birkaç defa (%67,7) olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1).

<b>Tablo 1. Katılımcıların tanıtıcı özellikleri (n= 1007)</b>		
<b>Özellikler</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Cinsiyet		
Kadın	563	55,9
Erkek	444	44,1
Yaş aralığı		
13-15 yaş	695	69,0
16-18 yaş	312	31,0
Anne-baba birliktelik durumu		
Birlikte	929	92,3
Boşanmış	78	7,7
Anne eğitim durumu		
Okuryazar değil	48	4,8
İlköğretim	351	34,9
Lise	375	37,2
Lisans	184	18,3
Yüksek Lisans ve Üzeri	49	4,9
Baba eğitim durumu		
Okuryazar değil	13	1,3
İlköğretim	290	28,8
Lise	377	37,4
Lisans	244	24,2
Yüksek Lisans ve Üzeri	83	8,2
Aile aylık gelir düzeyi		
Düşük	48	4,8
Orta	868	86,2
Yüksek	91	9,0
Sosyal medya kullanım süresi		
1 Yıdan az	147	14,6
1-3 Yıl	374	37,1
4-6 Yıl	319	31,7
6 Yıdan fazla	167	16,6
Sosyal medya kullanım sıklığı		
Her gün 1 defa	216	21,4
Her gün 1 defadan fazla	682	67,7
Haftada birkaç kez	109	10,8

n: Katılımcı sayısı; %: Yüzde

Ergenlerin sosyal medya kullanım süresine ve sosyal medya kullanım sıklığına göre sosyal medya bağımlılık puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Farklılık gösteren grubu tespit

edebilmek için yapılan çoklu karşılaştırma testine göre sosyal medya kullanım süresi bir yıldan az olan bireylerin daha uzun süre kullanan bireylere göre ve 1-3 yıl kullananların da 6 yıldan fazla kullananlara göre sosyal medya bağımlılık puanlarının daha düşük olduğu; her gün 1 defadan fazla sosyal medyaya girenlerin sosyal medya bağımlılık puanlarının her gün bir defa ya da haftada birkaç kez girenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ) (Tablo 2).

<b>Tablo 2. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Karşılaştırılması (n=1007)</b>		
<b>Özellikler</b>	<b>Sosyal Medya Bağımlılığı</b>	<b>Test/p</b>
Cinsiyet		1.815**
Kadın	20.19±8.01	0.070
Erkek	19.27±7.95	
Yaş aralığı		
13-15 yaş	19.59±8.13	-1.124**
16-18 yaş	20.21±7.69	0.261
Anne-baba birliktelik durumu		
Birlikte	19.77±7.93	-0.117**
Boşanmış	19.88±8.77	0.907
Anne eğitim durumu		
Okuryazar değil	18.83±8.22	0.299***
İlköğretim	19.74±7.96	
Lise	19.75±7.90	
Lisans	19.99±8.09	
Yüksek Lisans ve Üzeri	20.49±8.67	
Baba eğitim durumu		
Okuryazar değil	19.20±7.95	1.656***
İlköğretim	19.59±8.09	
Lise	20.44±7.71	
Lisans	20.84±8.46	
Yüksek Lisans ve Üzeri	20.76±8.05	
Aylık gelir düzeyi		
Düşük	45.79±16.91	0.354***
Orta	45.21±17.88	0.702
Yüksek	41.87±17.59	
Sosyal medya kullanım süresi		
1 Yıldan az <sup>1</sup>	15.56±6.58	24.536***
1-3 Yıl <sup>2</sup>	19.30±7.78	0.000*
4-6 Yıl <sup>3</sup>	20.79±7.90	1<2.3.4; 2<4 <sup>a</sup>
6 Yıldan fazla <sup>4</sup>	22.65±8.22	
Sosyal medya kullanım sıklığı		
Her gün 1 defa <sup>1</sup>	16.66±6.64	43.794***
Her gün 1 defadan fazla <sup>2</sup>	21.34±7.93	0.000*
Haftada birkaç kez <sup>3</sup>	16.20±7.98	2>1.3 <sup>a</sup>

n: Katılımcı sayısı; p: Anlamlılık Düzeyi; \*\*\*: Tek yönlü varyans analizi (F); \*\*: Bağımsız örneklem t test; <sup>a</sup>: Çoklu Karşılaştırma Testi

Çok Boyutlu Ergen Değerlendirme Ölçeği Depresyon, Özgüven, Anne ile problemler, Stres alt boyutlarından alınan puanlar incelendiğinde; erkek ergenlerin Baba ve Arkadaş ile Problemler alt boyutlarından aldıkları puanların kız ergenlerden, 13-15 yaşındaki ergenlerin Depresyon ve Özgüven alt boyut puanlarının 16-18 yaşındakilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Ayrıca 1 yıldan daha az süredir sosyal medya kullananların 6 yıldan fazla kullananlara göre depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 3a). Erkek ergenlerin Aile ile Problemler alt boyut puanları; 13-15 yaşındaki ergenlerin Okul ile Problemler alt boyut puanları daha yüksek bulunmuştur. Aile ile Problemler alt boyutundan alınan puanlarında ergenlerin anne baba birliktelik durumlarına göre farklılık gösterdiği ve boşanmış ailelerin çocuklarının puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 3b).

Okul ve Aile ile Problemler alt boyutları için 1-3 yıl sosyal medya kullanım süresi olan ergenlerin puanlarının 6 yıldan fazla sosyal medya kullanım süresi olan ergenlere göre daha yüksek puanı olduğu tespit edilmiştir. Karmaşık düşünceler için 4-6 yıl sosyal medya kullanım süresi olan ergenlerin puanlarının 6 yıldan fazla sosyal medya kullanım süresi olan ergenlere göre daha yüksek puanı olduğu saptanmıştır. Rahatsız Edici Düşünceler için 1-3 yıl ve 4-6 yıl sosyal medya kullanım süresi olan ergenlerin puanlarının 6 yıldan fazla sosyal medya kullanım süresi olan ergenlere göre daha yüksek puanı olduğu bulunmuştur (Tablo 3b).

<b>Tablo 3a. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Çok Boyutlu Ergen Ölçeği alt boyutlarının karşılaştırılması (n=1007)</b>						
Özellikler	Depresyon	Özgüven	Anne ile Problemler	Baba ile problemler	Stres	Arkadaş ile Problemler
Cinsiyet						
Kadın	43,39±15,15	42,5±13,81	22,82±15,34	24,45±18,32	39,36±23,92	30,43±15,79
Erkek	45,12±13,91	43,13±13,64	24,32±15,32	28,39±20,45	42±22,69	32,62±15,89
**Test / p değeri	-1,867 0,062	-0,713 0,476	-1,545 0,123	-3,225 0,001*	-1,773 0,076	-2,181 0,029*
Yaş aralığı						
13-15 yaş	46,08±14,58	43,39±13,57	23,85±15,43	26,82±19,16	40,88±23,07	31,87±15,91
16-18 yaş	39,85±13,84	41,41±14	22,65±15,12	24,78±19,81	39,73±24,17	30,34±15,73
**Test / p değeri	6,369 0,000*	2,121 0,034*	1,151 0,250	1,545 0,123	0,725 0,469	1,415 0,157
Anne baba birliktelik durumu						
Birlikte	44±14,57	42,8±13,72	23,48±15,37	25,96±18,94	40,31±23,38	31,33±15,91
Boşanmış	46,01±15,39	42,48±13,9	23,52±15,13	28,87±23,99	43,08±23,83	32,24±15,44
**Test / p değeri	-1,171 0,242	0,199 0,843	-0,023 0,982	-1,043 0,300	-1,002 0,317	-0,489 0,625
Sosyal medya kullanım süresi						
<1 Yıl <sup>1</sup>	45,53±13,92	43,79±13,04	24,84±16,97	25,72±18,4	42,7±24,63	32,67±16,1
1-3 Yıl <sup>2</sup>	44,21±14,7	42,93±13,78	23,2±15,39	26,9±19,72	41,01±23,02	32,03±15,28
4-6 Yıl <sup>3</sup>	45,15±15	43,23±14,01	24,31±15,09	27,1±19,57	41,21±23,75	31,41±16,6
>6 Yıl <sup>4</sup>	40,89±14,02	40,69±13,59	21,33±14,02	23,25±18,94	36,23±22,19	28,83±15,35
***Test / p değeri Posthoc	3,731 0,011* 1>4	1,679 0,170	1,832 0,140	1,718 0,162	2,453 0,062	1,982 0,115

n: Katılımcı sayısı; p: Anlamlılık Düzeyi; \*\*:Bağımsız örneklem t testi; \*\*\*:Tek yönlü varyans analizi (F); \*:Çoklu Karşılaştırma Testi

<b>Tablo 3b. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre Çok Boyutlu Ergen Ölçeği alt boyutlarının karşılaştırılması</b>							
Değişken	Okul	Saldırganlık	Aile ile Problemler	Suçluluk Duygusu	Karmaşık Düşünceler	Rahatsız Edici Düşünceler	Unutkanlık
Cinsiyet							
Kadın	44,33±17,78	30,02±20,99	29,98±17,61	29,9±24,04	35,78±25,32	27,58±26,69	24,92±23,53
Erkek	45,7±17,86	31,93±20,34	33,58±20,2	32,12±24,07	38,76±24,99	28,72±26,67	27,42±24,49
**Test/ p değeri	-1,205 0,228	-1,454 0,146	-2,971 0,003*	-1,460 0,145	-1,862 0,063	-0,671 0,502	-1,646 0,100
Yaş aralığı							
13-15 yaş	46,09±17,38	30,82±20,35	32,27±18,79	31,87±23,89	37,05±25,1	28,61±26,5	26,98±23,8
16-18 yaş	42,37±18,53	30,94±21,55	30±18,98	28,67±24,34	37,19±25,48	26,91±27,05	23,9±24,25
**Test/ p değeri	3,075 0,002*	-0,083 0,934	1,768 0,077	1,955 0,051	-0,084 0,933	0,936 0,349	1,888 0,059
Anne baba birliktelik durumu							
Birlikte	45,04±17,93	30,99±20,81	31,2±18,69	30,93±24,23	37,05±25,31	28,16±26,9	26,18±24,2
Boşanmış	43,63±16,49	29,26±19,7	35,96±20,51	30,2±22,19	37,55±24,09	27,14±23,88	24,11±21,16
**Test / p değeri	0,672 0,502	0,711 0,477	-2,142 0,032	0,259 0,796	-0,167 0,867	0,326 0,745	0,821 0,414
Sosyal medya kullanım süresi							
<1 Yıl <sup>1</sup>	46,34±16,18	31,54±19,65	33,1±19,34	32,75±25,07	38,17±25,13	28,86±25,05	27,08±24,33
1-3 Yıl <sup>2</sup>	46,37±17,49	31,99±21,84	32,02±18,85	30,42±23,49	37,38±25,21	29,3±27,95	26,51±24,2
4-6 Yıl <sup>3</sup>	44,59±18,12	29,98±20,46	32,29±18,44	32,61±24,69	39,14±26,44	29,69±27,52	26,72±24,42
>6 Yıl <sup>4</sup>	41,15±18,87	29,41±19,52	27,84±19,02	26,93±22,88	31,6±22,11	21,61±22,42	22,67±22,14
***Test/ p değeri Posthoc	3,687 0,012* 2>4	0,883 0,449	2,738 0,042* 2>4	2,407 0,066	3,475 0,016* 3>4	3,996 0,008* 2,3>4	1,325 0,265

n: Katılımcı sayısı; p: Anlamlılık Düzeyi; \*\*:Bağımsız örneklem t testi; \*\*\*:Tek yönlü varyans analizi (F); \*:Çoklu Karşılaştırma Testi

Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ile Çok Boyutlu Ergen Ölçeği arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p>0,05) (Tablo 4).

**Tablo 4. Ölçekler arasındaki ilişki**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ESMB	1													
Depresyon	-0,029	1												
Özgüven	0,014	0,538**	1											
Anne ile problemler	-0,044	0,381**	0,351**	1										
Baba ile problemler	-0,018	0,401**	0,341**	0,553**	1									
Stres	-0,040	0,627**	0,479**	0,393**	0,396**	1								
Arkadaş ile problemler	-0,024	0,355**	0,427**	0,392**	0,389**	0,374**	1							
Okul	-0,012	0,449**	0,374**	0,337**	0,319**	0,385**	0,290**	1						
Saldırganlık	0,023	0,065*	0,082**	0,232**	0,198**	0,309**	0,151**	0,127**	1					
Aile ile problemler	-0,014	0,422**	0,356**	0,586**	0,656**	0,398**	0,429**	0,427**	0,227**	1				
Suçluluk Duygusu	-0,004	0,455**	0,401**	0,342**	0,391**	0,626**	0,400**	0,224**	0,298**	0,433**	1			
Karmaşık Düşünceler	-0,004	0,465**	0,404**	0,302**	0,329**	0,635**	0,327**	0,349**	0,256**	0,400**	0,625**	1		
Rahatsız Edici Düşünceler	0,009	0,406**	0,305**	0,365**	0,363**	0,552**	0,334**	0,295**	0,298**	0,428**	0,616**	0,708**	1	
Unutkanlık	-0,012	0,349**	0,256**	0,349**	0,321**	0,444**	0,336**	0,307**	0,262**	0,430**	0,503**	0,554**	0,575**	1

\*\*p<0,01; ESMB: Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı

## Tartışma

Bu çalışma ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ile bireysel ve sosyal sorunlar incelenmesi amacıyla yürütülmüştür. Toplam 1007 ergen ile gerçekleştirilmiş olan bu çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ile ergenlik döneminde görülen bireysel ve sosyal sorunların ilişkili olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuç çalışmanın COVID 19 pandemisinde gerçekleştirilmesi ile ilgili olabilir. Öğrencilerin bu stresli ve belirsiz süreçte sosyal izolasyon önlemlerine uymak için evde aileleriyle daha fazla zaman geçirmiş olmaları, ebeveynleri ve kardeşleri ile daha fazla ve daha etkin iyi iletişim kurabilmeleri sonucu stresli durumla daha iyi başa çıkabilmelerine ve dolayısıyla ruh sağlıklarını koruyabilmelerine etki etmiş olabilir. Nitekim kanıtlardan bazıları COVID 19 pandemisinde sosyal medya bağımlılığı puanları yüksek olanların depresyon ve psikolojik sıkıntı yaşama olasılıklarının yüksek olduğunu (Karakose ve ark. 2022, Sujarwota ve ark. 2023) öne sürerken bazıları zamanda güçlü aile ilişkilerinin, pandemi sırasında öğrencilerin zihinsel sağlık sorunlarını hafifletebileceğini öne sürmüş ve iyi aile ilişkilerinin öğrenciler arasında kaygı, depresyon olasılığını azalttığını ortaya koymuşlardır (Chen ve ark. 2020, Wu ve ark. 2020).

Çalışmada her ne kadar sosyal medya bağımlılığı ile ergenlik döneminde görülen bireysel ve sosyal sorunlar arasında ilişki tespit edilmemiş olsa da ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılığı ve Çok Boyutlu Ergen Ölçeğinde elde ettikleri puanların tanııcı özelliklerine göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda ergenlerin sosyal medya kullanım süresine ve sosyal medya kullanım sıklığına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının farklılaştığı belirlenmiştir. Elde ettiğimiz bulgunun çok yakın bir zamanda yürütülmüş olan metanaliz çalışma sonuçları arasında tutarsızlık fark edilmiştir. Çünkü, metanaliz çalışmasına göre sosyal medya kullanım sıklığı ve süresinin fazlalığı hem problemlerle sosyal medya kullanımı hem de ruhsal sorunlarla ilişki bulunmuştur (Cunningham ve ark. 2021). Mevcut çalışmada da sosyal medya kullanımından bağımsız olarak erkek ergenlerin depresyon, özgüven, stres, anne, baba ve arkadaş ile problemler puanları kız ergenlerden yüksek saptanmıştır. Bu doğrultuda çalışmaların sosyodemografik, ekonomik ve kültürel olarak farklı ülkelerde gerçekleştirilmiş olmaları ve dolayısıyla katılımcılar arasındaki farklılık bulgularındaki çeşitliliğin nedeni olabilir. Çünkü aile içinde "anne", "baba", "çocuk" gibi kimlikler üzerinden kadınlık ve erkekliğin tanımlandığını rollerin biçildiği görülmektedir. Dolayısıyla bu doğrultuda kadınlara annelik, bakım, şefkat gibi duyguların; erkeklere ise erkekler ağlamaz" gibi kalıp ifadelerden yola çıkarak duygu ifadesini engelleyen yaklaşımlar sergilenmektedir. Bütün bunlar, bireysel ve sosyal kimlik gelişim sürecindeki ergenleri bilişsel, davranışsal ve ruhsal açıdan etkiliyor olabilir.

Araştırmada erkek cinsiyet ile anne-babası boşanmış ergenlerin aile içi problemler, 13-15 yaş aralığındaki ergenlerin ise okul ile problemler yaşadığı görülmüştür. Ergenin zor durumlarda problemini paylaşabileceği bir aile dayanağının olmaması, kendini yalnız hissetmesi, terk edilmiş duygusu yaşaması anne-babası boşanmış ergenlerin daha fazla ebeveyn problemi yaşamasının nedeni olabilir. Diğer taraftan ergenlik döneminde yaşanan uyum güçlüğü de okul problemleri beraberinde getirebilir. Nitekim kanıtlar çocuklar ve ergenlerin yaşlarına, cinsiyetlerine, olgunluk düzeylerine ve destek sisteminin varlığına bağlı olarak çeşitli duygulanım bozuklukları ve psikolojik yansımalar yaşayabildiklerini göstermiştir. Bu doğrultuda kanıtlar boşanmış ailelerin çocuklarında terkedilme korkusu olduğu (O'Hara ve ark. 2021) daha az sosyal uyum sergiledikleri (Wang ve ark. 2021) ve sosyal korku, kaçınma, depresyon ve intihar düşüncesinin daha yüksek olduğunu (Obeid ve ark. 2021) ortaya koymuştur. Aynı zamanda ebeveyn boşanmasının genç yetişkinlerin ruh sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkileri üzerine yapılan bir çalışma ebeveyni boşanmış 16 yaş ergenlerde daha yüksek duygusal sorunlar görüldüğünü (Chase-Lansdale ve ark. 1995), nüfusa dayalı başka bir çalışma ise özellikle 0-4 yaşlarında ebeveyn ayrılığı/boşanması deneyimi yaşayan erkeklerde ve 0-4, 10-14 ve 15-18 yaşlarında bu deneyimi yaşayan kadınlar arasında öz değerlendirilmenin zayıf psikolojik sağlığıyla önemli ölçüde ilişkili olduğunu ileri sürmüştür (Lindström ve Rosvall 2016).

Geçmişten günümüze kadar sosyal medya bağımlılığı, dijital bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklar kapsamında gerçekleştirilen çalışmalarda ergenlerin teknoloji kullanım süreleri ile ilişkili yaşadıkları fiziksel ve ruhsal sorunlara dikkat çekildiği görülmektedir. Örneğin geçmiş yıllarda dijital medyanın çocuk sağlığı üzerine etkisi, 9 Avrupa ülkesinden 9-16 yaş arası (N = 368) çocuklarla odak grup ve bireysel görüşmeler ile incelenmiştir. Çalışmada çocukların fiziksel sağlık belirtilerinin (göz sorunları, baş ağrıları, yemek yememe ve yorgunluk) yanı sıra teknoloji kullanımından sonraki 30 dakika içinde saldırganlık ve uyku sorunları yaşadıklarını bildirdikleri ileri sürülmüştür (Smahel ve ark. 2016). Yakın zamanda gerçekleştirilen çalışmalarda ise günlük kullanım süresinin ve sıklığının olumsuz duygusal tepkilerin ortaya çıktığı ve ruhsal sorunların klinik seyrinin daha ağır olabildiği (Nesi ve ark. 2021), yüksek oranda depresyon görüldüğü (Heffer ve ark. 2019) anne-baba ile karşılıklı yaşanan çatışmaların sıklıkla hatırlandığı (McKone ve ark. 2021), kendilerine zarar verme yönünde karmaşık düşüncelere ve davranışlara sahip olabildikleri (Hinze ve ark. 2021) vurgulanmaktadır.

Literatürü destekler şekilde mevcut çalışma sonuçlarında sosyal medya kullanım süresi ile ergenlerin depresyon, okul ve aile problemler, karmaşık ve rahatsız edici düşünceler ilişkili bulunmuştur. Elde edilen bulgu, çalışmanın yürütüldüğü döneme denk gelen COVID 19 pandemisi nedeniyle çevrimiçi gerçekleştirilen eğitimin ve çevrimiçi yürütülen arkadaş ilişkilerinin sonucu olduğunu düşündürmektedir. Nitekim yüz yüze öğrenme yöntemlerinin çevrimiçi eğitime dönüşmesinin öğrencilerde psikolojik sorunların ortaya çıkmasına neden olduğu belirtilmiştir (Fathiyah ve ark. 2021).

Bu çalışmada bazı sınırlılıklar mevcuttur. Bunlardan ilki, Türkiye'de Ankara ilinin Yenimahalle semtinde yer alan okullar davet edilmesine rağmen tüm okullar olumlu yanıt vermedi. Olumlu yanıt veren okullardaki bazı öğrenciler kendisi çalışmaya katılmak istememiş bazı öğrencilerinde velisi onay vermedi. Dolayısıyla bu durum çalışılan örnekleme kendi kendine seçim yanlılığına neden olmuş olabilir. Diğer bir sınırlılığı da doğru doldurulma olasılığını azaltabileceği düşüncesiyle, sosyal medya bağımlılığı riski ile ergenlerin bireysel sorunlarına etki eden faktörleri belirlemek için hazırlanan veri toplama aracının sınırlandırılmış olmasıdır.

## Sonuç

Bu çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile ergenlerde görülen bireysel ve sosyal sorunlar arasında ilişki tespit edilmemiştir. Ancak, ergenlerin sosyal medya kullanım süresine ve sosyal medya kullanım sıklığına göre sosyal medya bağımlılık puanlarının farklılaştığı aynı zamanda sosyal medya kullanım süresine göre ergenlerin depresyon, okul ve aile problemler, karmaşık ve rahatsız edici düşünceler arasında ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda okul aile çalışmaları yürütülebilir ve sosyal medya bağımlılığı konusunda hem ergenlere hem de ebeveynlere yönelik eğitimler düzenlenebilir. Aynı zamanda ebeveynleri sosyal medyanın uygun ya da uygunsuz kullanımını ve çocuklar üzerindeki ruhsal etkileri konusunda bilgilendirmeye yönelik atölye çalışmaları planlanabilir.

## Kaynaklar

- Alonzo R, Hussain J, Stranges S, Anderson K (2020) Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. *Sleep Med Rev*, 56:101414.
- APA (2013) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5nd ed. DSM-5. Washington DC. American Psychiatric Association.
- Andreassen CS, Pallesen S (2014) Social network site addiction: an overview. *Curr Pharm Des*, 20:4053-61.



- Bányai F, Zsila A, Király O, Maraz A, Elekes Z, Griffiths MD (2017) Problematic social media use: results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS One*, 12:e0169839.
- Beeres DT, Andersson F, Vossen HGM, Galanti MR (2020) Social media and mental health among early adolescents in Sweden: a longitudinal study with 2-year follow-up (KUPOL Study). *J Adolesc Health*, 68:953-960.
- Ceyhan E, Ceyhan AA, Gürcan A (2007) Problemlü internet kullanımı ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7:387-416.
- Chase-Lansdale PL, Cherlin AJ, Kiernan KE (1995) The long-term effects of parental divorce on the mental health of young adults: a developmental perspective. *Child Dev*, 66:1614-34.
- Chen B, Sun J, Feng Y (2020) How have COVID-19 isolation policies affected young people's mental health? Evidence from Chinese college students. *Front Psychol*, 11:1529.
- Coenen M, Cabello M, Umlauf S, Ayuso-Mateos JL, Anczewska M, Tourunen J et al. (2016) Psychosocial difficulties from the perspective of persons with neuropsychiatric disorders. *Disabil Rehabil*, 12:1134-1145
- Cunningham S, Hudson CC, Harkness K (2021) Social media and depression symptoms: a meta-analysis. *Res Child Adolesc Psychopathol*, 49:241-253.
- Dagher M, Farchakh Y, Barbar S, Haddad C, Akel M, Hallit S et al. (2021) Association between problematic social media use and memory performance in a sample of Lebanese adults: the mediating effect of anxiety, depression, stress and insomnia. *Head Face Med*, 17:2-12.
- Fathiyah K, Widyastuti T, Setiawati FA, Al E (2021) Improving mental health during the COVID-19 pandemic through online psychoeducation. *Psychological Research and Intervention*, 3:72-79.
- Fernandes B, Biswas UN, Mansukhani RT, Vallejo A, Essau CA (2020) The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7:59-65.
- Griffiths MD (2007) Gambling addiction in the UK. In *Breakthrough Britain: Ending the Costs of Social Breakdown* (Ed K Gyngell):393-426. London, Social Justice Policy Group.
- Griffiths MD, Kuss DJ, Demetrovics Z (2014) Social networking addiction: an overview of preliminary findings. In *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment* (Eds KP Rosenberg, LC Feder): 119-141. London, Academic Press.
- Griffiths MD, Kuss DJ (2017) Adolescent social media addiction (revisited). *Education and Health*, 35:49-52.
- Heffer T, Good M, Daly O, MacDonell E, Willoughby T (2019) The longitudinal association between social-media use and depressive symptoms among adolescents and young adults: An empirical reply to Twenge et al. *Clin Psychol Sci*, 7:462-470.
- Hinze V, Ford T, Evans R, Gjelsvik B, Crane C (2022) Exploring the relationship between pain and self-harm thoughts and behaviors in young people using network analysis. *Psychol Med*, 52:3560-3569.
- Hudson W (1996) *Multidimensional Adolescent Assessment Scale (MAAS)*. Tempe, AZ, WALMYR.
- Karakose T, Yirci R, Papadakis S (2022) Examining the associations between COVID-19-related psychological distress, social media addiction, COVID-19-related burnout, and depression among school principals and teachers through structural equation modeling. *Int J Environ Res Public Health*, 19:1951.
- Kuss DJ, Griffiths MD (2012) Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *Int J Ment Health Addict*, 10:278-296.
- Kuss DJ, Griffiths MD (2017) Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *Int J Environ Res Public Health*, 14:311.
- Lenhart A (2015) *Teens Social Media and Technology Overview 2015*. Washington DC, Pew Research Center.
- Lindström M, Rosvall M (2016) Parental separation in childhood and self-reported psychological health: A population-based study. *Psychiatry Res*, 246:783-788.
- Luo T, Chen W, Liao Y (2021) Social media use in China before and during COVID-19: Preliminary results from an online retrospective survey. *J Psychiatr Res*, 140:35-38.
- Mastrotheodoros S, Canário C, Cristina GM, Merkas M, Keijsers L (2020) Family functioning and adolescent internalizing and externalizing problems: Disentangling between and within-family associations. *J Youth Adolesc*, 49:804-817.
- Mathiesen SG, Cash SJ, Walter WH (2002) The multidimensional adolescent assessment scale: A validation study. *Res Soc Work Pract*, 12:9-28.
- McKone KMP, Woody ML, Ladouceur CD, Silk JS (2021) Mother-daughter mutual arousal escalation and emotion regulation in adolescence. *Res Child Adolesc Psychopathol*, 49:615-628.
- Nesi J, Burke TA, Extein J, Kudinova AY, Fox KA, Hunt J et al. (2021) Social media use, sleep, and psychopathology in psychiatrically hospitalized adolescents. *J Psychiatr Res*, 144:296-303.
- Obeid S, Al Karaki G, Haddad C, Sacre H, Soufia M, Hallit R et al (2021) Association between parental divorce and mental health outcomes among Lebanese adolescents: Results of a national study. *BMC Pediatr*, 21:455.
- O'Day EB, Heimberg RG (2021) Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Comput Hum Behav Rep*, 3:100070.
- Ohannessian CM, Fagle T, Salafia C (2021) Social media use and internalizing symptoms during early adolescence: The role of co-rumination. *J Affect Disord*, 280:85-88.
- O'Hara KL, Rhodes CA, Wolchik SA, Irvın NS, Jenn YT (2021) Longitudinal effects of post-divorce interparental conflict on children's mental health problems through fear of abandonment: Does parenting quality play a buffering role? *Child Dev*, 92:1476-1493.

- Özgenel M, Canpolat Ö, Ekşi H (2019) Ergenler için sosyal medya bağımlılığı ölçeği (ESMBÖ): geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Addicta: the Turkish Journal on Addictions*, 6:631-664.
- Özmete E, Koğar H (2015) Çok Boyutlu Ergen Değerlendirme Ölçeği (ÇBEDÖ): Türkçe'ye uyarlama çalışması. 21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, 4:39-58.
- Ryan T, Chester A, Reece J, Xenos R (2014) The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *J Behav Addict*, 3:133-148.
- Smahel D, Wright MF, Cernikova M (2015) The impact of digital media on health: children's perspectives. *Int J Public Health*, 60:131-137.
- Statista (2020) Social Media Usage Worldwide. New York, NY, Statista. .
- Sujarwoto, Saputri RAM, Yumarn T (2023) Social media addiction and mental health among university students during the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Int J Ment Health Addict*, 21:96-110.
- Tromholt M (2016) The Facebook experiment: Quitting Facebook leads to higher levels of well-being. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 19:661-666.
- Wang F, Lu J, Lin L, Cai J, Xu J, Zhou X (2021) Impact of parental divorce versus separation due to migration on mental health and self-injury of Chinese children: A cross sectional survey. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 15:2-11.
- WHO (2019). International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics 11th edition (ICD-11). Geneva, World Health Organization.
- Wu M, Xu W, Yao Y, Zhang L, Guo L, Fan J (2020) Mental health status of students' parents during COVID-19 pandemic and its influence factors. *Gen Psychiatr*, 33: e100250..
- Yang SC, Tung CJ (2007) Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Comput Human Behav*, 23:79-96.

**Yazarların Katkıları:** Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olunduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

**Danışman Değerlendirmesi:** Dış bağımsız

**Çıkar Çatışması:** Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

**Finansal Destek:** Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

**Authors Contributions:** The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Conflict of Interest:** No conflict of interest was declared.

**Financial Disclosure:** No financial support was declared for this study.